



BOTTIN

PROGRAMMES ET SERVICES

OFFERTS AUX AÎNÉS

DU NORD-DU-QUÉBEC

**La présente publication a été réalisée par la
Table régionale de concertation des aînés du Nord-du-Québec,
2004**

**GESTION DE PROJET
Dominique Leclerc**

**MISE À JOUR, novembre 2008
Sara-Eve C. Duchesneau**

**POUR OBTENIR UNE COPIE DE CE DOCUMENT, VEUILLEZ
VOUS ADRESSER À :**

**Conférence régionale des élus de la Baie-James
Madame Sara-Eve Duchesneau
Agente de développement responsable de l'entente spécifique
pour les aînés
110, boulevard Matagami, C. P. 850
Matagami (Québec) J0Y 2A0
Téléphone : 819 739-4111, poste 237
Sans frais : 1 800 516-4111, poste 237
www.crebj.ca
www.cdsbj.ca**

*** Le genre masculin utilisé dans ce document désigne aussi
bien les femmes que les hommes.**

TABLE DES MATIÈRES

| | |
|--|----|
| ORGANISMES GOUVERNEMENTAUX..... | 6 |
| <i>INFORMATION GÉNÉRALE</i> | 6 |
| <i>DROITS ET DÉFENSE DES DROITS</i> | 7 |
| <i>REVENUS</i> | 10 |
| <i>SANTÉ, PROTECTION ET MIEUX-ÊTRE</i> | 13 |
| PROGRAMMES GOUVERNEMENTAUX..... | 16 |
| Organismes Nationaux..... | 21 |
| Organismes Régionaux..... | 33 |
| Organismes Locaux | 39 |
| <i>CHAPAIS</i> | 40 |
| <i>CHIBOUGAMAU</i> | 41 |
| <i>LEBEL-SUR-QUÉVILLON</i> | 48 |
| <i>MATAGAMI</i> | 52 |
| <i>RADISSON</i> | 54 |
| <i>VALCANTON</i> | 55 |
| <i>VILLEBOIS</i> | 56 |
| SITES INTERNET D'INTÉRÊT | 57 |
| NUMÉROS DE TÉLÉPHONE UTILES | 60 |

Organismes et programmes

GOUVERNEMENTAUX

ORGANISMES GOUVERNEMENTAUX

INFORMATION GÉNÉRALE

SERVICES QUÉBEC

Organisme qui met à votre portée une multitude de **services et de programmes** offerts par les différents ministères et organismes du gouvernement du Québec.

SERVICES

- Répond aux **demandes de renseignements** de la population en proposant un service à l'accueil et par téléphone;
- Distribue des **formulaires** et des **publications** gouvernementales gratuites.

Services Québec

Sans frais : 1 877 644-4545

Site Internet : www.gouv.qc.ca

Point d'accès – Chibougamau

333, 3^e Rue

Chibougamau (Québec) G8P 1N4

DIRECTEUR DE L'ÉTAT CIVIL

Il dresse les **actes de naissance**, de **mariage**, d'**union civile** et de **décès** survenus au Québec.

Directeur de l'état civil

2050, rue De Bleury

Montréal (Québec) H3A 2J5

Sans frais : 1 800 567-3900

Courriel : etatcivil@dec.gouv.qc.ca

Site Internet : www.etatcivil.gouv.qc.ca

GOUVERNEMENT DU CANADA — CENTRE D'INFORMATION

Centre d'information qui vise à améliorer les communications entre le gouvernement du Canada et les Canadiens.

SERVICES

- Offre de l'information sur les programmes et services du gouvernement du Canada.

Gouvernement du Canada — Centre d'information

Sans frais : 1 800 622-6232 (1 800 O-Canada)

Téléscripteur : 1 800 255-4786

Site Internet : www.canada.gc.ca

DROITS ET DÉFENSE DES DROITS

ALLIANCE DES ASSOCIATIONS DE RETRAITÉS ET D'AÎNÉS DU QUÉBEC

Alliance qui **protège les droits** et intervient auprès des gouvernements lorsque leurs politiques menacent de détériorer les conditions de vie de cette population.

