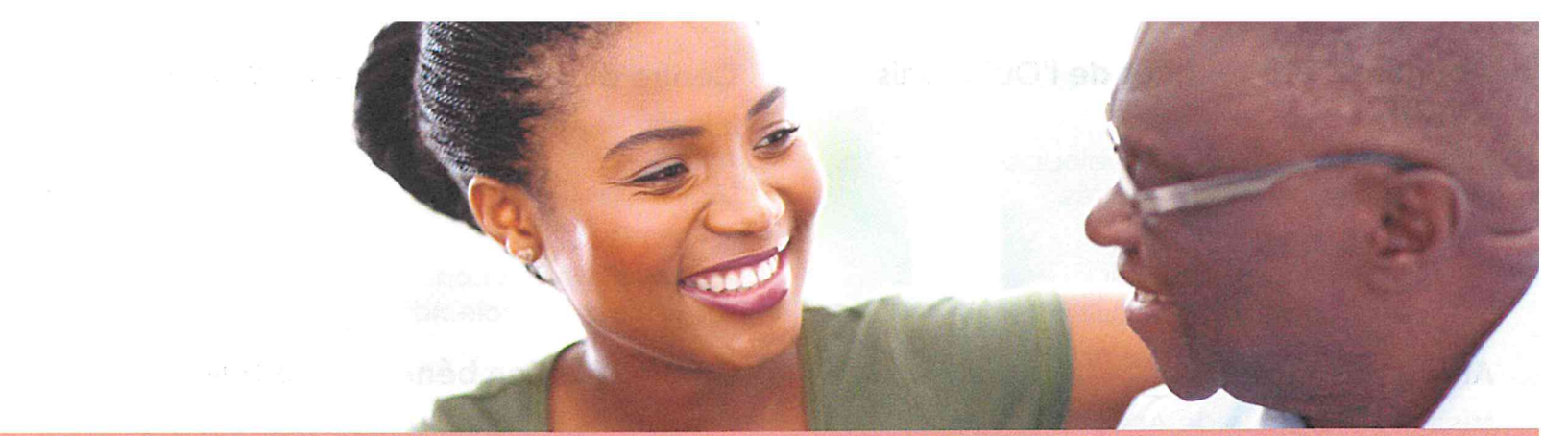




Organismes communautaires pour soutien aux personnes âgées à Gatineau



J'AI BESOIN D'UN HÉBERGEMENT/ RÉPIT

RÉPIT ET PRÉSENCE/SURVEILLANCE

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

CONVALESCENCE

- La plupart des résidences privées offrent un service de séjour en répit-convalescence
- http://bit.ly/Residences_privees

SOUTIEN POUR LE CHOIX D'UNE RÉSIDENTE PRIVÉE

- Habitations partagées de l'Outaouais
 - Registre des résidences privées
- http://bit.ly/Residences_privees

SOUTIEN POUR LE DÉMÉNAGEMENT (tri et emballage)

- Habitations partagées de l'Outaouais

TROUVER UN LOGEMENT

- Office municipal d'habitation de Gatineau



J'AI BESOIN DE SOUTIEN CIVIQUE

AIDE POUR REMPLIR LES RAPPORTS D'IMPÔTS ET LES FORMULAIRES GOUVERNEMENTAUX

- CAGA (Centre Action Générations des Aînés)

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

VISITES D'AMITIÉ

- CAGA (Centre Action Générations des Aînés)
- Centre d'action bénévole de Gatineau
- Centre d'action bénévole Accès (Aylmer)
- Centre d'entraide aux aînés (Secteur Hull) – Pour 65 ans et plus

SURVEILLANCE

- Centre d'action bénévole de Gatineau
- Offre aussi le programme PAIR, un service personnalisé d'appels automatisés pour la surveillance de l'état de santé

