

ORGANISMES COMMUNAUTAIRES POUR SOUTIEN AUX PERSONNES ÂGÉES (SAPA)

(secteurs : Aylmer, Gatineau & Hull)

► coordonnées au verso

J'AI BESOIN D'UN HÉBERGEMENT/ RÉPIT



RÉPIT & PRÉSENCE/ SURVEILLANCE

- Baluchon Alzheimer
- Centre d'action bénévole Accès (Aylmer)
- Hébergevac
- RMO - Service de maintien à domicile
- Société Alzheimer de l'Outaouais québécois

CONVALESCENCE

- La plupart des résidences privées offre un service de séjour en répit-convalescence.

SOUTIEN POUR LE CHOIX D'UNE RÉSIDENCE PRIVÉE

- Habitations partagées de l'Outaouais
- Voir information sur le Registre des résidences privées certifiée http://bit.ly/Résidences_privées

SOUTIEN POUR LE DÉMÉNAGEMENT (tri & empaquetage des biens)

- Habitations partagées de l'Outaouais

J'AI BESOIN D'UN LOGEMENT



- Office municipal d'habitation de Gatineau

J'AI BESOIN D'AIDE À DOMICILE



- RMO - Service de maintien à domicile

J'AI BESOIN DE SOUTIEN CIVIQUE



AIDE POUR COMPLÉTION DE RAPPORT D'IMPÔTS, FORMULAIRES GOUVERNEMENTAUX

- Centre d'action bénévole Accès (Aylmer)
- Centre d'action bénévole de Gatineau
- Centre d'action bénévole de Hull (Impôts seulement)

CARREFOUR D'INFORMATION POUR ÂÎNÉS & PROGRAMME PAIR

Service personnalisé d'appels automatisés pour état de santé

- Centre d'action bénévole de Gatineau
- Centre d'action bénévole de Gatineau
- Centre d'action bénévole Accès (Aylmer)
- Centre d'entraide aux aînés

VISITES D'AMITIÉ

- Centre d'action bénévole de Gatineau
- Centre d'action bénévole Accès (Aylmer)
- Centre d'entraide aux aînés

PROGRAMME PAVRE (Personne aînée vulnérable à risque d'exclusion)

Une approche efficace pour rejoindre les aînés vulnérables

- Centre des aînés de Gatineau
819 790-3668 ou
819 663-3305 poste 206
- Centre d'action bénévole de Hull
819 778-2900 poste 28

J'AI BESOIN TRANSPORT/ ACCOMPAGNEMENT



Centre d'action bénévole de Hull *Pour 65 ans et moins*

- Centre d'action bénévole Accès (Aylmer)
- Centre d'action bénévole de Gatineau
- Centre d'entraide aux aînés (Secteur Hull) *Pour 65 ans et plus*

J'AI BESOIN DE REPAS PRÉPARÉS/ LIVRÉS



POPOTE ROULANTE

- Popote roulante d'Aylmer Meals on wheels
- Centre d'action bénévole de Gatineau (secteur Gatineau)
- Centre d'action bénévole de Hull (secteur Hull)

LIVRAISON & TRAITEUR

- Centre alimentaire d'Aylmer
- Regroupement des cuisines collectives de Gatineau (volet aînés)
- Centre des aînés de Gatineau : achat de repas sous vide

SERVICES EN ANGLAIS

connexions

- Favoriser la santé et le bien-être de la population anglophone en offrant de l'information et des activités de promotion de la santé

JE VEUX RESTER ACTIF



- Académie des retraités de l'Outaouais : VIACTIVE
- Centre d'action bénévole Accès (Aylmer)
- Centre des aînés de Gatineau
- Centre d'entraide aux aînés
- Corporation des aînés de la Cabane en bois rond
- Centre d'action bénévole de Gatineau
- Saviez-vous que la Ville de Gatineau est une ville amie des aînés?