Alliance des associations de retraités et d'aînés du Québec

Cummings Center

3, carré Cummings

Montréal (Québec) H3W 3E8

Téléphone : 514 342-1234, poste 7221

Télécopieur : 514 739-6899

Courriel : ibn@internet.uqam.ca

Site Internet :

<http://communautic.uqam.ca/webriag/francais/associations/CAAQ/index.htm>

COMMISSION DES DROITS DE LA PERSONNE ET DES DROITS DE LA JEUNESSE

Commission qui assure la **promotion et le respect des droits et libertés** affirmés par la *Charte des droits et libertés de la personne*. Elle fait **enquête dans les cas d'exploitation de personnes âgées ou handicapées**, en signalant éventuellement au Curateur public tout besoin de protection.

Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse

Protection contre la discrimination fondée sur l'âge

360, rue Saint-Jacques, 2^e étage

Montréal (Québec) H2Y 1P5

Sans frais : 1 800 361-6477

Télécopieur : 514 873-6032

Courriel : webmestre@cdpdj.qc.ca

Site Internet : www.cdpdj.qc.ca

OFFICE DE LA PROTECTION DU CONSOMMATEUR

L'office assure la **reconnaissance et le respect des droits des consommateurs** et définit leurs besoins de protection au regard des nouveaux enjeux et problématiques en consommation et voit ainsi à faire **appliquer et respecter des lois** visant essentiellement la **protection des consommateurs**.

SERVICES

- Reçoit les **plaintes des consommateurs**;
- Donne de l'information sur ce qui a trait à la **protection du consommateur**;
- Surveille l'application de la *Loi sur la protection du consommateur* et de toute autre loi en vertu de laquelle une telle surveillance lui incombe.

Office de la protection du consommateur Abitibi-Témiscamingue

255, avenue Principale, rez-de-chaussée 05
Rouyn-Noranda (Québec) J9X 7G9

Sans frais : 1 888 672-2556 (1 888 OPC-ALLO)

Télécopieur : 1 866 640-3062

Site Internet : www.opc.gouv.qc.ca

Office de la protection du consommateur Saguenay — Lac-Saint-Jean

3950, boulevard Harvey, bureau 2.12
Jonquière (Québec) G7X 8L6

Sans frais : 1 888 672-2556 (1 888 OPC-ALLO)

Télécopieur : 418 695-7936

Site Internet : www.opc.gouv.qc.ca

SECRETARIAT AUX AÎNÉS

Le Secrétariat agit comme observateur en ce qui a trait aux différentes **mesures et initiatives gouvernementales** à l'endroit des aînés dans tous les domaines de leur vie. Il **assure la cohérence et la coordination des interventions de l'État** envers ses citoyens.

SERVICES

- Réalise des analyses en vue de développer une compréhension des questions touchant les aînés;
- Conçoit, élabore et assure la mise en œuvre d'un plan d'action et éventuellement d'autres politiques et programmes relatifs aux personnes âgées;
- Fournit des avis sur les politiques, projets de loi et règlements gouvernementaux touchant les aînés;
- Conseille la ministre responsable de la condition des aînés sur toutes autres questions concernant les personnes âgées.

Secrétariat aux aînés

905, avenue Honoré-Mercier, 3^e étage

Québec (Québec) G1R 5M6

Sans frais : 1 877 502-4127

Télécopieur : 418 643-0882

Site Internet : www.msss.gouv.qc.ca/ministere/secaines.html

Courriel : secretariat.aines@mfa.gouv.qc.ca

REVENUS**ANCIENS COMBATTANTS CANADA**

Anciens Combattants Canada offre des **services** et des **avantages** adaptés aux besoins des anciens combattants et des familles de ceux-ci de manière à reconnaître les services qu'ils ont rendus au Canada.

SERVICES

- Offre de l'information sur les **services** et **paiements** aux anciens combattants et à certains civils ayant servi lors d'une guerre.

Anciens Combattants Canada

Bureau régional

Place Bonaventure - Portail Sud-Ouest

800, de la Gauchetière Ouest

6^e étage, bureau 6505

Montréal (Québec) H5A 1L8

Sans frais : 1 866 522-2022Site Internet : www.vac-acc.gc.ca

SERVICE CANADA

Service Canada améliore la prestation des services gouvernementaux en offrant aux citoyens un accès à guichet unique permettant de consulter divers **programmes et services du gouvernement** du Canada.

