RESSOURCES ET SERVICES POUR PERSONNES AÎNÉES

Ville de
Grande-Rivière

MRC DU
ROCHER-PERCÉ

2021

TABLE DES MATIÈRES

SOUTIEN À DOMICILE 1

SOUTIEN AUX PROCHES AIDANTS 2

TRANSPORT COLLECTIF ET ADAPTÉ 4

SOUTIEN AU LOGEMENT 4

INFORMATION ET SOUTIEN — SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX 5

INFORMATION ET SOUTIEN — DÉFENSE DES DROITS 10

SOUTIEN AUX LOISIRS 12

SERVICES DE SOUTIEN À DOMICILE	
Association des aînés de la MRC du Rocher-Percé *http://ainesrocherperce.com/fr/*	• Travaux d'entretien légers et lourds • Préparation de repas à domicile • Assistance personnelle • Courses et commissions • Répit et gardiennage
Centre d'action bénévole Gascons-Percé *https://www.cabchandler.com/*	• Accompagnement aux rendez-vous médicaux • Visites et appels d'amitié • Popote roulante et repas congelés • Dépannage vestimentaire • Soutien et services de répit aux proches aidants • Travailleurs·ses de milieu (ITMAV) • Activités d'information et d'animation pour aînés·es • Accompagnement de fin de vie • Programme d'appels PAIR (sauf Le Hauban) • Soutien aux bénévoles

SOUTIEN AUX PROCHES AIDANTS	
Appui pour les proches aidants GIM *https://www.lappui.org/Regions/Gaspesie-Iles-de-la-Madeleine/Actualites-et-Activites*	• Ligne d'écoute et de soutien • Références et documentation • Ententes de partenariat avec des organismes communautaires œuvrant dans la MRC
Association des aînés de la MRC du Rocher-Percé *http://ainesrocherperce.com/fr/*	• Répit et gardiennage
Centre d'action bénévole Gascons-Percé *https://www.cabchandler.com/*	• Soutien et accompagnement aux proches aidants • Services de répit
La joie de vivre Rocher-Percé **Centre pour personnes handicapées** *https://www.facebook.com/Centre-La-Joie-de-Vivre-inc-277892253095/?fref=ts*	• Activités d'insertion et de participation sociales • Activités de répit • Services d'accompagnement en loisirs • Accueil, information, références • Soutien et accompagnement • Interventions psychosociales individuelles et de groupe
Répit Pabok *https://fondation.fmsq.org/repit-pabok/*	• Aide financière pour offrir du répit aux familles naturelles de personnes atteintes de déficience physique ou intellectuelle

SOUTIEN AUX PROCHES AIDANTS	
Société Alzheimer GÎM **Point de service Rocher-Percé** *https://sagim.ca/*	• Écoute et suivi téléphoniques • Rencontres individuelles ou familiales • Centre de documentation / Prêt de matériel • Cafés-rencontres • Groupes de soutien • Activités de sensibilisation • Formations sur la maladie d'Alzheimer • Programme de musicothérapie • Activités de jour Le Réconfort • Cerveau en action

TRANSPORT COLLECTIF ET ADAPTÉ	
Régie intermunicipale de transport de la Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine (RÉGÎM) *https://regim.info/*	• Transport collectif intermunicipal • Tarif réduit pour les personnes âgées de 65 ans et plus • Arrêts dans toutes les municipalités
Transport adapté et collectif des Anses *http://www.quebecentreprises.com/transport-adapt-et-collectif-des-anses-inc-yqkm/*	• Transport adapté pour personnes référées par un comité d'admission • Admissibilité basée sur des critères de limitations fonctionnelles

SOUTIEN AU LOGEMENT	
Groupe ressource en logements collectifs de la Gaspésie *https://grlcgim.com/*	• Services d'aide à la création et à la gestion de coopératives et d'organismes à but non lucratif en habitation • Aide pour développer des solutions de logement alternatives et abordables aux besoins des familles, des aînés·es et des personnes vivant des problèmes particuliers d'habitation
MRC du Rocher-Percé *https://www.mrcrocherperce.qc.ca/*	• Soutien technique aux propriétaires de maisons unifamiliales pour leurs demandes dans le cadre du programme d'aide financière RénoRégion et Programme d'adaptation de domicile (PAD)

INFORMATION ET SOUTIEN — SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX	
Association des personnes handicapées visuelles GÎM *http://aphvgim.com/*	• Rencontres à domicile • Soutien technique pour remplir les formulaires de services gratuits • Support moral pour briser l'isolement • Organisation d'activités d'intégration pour les loisirs sportifs et culturels • Références vers des services spécialisés
Association des TCC et ACV de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine *http://tccacvgim.org/*	• Soutien psychosocial • Information sur les problématiques TCC/ACV • Accompagnement des personnes TCC et ACV et de leurs proches dans leurs démarches juridiques, médicales, scolaires, reliées au travail, aux loisirs, etc. • Regroupement et jumelage des personnes TCC et/ou ACV et de leurs proches • Défense des droits des personnes TCC et/ou ACV • Identification et référence vers les ressources • Conférences, activités, loisirs, ateliers et autres
Association Épilepsie Gaspésie Sud *https://epilepsiegaspesiesud.wixsite.com/epilepsiegaspesiesud*	• Écoute active et support moral • Activités de sensibilisation de la population • Services directs aux personnes vivant avec l'épilepsie • Documentation sur l'épilepsie • Aide à l'accompagnement lors de voyages • Aide financière pour répit