REPÉRAGE ET AIDE AUX AÎNÉS VULNÉRABLES

- Campus 3
819 790-3668 ou 819 663-3305 poste 206
- Centre d'action bénévole de Hull
819 778-2900 poste 28
- CAGA (Centre Action Générations des Aînés)
819 281-4343 poste 106
- Connexions Resource Centre



J'AI BESOIN TRANSPORT/ ACCOMPAGNEMENT

- Centre d'action bénévole de Hull – Pour 65 ans et moins
- Centre d'action bénévole Accès (Aylmer)



J'AI BESOIN D'AIDE À DOMICILE

- RMO : Service de maintien à domicile



J'AI BESOIN DE REPAS PRÉPARÉS/LIVRÉS

POPOTE ROULANTE

- Popote roulante d'Aylmer / Meals on Wheels
- Centre d'action bénévole de Gatineau
- Centre d'action bénévole de Hull
- CAGA (Centre Action Générations des Aînés)

LIVRAISON ET TRAITEUR

- Centre alimentaire d'Aylmer
- Regroupement des cuisines collectives de Gatineau (volet aînés)
- Campus 3 (Vente de repas sous vide)



J'AI BESOIN DE SERVICES EN ANGLAIS

- Connexions - Centre de ressources pour anglophones
- CAGA (Centre Action Générations des Aînés)



JE VEUX RESTER ACTIF(IVE)

- Académie des retraités de l'Outaouais : VIACTIVE



J'AI BESOIN DE PARLER

LIGNES D'ÉCOUTE ET D'ASSISTANCE

- Aide Abus Aînés
1 888 489-2287
- Entraide-Deuil de l'Outaouais
819 770-4814
- L'Appui Outaouais - Service Info-aidant Proches aidants d'aînés
1 855 852-7784
- Société Alzheimer Outaouais
819 777-4232 ou 1 877 777-0888
- 811 - Info-Social et crise suicidaire du CISSS de l'Outaouais

PROGRAMMES DE SOUTIEN AUX PROCHES AIDANTS D'AÎNÉS

- Centre d'entraide aux aînés (Ville de Gatineau)
- Service Info-aidant Appui Outaouais
- Société Alzheimer Outaouais
- CAGA (Centre Action Générations des Aînés)
- Carrefour d'Informations pour aînés (Centre d'action bénévole de Gatineau)

COORDONNÉES AU VERSO ➔

Académie des retraités de l'Outaouais VIACTIVE

Mission : Encourager le développement et l'épanouissement des retraités.

☎ (819) 776-5052
✉ aro2@videotron.ca
🌐 www.academiedesretraites.ca

Aide Abus Aînés

Mission : La Ligne Aide Abus Aînés est une ligne téléphonique provinciale d'écoute et de référence spécialisée en matière de maltraitance envers les aînés.

☎ 1-888-489-2287
✉ ligneaideabusaines@ssss.gouv.qc.ca
🌐 www.aideabusaines.ca

Baluchon Alzheimer

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.

☎ 1-855-762-2930
✉ info@baluchonalzheimer.com
🌐 www.baluchonalzheimer.com

CAGA (Centre Action Générations des Aînés) (Vallée de la lièvre)

Mission : Favoriser le bien-être, l'autonomie et l'épanouissement des personnes aînées.

☎ (819) 281-4343 poste 103
✉ www.centreactiongenerationsdesaines.com

Campus 3

Mission : Répondre aux besoins d'engagement, d'apprentissage, de soutien et de socialisation des personnes de 50 ans et plus de Gatineau.

☎ (819) 663-3305
✉ info@campus3.ca
🌐 www.campus3.ca

Centre alimentaire d'Aylmer

Mission : Développer différentes alternatives pour contrer le processus de paupérisation et de la pauvreté dans la communauté du secteur Aylmer.

☎ (819) 684-0163
🌐 Facebook : Centre Alimentaire Aylmer

Centre d'action bénévole de Gatineau

Mission : Soutenir et promouvoir l'action bénévole au sein de la communauté du secteur de Gatineau.