SERVICES

- Offre notamment de l'information concernant la **pension de la Sécurité de vieillesse**, le **Supplément de revenu garanti**, l'**allocation au survivant** ainsi que la **Pension de retraite du Régime de pension du Canada**.

Centre Service Canada623, 3^e Rue

Chibougamau (Québec) G8P 3A2

Desservant le secteur de Chibougamau et Chapais

Centre Service Canada273, 3^e Rue Ouest

Senneterre (Québec) J0Y 2M0

Desservant le secteur de Lebel-sur-Quévillon

SERVICES MOBILES – Lebel-sur-Quévillon

107, rue Principale Sud
Lebel-sur-Quévillon (Québec) J0Y 1X0

Centre Service Canada

Édifice Gestima
101, 1^{re} Avenue Est
Amos (Québec) J9T 1H4
Desservant le secteur de Matagami

SERVICES MOBILES – Matagami

180, Place du Commerce
Matagami (Québec) J0Y 2A0

Centre Service Canada

Centre commercial Carrefour La Sarre
255, 3^e Rue Est
La Sarre (Québec) J9Z 3N7
Desservant le secteur de Villebois, Beaucanton et
Val-Paradis

Renseignements généraux : 1 800 622-6232

Sans frais : 1 800 277-9915

Site Internet : www.servicecanada.gc.ca

RÉGIE DES RENTES DU QUÉBEC

La Régie applique la *Loi sur le régime de rentes du Québec*, la *Loi sur les régimes complémentaires de retraite* et administre le régime de prestations familiales.

SERVICES

- Donne de l'information sur l'obtention d'une rente, d'une prestation du Régime de rente, sur la retraite progressive, la retraite anticipée ainsi que sur

les **Régimes complémentaires de retraite** (fonds de pension).

Régie des rentes du Québec

Case postale 5200

Québec (Québec) G1K 7S9

Sans frais : 1 800 463-5185

Téléscripteur : 1 800 603-3540

Télécopieur : 418 643-7421

Site Internet : www.rrq.gouv.qc.ca

SANTÉ, PROTECTION ET MIEUX-ÊTRE

CENTRE QUÉBÉCOIS DE CONSULTATION SUR L'ABUS ENVERS LES ÂÎNÉS — LIGNE INFO-ABUS

Service téléphonique d'**écoute**, de **soutien** et d'**information** offrant de l'aide aux individus confrontés à des situations d'abus financier, psychologique, physique ou de négligence. Ce service offre également des **renseignements** à toute personne ayant des raisons de croire qu'une personne aînée de son entourage fait face à de telles situations.

Centre québécois de consultation sur l'abus envers les aînés — Ligne Info-Abus

Sans frais : 1 888 489-2287 (1 888 489-ABUS)

CONSEIL DES ÂÎNÉS

Organisme gouvernemental provincial qui a principalement pour fonctions de **promouvoir les droits des aînés**, leurs **intérêts** et leur **participation à la vie collective** ainsi que de conseiller la ministre sur toute question qui concerne les personnes âgées.

SERVICES

- Assure la **liaison et la communication** entre les aînés et le gouvernement;
- Propose un ensemble de **publications** : avis, politiques, études, mémoires et rapports.

Conseil des aînés

900, boulevard René-Lévesque Est

8^e étage, bureau 810

Québec (Québec) G1R 2B5

Sans frais : 1 877 657-2463 (1 877 657-AINES)

Télécopieur : 418 643-1916

Courriel : aines@conseil-des-aines.qc.ca

Site Internet : www.conseil-des-aines.qc.ca

CURATEUR PUBLIC DU QUÉBEC

Il veille à la **protection de citoyens inaptes** par des mesures adaptées à leurs états et à leur situation. Il **administre provisoirement des biens non réclamés** et assure par une recherche active qu'ils sont remis à leurs propriétaires.