INFORMATION ET SOUTIEN — SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX	
Centre d'action bénévole Gascons-Percé *https://www.cabchandler.com/*	• Informations sur les services aux aînés·es • Activités sociales et stimulation cognitive • Soutien pour répondre à du courrier officiel, changement d'adresse, déclarations d'impôts, gérance de bail, gérance de contrats pour services à domicile, etc. • Soutien par des travailleurs·ses de milieu
Centre Émilie-Gamelin *https://www.facebook.com/centreemiliegamelin/*	• Accueil, évaluation, orientation, référence pour les personnes atteintes de problèmes de santé mentale • Centre de jour • Hébergement temporaire • Appartements communautaires autonomes avec suivi
Centre de prévention du suicide du Québec *https://www.cpsquebec.ca/*	• Soutien aux personnes qui souffrent de détresse psychologique et vivant une période difficile • Soutien à la famille et aux proches qui veulent comprendre la dynamique du suicide et soutenir quelqu'un qui lui est cher
Centre de prévention en toxicomanie Mi-chemin *https://www.facebook.com/michemingaspe6676*	• Interventions individuelles • Ateliers de prévention/sensibilisation • Service de pairs-aidants • Aide aux proches des personnes aux prises avec une dépendance • Ateliers de groupe

INFORMATION ET SOUTIEN — SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX	
CISSS de la Gaspésie https://www.cisss-gaspesie.gouv.qc.ca/ **CLSC Chandler** **Point de service Grande-Rivière** **Service externe de gériatrie ambulatoire (SEGA)**	• Centres de jour • Hébergement • Prévention des chutes • Clinique de la mémoire • Services de santé • Ligne Info-Santé • Ligne Info-Social • Ligne Info-Abus • Services de santé et des services sociaux courants : soins infirmiers, prélèvements, vaccination, etc. • Services de nature préventive ou médicale à la population de son territoire • Services de réadaptation et de réinsertion à la population du territoire (SEGA) • Activités de santé publique
Diabète Pabok https://www.diabete.qc.ca/fr/comprendre-le-diabete/ressources/cartes/diabete-pabok/	• Services-conseils aux personnes diabétiques ainsi qu'à leur famille
La joie de vivre Rocher-Percé **Centre pour personnes handicapées** https://www.facebook.com/Centre-La-Joie-de-Vivre-inc-277892253095/?fref=ts	• Activités d'insertion et de participation sociales • Activités de répit (pour parents d'enfants handicapés) • Services d'accompagnement en loisirs • Accueil, informations, références • Soutien et accompagnement • Interventions psychosociales individuelles et de groupe
FADOQ — Gaspésie https://www.fadoq.ca/gaspesie-iles-de-la-madeleine/nous-joindre https://www.facebook.com/FADOQ-R%C3%A9gion-Gasp%C3%A9sie-%C3%8Eles-de-la-Madeleine-486032171599213/	• Ateliers • Plateforme Web • Informations

INFORMATION ET SOUTIEN — SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX	
Femmes Entre-Elles http://www.femmesentre-elles.com/	• Accueil et références téléphoniques • Soutien aux femmes vulnérables • Groupes d'échanges et d'entraide • Ateliers et formations • Actions de solidarité
Fondation Convergence http://www.convergence-gaspesie.org/index.php/fr/	• Service d'aide aux hommes en difficulté • Services d'hébergement • Formations et ateliers
Maison Blanche-Morin https://rocgim.org/2020/12/17/la-maison-blanche-morin/	• Maison d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale • Accueil, services aux femmes et aux enfants
Narcotiques anonymes Québec https://naquebec.org/	• Soutien aux personnes ayant un problème de dépendance lié à la drogue
Nouveau regard https://nouveauregard.qc.ca/	• Support aux parents et amis·es de personnes atteintes de maladie mentale
Organisme gaspésien des personnes atteintes de cancer (OGPAC) https://ogpac.ca/	• Soutien moral et accompagnement • Groupes d'entraide • Groupes de deuil • Ateliers sur des thèmes en lien avec la santé dans sa globalité • Interventions dans le milieu sur les saines habitudes de vie
Phobie Zéro https://www.phobies-zero.qc.ca/	• Groupes d'entraide pour les personnes souffrant de troubles anxieux incluant le trouble obsessionnel compulsif • Ligne d'écoute • Ateliers et conférences