J'AI BESOIN DE SOUTIEN & D'ÉCOUTE



LIGNES D'ÉCOUTE TÉLÉPHONIQUE

- Aide Abus Aînés
1 888 489-2287
- Entraide-Deuil de l'Outaouais
819 770-4814
- Info-aidant (L'APPUI)
1 855 852-7784
- Société d'Alzheimer de l'Outaouais québécois
- 811 - Info-Social & crise suicidaire
1 866 277-3553

PROGRAMME DE SOUTIEN AUX PROCHES AIDANTS D'ÂÎNÉS

- Centre d'entraide aux aînés
- L'Appui pour les proches aidants d'aînés
- Société d'Alzheimer de l'Outaouais québécois

<p>Académie des retraités de l'Outaouais</p> <p>Mission : Encourager le développement et l'épanouissement des retraités.</p> <p>Adresse : 331, boul. Cité-des-Jeunes Gatineau, (QC) J8Y 6T3 ☎ (819) 776-5052 Télécopieur: (819) 777-5090 Courriel : aro2@videotron.ca 🌐 http://www.academiedesretraites.ca/</p>	<p>Centre d'action bénévole de Hull</p> <p>Mission : Promouvoir l'action bénévole au sein de la communauté du secteur de Hull.</p> <p>Adresse : 256A, boul. St-Joseph, local 201 Gatineau (QC) J8Y 3X8 ☎ (819) 778-2900 Télécopieur: (819) 778-6133 Courriel : info@benevoles-outaouais.org 🌐 http://www.benevoles-outaouais.org/</p>	<p>Habitations partagées de l'Outaouais</p> <p>Mission : Maintenir les personnes âgées à domicile et d'améliorer leur qualité de vie ainsi que celle d'adultes désirant cohabiter sous le même toit.</p> <p>Adresse : 331, boul. Cité-des-jeunes, bur. 109 Gatineau (QC) J8Y 6T3 ☎ (819) 771-6576 Télécopieur: (819) 771-1063 Courriel : pg.hpou@videotron.ca 🌐 http://habitationspartagees.ca/</p>	<p>Popote roulante (secteur Aylmer)</p> <p>Mission : Offrir des repas chauds livrés à domicile aux personnes âgées, malades ou incapables de subvenir à leurs besoins alimentaires.</p> <p>Adresse : 59 rue Bancroft, Gatineau (QC) J9H 4N6 ☎ (819) 664-2529</p>	<p>Société Alzheimer de l'Outaouais Québécois</p> <p>Mission : Soutenir, aider et accompagner les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer, leurs familles et leurs proches.</p> <p>Adresse : 440 boul. Maloney Ouest, Gatineau (Qc) J8T 2T1 ☎ (819) 777-4232 ou 1-877-777-0888 Télécopieur: (819)777-0728 Courriel : saoq@saoq.org 🌐 http://www.alzheimer.ca/fr/outaouaisqc/</p>
<p>Baluchon Alzheimer</p> <p>Mission : Offrir du répit, du soutien et de l'accompagnement aux aidants qui désirent garder à domicile leur proche atteint de la maladie d'Alzheimer ou de certaines maladies apparentées.</p> <p>Adresse : 10138, rue Lajeunesse, Bureau 200, Montréal (QC) H3L 2E2 ☎ 1-855-762-2930 Courriel : info@baluchonalzheimer.com 🌐 http://baluchonalzheimer.com/</p>	<p>Centre d'entraide aux aînés</p> <p>Mission : Améliorer la qualité de vie des aînés et de leurs proches.</p> <p>Adresse : 331, boulevard de la Cité-des-Jeunes, bureau 101, Gatineau (QC) J8Y 6T3 ☎ (819) 771-6609 Télécopieur : (819) 771-4923 Courriel : centredentraideauxaines@videotron.ca 🌐 http://www.entraideauxaines.ca/</p>	<p>Hébergevac</p> <p>Mission : Offrir un service de répit-dépannage en hébergement temporaire aux personnes âgées de 50 ans ou plus, en perte d'autonomie et maintenues à domicile, ainsi qu'à leurs proches aidants, et contribuer à l'amélioration de leur qualité de vie en favorisant l'interaction avec leur environnement.