Curateur public du Québec

600, boul. René-Lévesque Ouest, 12^e étage

Montréal (Québec) H3B 4W9

Sans frais : 1 800 363-9020

Télécopieur : 514 873-4972

Courriel : information@curateur.gouv.qc.ca

Site Internet : www.curateur.gouv.qc.ca

DIRECTION DE L'INDEMNISATION DES VICTIMES D'ACTES CRIMINELS (IVAC)

L'IVAC permet aux victimes d'actes criminels de **recevoir des prestations** pendant qu'elles sont incapables de reprendre leur travail ou de vaquer à leurs occupations habituelles.

Direction de l'indemnisation des victimes d'actes criminels

1199, rue De Bleury, 5^e étage
C. P. 6056, succursale Centre-ville
Montréal (Québec) H3C 4E1

Sans frais : 1 800 561-4822

Télécopieur : 514 906-3029

Courriel : ivac@csst.qc.ca

Site Internet : www.ivac.qc.ca

RÉGIE DE L'ASSURANCE MALADIE DU QUÉBEC

La régie administre les régimes publics d'**assurance maladie** et d'**assurance médicaments** ainsi qu'une quarantaine de programmes complémentaires.

SERVICES

- **Informe** la population sur les services offerts;
- Offre des programmes d'**aides auditives**, des services d'**optométrie**, d'**aides visuelles** ou de **prothèses oculaires**;

Régie de l'assurance maladie du Québec

Sans frais : 1 800 561-9749

Téléscripteur : 1 800 361-3939

Courriel : services.beneficiaires@ramq.gouv.qc.ca

Site Internet : www.ramq.gouv.qc.ca

PROGRAMMES GOUVERNEMENTAUX

ACCÈSLOGIS

Programme d'aide financière qui favorise la réalisation de logements sociaux et communautaires pour des ménages à revenu faible ou modeste, ou encore, pour des clientèles en difficulté ayant des besoins particuliers.

Société d'habitation du Québec

Sans frais : 1 800 463-4315

Site Internet : www.habitation.gouv.qc.ca

ALLOCATION-LOGEMENT

Programme qui procure une **aide financière directe** au logement afin d'aider à payer les **dépenses de logement** lorsqu'elles **excèdent 30 % du revenu familial** total. Il s'adresse aux personnes de **55 ans et plus** et aux **familles à faible revenu** ayant au moins un enfant à charge.

Revenu Québec

Sans frais : 1 800 267-6299

Téléscripteur : 1 800 361-3795

Site Internet : www.revenu.gouv.qc.ca

CRÉDIT D'IMPÔT POUR LE MAINTIEN À DOMICILE D'UNE PERSONNE ÂGÉE

Mesure qui permet aux personnes âgées de **70 ans ou plus** de recevoir, pour des **services d'aide à domicile** (entretien ménager, préparation des repas, gestion du budget et autre), **une aide fiscale maximale de 2 760 \$** par année.

Revenu Québec

Sans frais : 1 800 267-6299

Téléscripteur : 1 800 361-3795

Site Internet : www.revenu.gouv.qc.ca

CRÉDIT D'IMPÔT POUR L'HÉBERGEMENT D'UN PARENT

Mesure fiscale de **550 \$ par personne, par année** d'imposition. Le parent concerné doit être âgé de **70 ans ou plus**, au 31 décembre, ou de **60 ans ou plus, s'il a une déficience mentale ou physique** grave et prolongée.

Revenu Québec

Sans frais : 1 800 267-6299

Téléscripteur : 1 800 361-3795

Site Internet : www.revenu.gouv.qc.ca

DU CŒUR À L'ACTION POUR LES AÎNÉS DU QUÉBEC

Programme qui accorde un **soutien financier aux organismes communautaires** oeuvrant auprès des aînés pour la **réalisation de projets** axés sur le renforcement de la solidarité entre les générations.

Secrétariat aux aînés

Sans frais : 1 877 502-4127

Site Internet : www.mfa.gouv.qc.ca

PERTE D'AUTONOMIE LIÉE AU VIEILLISSEMENT

Programme qui regroupe tous les **services dispensés dans un établissement**, à domicile ou ailleurs, qui sont destinés aux **personnes en perte d'autonomie (peu importe la cause)** et à leur entourage.