INFORMATION ET SOUTIEN — SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX	
Produire la santé ensemble (PSE) *https://www.facebook.com/produirelasanteensemble*	• Éducation à une saine alimentation • Projets de récupération alimentaire • Répertoires d'information • Espace d'échange et d'information • Distribution de viande et légumes locaux • Ateliers de jardinage • Conseils en autonomie alimentaire
Réseau des alliés(es) LGBT+ de la Gaspésie–Îles-de-la-Madeleine *http://lgbt-bdc.net/*	• Rencontres avec les personnes qui s'identifient comme faisant partie de la diversité sexuelle et de genre • Soutien et orientation des personnes LGBT+ vers les ressources et services
SOS Violence conjugale *https://sosviolenceconjugale.ca/fr*	• Ligne d'écoute téléphonique 24/7 • Soutien, information et outils aux personnes victimes de violence conjugale

INFORMATION ET SOUTIEN — DÉFENSE DES DROITS	
Centre d'aide aux victimes d'agression sexuelle (CALACS) La bôme-Gaspésie *http://www.calacslabomegaspesie.com/*	• Intervention individuelle auprès des victimes et de leurs proches • Sensibilisation et information • Soutien aux personnes victimes d'agression à caractère sexuel ainsi qu'à leurs proches
Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC) *http://www.cavac.qc.ca /*	• Services d'information, de support et d'intervention téléphonique aux personnes victimes d'acte criminel
Centre communautaire juridique du Bas-Saint-Laurent et de la Gaspésie pour les personnes admissibles *https://www.aidejuridiquebslg.ca/*	• Services d'aide juridique
Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes Gaspésie/ Îles-de-la-Madeleine (CAAP-GÎM) *https://www.facebook.com/caapgim*	• Information, assistance et accompagnement auprès des personnes vivant des difficultés concernant les services de santé et des services sociaux • Information, assistance et accompagnement auprès des personnes qui résident dans une résidence privée pour personne aînée (RPA)
Centre de justice de proximité de la Gaspésie–Îles-de-la-Madeleine *https://www.justicedeproximite.qc.ca/centres/gaspesie-iles-de-la-madeleine/*	• Service d'information juridique gratuit • Orientation vers des ressources spécialisées • Documentation • Accompagnement pour remplir des formulaires juridiques

INFORMATION ET SOUTIEN — DÉFENSE DES DROITS	
Droits et recours Santé mentale Gaspésie—Îles-de-la-Madeleine *https://droitsetrecours.org/*	• Défense des droits des personnes vivant ou ayant vécu un problème de santé mentale • Services téléphoniques
Équijustice Gaspésie *https://equijustice.ca/fr/* *https://www.facebook.com/%C3%89quijustice-Gasp%C3%A9sie-937543406282659/*	• Service de médiation citoyenne • Justice réparatrice • Sensibilisation, ateliers, formations • Projet de bientraitance pour aînés·es
FADOQ — Gaspésie *https://www.fadoq.ca/gaspesie-iles-de-la-madeleine/nous-joindre* *https://www.facebook.com/FADOQ-R%C3%A9gion-Gasp%C3%A9sie-%C3%8Eles-de-la-Madeleine-486032171599213/*	• Ateliers • Plateforme Web • Informations • Défense des droits des personnes aînées
Femmes Entre-Elles *http://www.femmesentre-elles.com/*	• Accueil et référence téléphoniques • Soutien aux femmes vulnérables
Réseau des alliés(es) LGBT⁺ de la Gaspésie–Îles-de-la-Madeleine *http://lgbt-bdc.net/*	• Défense des droits des LGBT
Table régionale de concertation des aînés de la Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine *https://tableainesgim.org/*	• Représentation des personnes aînées • Concertation des partenaires • Information sur les programmes gouvernementaux concernant les personnes aînées • Valorisation de la contribution des personnes aînées et de leur apport à la société québécoise

SOUTIEN AUX LOISIRS	
CISSS de la Gaspésie https://www.cisss-gaspesie.gouv.qc.ca/	• Organisation d'activités ViActive • Agents·es de promotion de la santé
Carrefour 50 ans et + http://carrefour50.com/	• Soutien et outils aux clubs 50 ans et plus pour l'organisation des activités de rassemblement telles que : culturelle, loisir, sport, plein air et autres
Commission scolaire René-Lévesque https://www.csrl.qc.ca/	• Ateliers Gym Cerveau • Formations en informatique
FADOQ — Gaspésie https://www.fadoq.ca/gaspesie-iles-de-la-madeleine/nous-joindre https://www.facebook.com/FADOQ-R%C3%A9gion-Gasp%C3%A9sie-%C3%8Eles-de-la-Madeleine-486032171599213/	• Ateliers • Plateforme Web • Informations
MRC du Rocher-Percé https://www.mrcrocherperce.qc.ca/	• Soutien technique aux associations d'aînés·es et promoteurs d'événements pour des demandes d'aide financière au FAO et à Nouveaux Horizons • Soutien technique et animation par la technicienne en loisirs pour des activités physiques pour aînés·es
Réseau-Biblio https://www.reseaubibliogim.qc.ca/fr	• Soutien technique et circulation des livres • Programme Alpha-Numérique
Unité régionale de loisirs et sports de la Gaspésie–Îles-de-la-Madeleine (URLS-GIM) http://www.urlsgim.com/	• Programmes de soutien technique et financier aux loisirs pour aînés·es • Soutien aux Jeux des 50 ans et plus

Municipalité amie des aînés

En partenariat avec :

Québec