</p> <p>Adresse : 140 Chemin de la Montagne, Val-des-Monts (QC) J8N 1B4 ☎ (819) 457-2474 🌐 http://bit.ly/CENTRE_HEBERGEVAC</p>	<p>Popote roulante (secteur Gatineau)</p> <p>Mission : Soutenir et promouvoir l'action bénévole au sein de la communauté du secteur de Gatineau.</p> <p>Adresse : 42, av. Gatineau, Gatineau (QC) J8T 4J3 ☎ (819) 568-0747 Télécopieur: (819) 568-1704 Courriel : benevole@ncf.ca 🌐 http://benevole.ncf.ca/</p>	<p>CISSS de l'Outaouais – Info-Social</p> <p>Contactez le 811, ou visitez le http://santeoutaouais.qc.ca/recevoir-des-services/info-santeinfo-social-8-1-1/ pour un service de consultation téléphonique pour vous-même ou pour un proche auprès de travailleurs sociaux qualifiés</p>
<p>Centre alimentaire d'Aylmer</p> <p>Mission : Développer différentes alternatives pour contrer le processus de paupérisation et de la pauvreté dans la communauté du secteur Aylmer.</p> <p>Adresse : 70 route Eardley, Gatineau (QC) J9H 4k2 ☎ (819) 684-0163 Télécopieur: (819) 684-4714 Courriel : centrealimentaireaylmer-rec@videotron.ca 🌐 http://www.centrealimentaireaylmer.ca/</p>	<p>Centre des aînés de Gatineau</p> <p>Mission : Répondre aux besoins d'engagement, d'apprentissage, de soutien et de socialisation des personnes de 50 ans et plus de Gatineau.</p> <p>Adresse : 196, rue Notre-Dame, Gatineau (QC) J8P 0E6 ☎ (819) 663-3305 Télécopieur : (819) 669-9465 Courriel : cag@videotron.ca 🌐 http://www.ainesdegatineau.ca</p>	<p>L'Appui pour les proches aidants d'aînés</p> <p>Mission : Soutenir les proches aidants qui fournissent sans rémunération des soins et du soutien régulier à domicile à des personnes aînées ayant une incapacité significative.</p> <p>Adresse : 180, boulevard du Mont Bleu, Gatineau (QC) J8Z 3J5 ☎ (819) 205-7705 🌐 http://www.lappui.org/outaouais/</p>	<p>Popote roulante (secteur Hull)</p> <p>Mission : Offrir des repas chauds livrés à domicile aux personnes incapables de subvenir à leurs besoins alimentaires de façon temporaire ou permanente.</p> <p>Adresse : 256A, boul. St-Joseph, Gatineau (QC) J8Y 3X8 ☎ (819) 778-2900 Télécopieur: (819) 778-6133 Courriel : info@benevoles-outaouais.org 🌐 http://www.benevoles-outaouais.org</p>	<p>Ville de Gatineau</p> <p>Contactez le 311, ou visitez le www.gatineau.ca pour les services offerts par la Ville!</p>