Centre régional de santé et de services sociaux de la Baie-James

312, 3^e Rue

Chibougamau (Québec) G8P 1N5

Téléphone : 418 748-3575

Télécopieur : 418 748-6391

**PROGRAMME DE LOGEMENTS ADAPTÉS POUR ÂNÉS
AUTONOMES (LAAA)**

Programme qui accorde une **aide financière aux personnes âgées de 65 ans et plus à faible revenu** pour **adapter leur logement ou leur maison** afin de leur permettre d'y vivre de façon autonome et sécuritaire le plus longtemps possible.

Société d'habitation du Québec

Sans frais : 1 800 463-4315

Site Internet : www.habitation.gouv.qc.ca

**PROGRAMME D'EXONÉRATION FINANCIÈRE POUR LES SERVICES
D'AIDE DOMESTIQUE**

Mesure qui permet à une personne à qui une entreprise régionale reconnue fournit des **services d'aide domestique**, de bénéficier d'une **réduction du tarif horaire exigé**. Toute **personne de 65 ans ou plus** et qui est référée par un centre de santé peut bénéficier d'une aide financière variable en plus de l'aide financière fixe.

Régie de l'assurance maladie du Québec

Sans frais : 1 800 561-9749 Téléscripneur : **1 800 361-3939**

Site Internet : www.ramq.gouv.qc.ca

PROGRAMME NOUVEAUX HORIZONS POUR LES AÎNÉS

Programme qui aide les aînés à **profiter de la qualité de vie** dans leur collectivité et y contribuer en participant aux activités sociales et en menant une vie active. Le programme offre **trois types de financement** pour des projets organisés par et pour les aînés.

Ressources humaines et Développement social Canada
Sans frais : 1 800 277-9915/1 800 277-9914 (anglais)

Site Internet :

http://www.rhdsc.gc.ca/fr/parteneriats_communautaires/aines/index.shtml

VIACTIVE

Programme qui permet de **sensibiliser et d'initier les personnes âgées à la pratique régulière d'activités physiques**. De plus, la trousse « Vie active mise en forme » contient six routines avec cassette audio et peut être utilisée pour des exercices à la maison.

Kino-Québec

Téléphone : 418 748-3575, poste 5133

Télécopieur : 418 748-6391

Site Internet : www.kino-quebec.gc.ca

Organismes

NATIONAUX

ASSOCIATION NATIONALE DES OSBL D'HABITATION ET D'HÉBERGEMENT POUR PERSONNES ÂGÉES (ANOHPA)

Association qui **regroupe, soutient et représente les organismes communautaires** intervenant auprès des personnes âgées en fonction de l'habitation et de l'hébergement.

SERVICES

- Favoriser l'échange d'information;
- Faire reconnaître les actions des organismes membres auprès des instances administratives et politiques;
- Collaborer avec d'autres groupes qui s'intéressent à l'habitation sociale pour les personnes âgées.

Association nationale des OSBL d'habitation et d'hébergement pour personnes âgées

6240, rue Christophe-Colomb
Montréal (Québec) H2S 2G7

Téléphone : 514 273-2521 ou 418 695-6026

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES ET PRÉRETRAITÉES (A.Q.D.R.)

Seule association qui **défend les droits économiques, culturels et sociaux des personnes retraitées et préretraitées**. Elle vise également l'**amélioration de leurs conditions de vie** en ce qui a trait au revenu, aux politiques sociales, au transport, etc. Seule association reconnue pour la défense des droits uniquement.

SERVICES

- Offre un soutien aux organismes;
- Propose des soirées d'information;
- Dénonce les injustices;
- Défense des droits.

Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées

1620, avenue de la Salle, bureau 10

Montréal (Québec) H1V 2J8

Sans frais : 1 877 935-1551

Télécopieur : 514 937-7371

Courriel : info@aqdr.org

Site Internet : www.aqdr.org

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE GÉRONTOLOGIE

Organisme qui s'intéresse aux différents aspects du **vieillessement**. Regroupe des intervenants professionnels et des bénévoles impliqués dans la **formation ou la recherche en gérontologie** ainsi que des organismes oeuvrant dans le domaine des services aux personnes âgées.

