



PROCHES AIDANTS

RÉPERTOIRE DES RESSOURCES LOCALES



Bibliothèque Paul-O.-Trépanier
11, rue Dufferin, Granby (Québec)
Tél. : 450 776-8320





Bien informé, mieux vivre.

Le programme provincial Biblio-Santé vise à appuyer tous les usagers du système de santé et les proches aidants dans leurs recherches d'information. Développé par l'Association des bibliothèques publiques du Québec, il vous propose des ressources de qualité sélectionnée par vos bibliothèques publiques.

Ce **Répertoire des ressources locales** a été développé par votre bibliothèque. Il est complémentaire au cahier provincial portant sur le même sujet. Chaque cahier contient une vaste sélection de suggestions de lecture et de ressources audiovisuelles, ainsi qu'un répertoire d'organismes et de sites Web en lien avec la thématique dont il traite. Il existe 15 cahiers thématiques différents, disponibles gratuitement sur bibliosante.ca :

- **AÎNÉS ET VIEILLISSEMENT**
- **CANCER**
- **DÉFICIENCE INTELLECTUELLE**
- **DEUIL**
- **DIABÈTE**
- **INCAPACITÉS PHYSIQUES (INCLUANT DÉFICIENCES AUDITIVES ET VISUELLES)**
- **MALADIE D'ALZHEIMER**
- **MALADIE DE PARKINSON**
- **MALADIES DU CŒUR ET ACCIDENTS VASCULAIRES CÉRÉBRAUX (AVC)**
- **MALADIES PULMONAIRES**
- **PROCHES AIDANTS**
- **SANTÉ MENTALE**
- **SCLÉROSE EN PLAQUES**
- **SOINS DE FIN DE VIE**
- **TROUBLES DU SPECTRE DE L'AUTISME**

Votre bibliothèque possède plusieurs ouvrages de la sélection Biblio-Santé pouvant vous aider à bien vous informer sur votre condition ou celle d'un proche. N'hésitez pas à les emprunter.

Le slogan « Bien informé, mieux vivre.® » est enregistré au Registre canadien des droits d'auteur.

L'APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS D'AÎNÉS

La mission de cette organisation est de regrouper, soutenir et accompagner les aidants vivant sur le territoire de la Montérégie. Tout en leur offrant un lieu de rencontre qui valorise le partage et leur permet de recevoir du soutien psychosocial, l'Appui guide les aidants dans l'identification de leurs besoins et les oriente vers des ressources qui y sont adaptées.

- Téléphone de l'association : 1 855 852-7784
- Courriel : info-aidant@lappui.org
- Site Web : <https://www.lappui.org/>

ASSOCIATION DE PARENTS DE PERSONNES HANDICAPÉES DE BROME-MISSISQUOI

Cet organisme à but non lucratif regroupe des parents de jeunes ou d'adultes de tous les âges ayant une déficience intellectuelle ou un trouble du spectre de l'autisme. La mission de l'organisme est de soutenir les parents dans leur quotidien, de leur offrir des moments de répit et de les outiller afin de faire face à la réalité que vit leur enfant. En plus d'un service de garde, l'Association offre des rencontres de même qu'un service de jumelage et des activités de sensibilisation.

- Adresse : 370 Rue de la Rivière #112, Cowansville, QC J2K 1N3
- Téléphone : 450 266-1566
- Courriel : apphbm@gmail.com
- Site Web : <https://apphbm.ca/>

CENTRE INTÉGRÉ UNIVERSITAIRE DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX DE L'ESTRIE –CENTRE HOSPITALIER UNIVERSITAIRE DE SHERBROOKE, CLSC YVAN-DUQUETTE

Cet établissement offre plusieurs services aux aidants naturels afin de contrer leur isolement et de prévenir les risques d'épuisement et de dépression : aide à domicile, soutien dans les tâches quotidiennes, programmes spécialisés et plus encore. Un centre de jour est ouvert aux individus en perte d'autonomie. Des activités sont organisées afin de stimuler leurs sens et leur motricité.

- Adresse : 294, rue Déragon, Granby, QC J2G 5J5
- Téléphone : 450 375-1442
- Site Web : www.santeestrie.qc.ca

CONSEIL POUR LA PROTECTION DES MALADES

Cette organisation défend les droits des usagers du système de santé du Québec. Son équipe est composée de conseillers juridiques spécialisés en droit de la santé. Ceux-ci peuvent donner un avis d'ordre juridique ou dénoncer une situation ou un abus portant atteinte aux droits de la personne. Toute dénonciation est traitée sous le sceau de la confidentialité.