☎ (819) 568-0747
✉ benevole@ncf.ca
🌐 http://benevole.ncf.ca/cabg.htm

Centre d'action bénévole de Hull

Mission : Promouvoir l'action bénévole au sein de la communauté du secteur de Hull.

☎ (819) 778-2900
✉ info@benevoles-outaouais.org
🌐 www.benevoles-outaouais.org

Centre d'action bénévole Accès (Aylmer)

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.

☎ (819) 684-2242
✉ cab.acces@videotron.ca
🌐 www.cabacces.ca

Centre d'entraide aux aînés

Mission : Améliorer la qualité de vie des aînés et de leurs proches.

☎ (819) 771-6609
✉ centredentraideauxaines@videotron.ca
🌐 www.entraideauxaines.ca

Connexions - Centre de ressources anglophones

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.

☎ (819) 777-3206
✉ info@centreconnexions.org
🌐 www.centreconnexions.org

Corporation des aînés de la Cabane en bois rond

Mission : Créer un milieu propice au développement social, culturel, intellectuel et physique des aînés et des personnes à la retraite.

☎ (819) 776-6015
✉ cabanecorpo07@gmail.com
🌐 www.corpocabane.net/index.html

Entraide-Deuil de l'Outaouais

Mission : Venir en aide aux personnes qui vivent un deuil à la suite d'un décès.

☎ 1-866-770-4814
✉ direction@entraide-deuil.qc.ca
🌐 www.entraide-deuil.qc.ca

Habitations partagées de l'Outaouais

Mission : Maintenir les personnes âgées à domicile et améliorer leur qualité de vie ainsi que celle d'adultes désirant cohabiter sous le même toit.

☎ (819) 771-6576
✉ hpou@videotron.ca
🌐 www.habitationspartagees.ca

Hébergevac

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.

☎ (819) 457-2474
🌐 www.bit.ly/hebergevac

L'Appui Outaouais - Service info-aidant

Mission : Offrir un service téléphonique gratuit et confidentiel d'écoute, d'information et de référence adapté aux besoins des proches aidants d'aînés.

☎ 1-855-852-7784
✉ Info-Aidant@lappui.org
🌐 www.bit.ly/repertoireappui

Office municipal d'habitation de Gatineau

Mission : Intervenir dans le domaine de l'habitation en offrant un milieu de vie de qualité aux personnes à revenu faible ou modeste.

☎ (819) 568-0033
✉ omhg@omhgateau.qc.ca
🌐 www.omhgateau.qc.ca

Popotte roulante / Meals on Wheels (secteur Aylmer)

Mission : Offrir des repas chauds livrés à domicile aux personnes âgées, malades ou incapables de subvenir à leurs besoins alimentaires.

☎ (819) 664-2529
🌐 Facebook : mow Aylmer

Regroupement des cuisines collectives de Gatineau

Mission : Démarrer et supporter des cuisines collectives sur le territoire de l'Outaouais.

☎ (819) 771-8391
✉ info@cuisinescollectivesgatineau.ca
🌐 www.cuisinescollectivesgatineau.ca

RMO - Services de maintien à domicile

Mission : Favoriser le maintien à domicile et participer à l'amélioration de la qualité de vie des personnes âgées, handicapées et en difficulté.

☎ (819) 778-2461
✉ Voir site internet
🌐 www.rmo.ca

Société Alzheimer Outaouais

Mission : Accompagner et sensibiliser, par l'approche centrée sur la personne, les gens touchés, directement ou indirectement, par la maladie d'Alzheimer et les maladies apparentées en Outaouais.

☎ (819) 777-4232 ou 1-877-777-0888
✉ saoq@saoq.org
🌐 www.saoq.org

811 Info Social - CISSS de l'Outaouais

Mission : Pour un service de consultation téléphonique pour vous-même ou pour un proche auprès de travailleurs sociaux qualifiés.

☎ Contact: 811 option 2
🌐 https://ciyss-outaouais.gouv.qc.ca/