<p>Centre d'action bénévole Accès (CABA)</p> <p>Mission : Soutenir et promouvoir l'action bénévole au sein de la communauté d'Aylmer et participer activement à l'amélioration de la qualité de vie et au maintien à domicile des personnes âgées et dans le besoin.</p> <p>Adresse : 67 rue Principale, Gatineau (QC) J9H 3L4 ☎ (819) 684-2242 Télécopieur: (819) 682-2641 Courriel : cab.acces@videotron.ca 🌐 http://www.cabacces.ca</p>	<p>Corporation des aînés de la Cabane en bois rond</p> <p>Mission : Créer un milieu propice au développement social, culturel, intellectuel et physique des aînés et des personnes à la retraite.</p> <p>Adresse : 331 Boulevard de la Cité-des-Jeunes, Gatineau (QC) J8Y 6T3 ☎ (819) 776-6015 Télécopieur: (819) 777-4991 Courriel : cabanecorpo07@gmail.com 🌐 http://www.corpocabane.net/index.html</p>	<p>Ligne d'écoute téléphonique Aide Abus Aînés</p> <p>Mission : La Ligne Aide Abus Aînés est une ligne téléphonique provinciale d'écoute et de référence spécialisée en matière de maltraitance envers les aînés.</p> <p>☎ 1-888-489-2287 Courriel : ligneaideabusaines@sss.gouv.qc.ca 🌐 http://www.aideabusaines.ca/</p>	<p>Remue-Ménage de l'Outaouais</p> <p>Mission : Favoriser le maintien à domicile et participer à l'amélioration de la qualité de vie des personnes âgées, handicapées et en difficulté.</p> <p>Adresse : 10, rue Noël, bureau 110, Gatineau (QC) J8Z 3G5 ☎ (819) 778-2461 Télécopieur: (819) 778-8531 Courriel : Voir site internet 🌐 http://rmo.ca/newsite/</p>	<p>Office municipal d'habitation de Gatineau</p> <p>Mission : Intervenir dans le domaine de l'habitation en offrant un milieu de vie de qualité aux personnes à revenu faible ou modeste</p> <p>Adresse : 227 Chemin de la Savane, Gatineau (Québec) J8T 1R5 ☎ (819) 568-0033 Courriel : omhg@omhgatineau.qc.ca 🌐 http://www.omhgatineau.qc.ca</p>
<p>Centre d'action bénévole de Gatineau</p> <p>Mission : Soutenir et promouvoir l'action bénévole au sein de la communauté du secteur de Gatineau.</p> <p>Adresse : 42, av. Gatineau, Gatineau (QC) J8T 4J3 ☎ (819) 568-0747 Télécopieur : (819) 568-1704 Courriel : benevole@ncf.ca 🌐 http://benevole.ncf.ca/</p>	<p>Entraide-Deuil de l'Outaouais</p> <p>Mission : Venir en aide aux personnes qui vivent un deuil à la suite d'un décès.</p> <p>Adresse : 115, boulevard Sacré-Cœur, bureau 202 Gatineau (QC) J8X 1C5 ☎ 1-866-770-4814 Télécopieur : (819) 770-8176 Courriel : direction@entraide-deuil.qc.ca 🌐 http://entraide-deuil.qc.ca/</p>	<p>Ligne Info-aidant (L'Appui)</p> <p>Mission : Offrir un service téléphonique gratuit et confidentiel d'écoute, d'information et de référence adapté aux besoins des proches aidants d'aînés.</p> <p>☎ 1-855-852-7784 ou 1-855-8LAPPU Courriel : Info-Aidant@lappuioutaouais.org 🌐 http://bit.ly/Ligne_Info_Aidant</p>	<p>Regroupement des cuisines de Gatineau</p> <p>Mission : Démarrer et supporter des cuisines collectives sur le territoire de l'Outaouais.</p> <p>Adresse : 180 Boulevard, Mont Bleu, Gatineau (QC) J8Z 3J5 ☎ (819) 771-8391 Courriel : info@cuisinescollectivesgatineau.ca 🌐 www.cuisinescollectivesgatineau.ca</p>	<p>Connexions - Centre de ressources anglophones</p> <p>Mission : Favoriser la santé et le bien-être de la population anglophone en offrant de l'information et des activités de promotion de la santé.</p> <p>☎ (819) 777-3206 Courriel : info@centreconnexions.org 🌐 www.centreconnexions.org</p>