- Adresse : 3565, rue Berri, bureau 230, Montréal QC H2L 4G3
- Téléphone : 1 877-276-2433
- Courriel : info@cpm.qc.ca
- Site Web : cpm.qc.ca

INSTITUT DE PLANIFICATION DE SOINS DU QUÉBEC

Cette organisation a pour mission d'aider les individus en perte d'autonomie à planifier leurs soins. En les informant sur les différentes options de soins, l'Institut leur permet de prendre des décisions éclairées et d'utiliser de façon optimale les ressources qui leur sont offertes. De plus, l'organisme offre de nombreuses formations et conférences.

- Téléphone : 514 805-2408
- Courriel : info@planificationdesoins.org
- Site Web : <http://planificationdesoins.org/>

LA MAISON AU DIAPASON

Cet établissement offre le service gratuit d'accompagnement en fin de vie. Son équipe composée de bénévoles qualifiés est également disponible pour accompagner les proches du patient dans leur processus de deuil.

- Adresse : 50, rue du Diapason, Bromont, QC J2L 0G1
- Téléphone : 450 534-2002
- Courriel : info@audiapason.org
- Site Web : www.audiapason.org

LA MAISON SOUTIEN AUX AIDANTS

La Maison soutien aux Aidants œuvre auprès des proches aidants de la Haute-Yamaska. Sa mission est de prévenir l'épuisement physique et psychologique lié au rôle du proche aidant dans une optique de santé globale. L'organisme offre des services d'intervention psychosociale sous forme de rencontres individuelles ou de groupe, des formations thématiques couvrant une multitude de sujets et des services d'aide à domicile ou de surveillance de groupe pour offrir du répit aux aidants.

- Adresse : 197, rue Paré, Granby, QC J2G 5E4
- Téléphone : 450 375-9115
- Courriel : info@servicesauxaidants.ca
- Site Web : www.servicesauxaidants.com

OASIS SANTÉ MENTALE GRANBY ET RÉGION

Cet organisme aide les individus touchés par la maladie mentale de même que leur entourage. Il offre un programme de répit pour les proches afin de prévenir l'épuisement et de favoriser la réorganisation de la famille. Ce programme vise principalement les familles avec un adulte touché par une problématique de santé mentale et les jeunes enfants suivis en pédopsychiatrie.

Plusieurs ressources complémentaires sont mises à disposition du public et visent différentes clientèles : ligne d'écoute, groupes d'entraide, activités de formation et plus encore.

- Adresse : 177, rue Denison Est, Granby, Québec J2G 4C4
- Téléphone : 450 777-7131
- Téléphone sans-frais : 1-855-272-7837
- Courriel : info@oasissantementale.org
- Site Web : <http://www.oasissantementale.org>

LE PHARE : ENFANTS ET FAMILLE

Le Phare est un organisme à but non lucratif qui vient en aide aux parents d'enfants dont la vie est menacée. Son centre de répit, la Maison André-Gratton, offre de courts séjours. Un accompagnement et du soutien sont disponibles pour la famille lorsque l'enfant est en fin de vie.

- Adresse : 2725, avenue du Mont-Royal Est, Montréal, QC H1Y 0A1
- Téléphone : 1 866 954-4848
- Courriel : info@phare-lighthouse.com
- Site Web : <http://www.phare-lighthouse.com/fr>

REGROUPEMENT DES ORGANISMES MONTRÉGIENS D'AIDANTS NATURELS

Ce regroupement rassemble différents organismes qui soutiennent les aidants d'aînés en Montérégie. Son équipe peut orienter les proches aidants qui souhaitent avoir accès à des ressources adaptées à leur situation.

- Adresse : 640, rue Dorchester, bureau 301, Saint-Jean-sur-Richelieu, QC J3B 5A4
- Téléphone : 514 767-4511
- Courriel : roman@aidantsnaturels.org
- Site Web : www.aidantsnaturels.org

REGROUPEMENT SOUTIEN AUX AIDANTS DE BROME-MISSISQUOI - MAISON GILLES-CARLE

Cette organisation offre une multitude de services aux aidants naturels pour leur permettre de briser l'isolement : ateliers d'informations et de prévention de l'épuisement, soutien psychosocial, rencontres en relation d'aide, cafés-rencontres et plus encore. Grâce à l'implication de bénévoles, une halte-répit a été mise sur pied et un service de répit à domicile est également disponible.

- Adresse : 614, boulevard J.-André-Déragon, Cowansville, QC J2K 0H7
- Téléphone : 450 263-4236
- Courriel : info@rsabm.ca
- Site Web : <https://rsabm.ca>