SERVICES

- Publie la revue trimestrielle *Le Gérontophile*;
- Dispose d'un centre de documentation;
- Effectue des rapports de recherche;
- Organise deux colloques annuels;
- Présente des conférences.

Association québécoise de gérontologie

4398, boulevard St-Laurent, bureau 302

Montréal (Québec) H2W 1Z5

Téléphone : 514 387-3612

Télécopie : 514 396-3378

Courriel : aqq@bellnet.ca

Site Internet :

<http://www.communautic.uqam.ca/webriaq/francais/associations/membres/bdt/aqq.htm>

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES CENTRES COMMUNAUTAIRES POUR ÂÎNÉS

Regroupement provincial **représentant les centres communautaires pour aînés** à travers le Québec. Offre une structure provinciale de représentation et de soutien aux centres communautaires pour aînés en tenant compte des spécificités propres à chacun.

SERVICES

- Promeut et soutient des centres communautaires pour aînés;
- Forme le personnel et les bénévoles sur des questions touchant spécifiquement leur travail;
- Favorise la circulation d'information entre les centres des différentes régions;
- Représente les centres communautaires pour aînés auprès des instances gouvernementales et d'autres regroupements provinciaux.

Association québécoise des centres communautaires pour aînés

1474, rue Fleury Est

Montréal (Québec) H2C 1S1

Sans frais : 1 866 772-7222

Télécopieur : 514 381-3462

Courriel : aqcca@berthiaume-du-tremblay.com

Site Internet : <http://www.aqcca.org>

ASSOCIATION L'AMITIÉ N'A PAS D'ÂGE

Association qui **favorise le rapprochement entre les aînés et les autres générations** par la création de liens et de projets continus entre jeunes et aînés. Elle permet aux aînés de transmettre leurs traditions et leurs expériences aux

générations montantes en responsabilisant les jeunes envers les aînés en perte d'autonomie.

SERVICES

- Organise annuellement la semaine L'Amitié n'a pas d'âge;
- Donne des formations;
- Favorise le jumelage;
- Aide à l'élaboration de projets;
- Offre un support promotionnel.

Association L'Amitié n'a pas d'âge

1474, rue Fleury Est

Montréal (Québec) H2C 1S1

Téléphone : 514 382-0310, poste 209

Télécopieur : 514 381-3462

Courriel : info@amitieage.org

Site Internet : www.amitieage.org

CHAMBRE DES NOTAIRES DU QUÉBEC

Organisme qui doit, conformément à la loi et sous la surveillance de l'Office des professions du Québec, assurer principalement la **protection du public** utilisateur des services professionnels du notaire.

SERVICES

- Tient les **registres des dispositions testamentaires** et des mandats de la Chambre des notaires;
- Assure la réception et le traitement des plaintes du public.

Chambre des notaires du Québec

1801, avenue McGill College, bureau 600

Montréal (Québec) H3A 0A7

Sans frais : 1 800 263-1793

Courriel : information@cdnq.org

Site Internet : www.cdnq.org

CONSEIL POUR LA PROTECTION DES MALADES

Organisme qui travaille à la **défense des droits des personnes âgées, malades et handicapées**. Fournit aux usagers du réseau de la santé toute l'information relative à leurs droits en regard des services de santé.

SERVICES

- Documente et soutient les comités des usagers des établissements de santé;
- Publie le périodique trimestriel *Justice-Santé*.

Conseil pour la protection des malades

800, de La Gauchetière Ouest, bureau 6580

Montréal (Québec) H5A 1K6

Sans frais : 1 877 276-2433

Télécopieur : 514 861-5189

Site Internet : <http://cpm.qc.ca>

FÉDÉRATION DE L'ÂGE D'OR DU QUÉBEC (FADOQ)

Organisme qui **regroupe les personnes de 50 ans et plus, les représente** devant toutes les instances nécessitant la reconnaissance de leurs droits et de leurs besoins, **organise des activités et offre des programmes et des services répondant à leurs besoins** afin de favoriser leur qualité de vie et leur épanouissement.

SERVICES

- Promeut des activités physiques et de loisirs;
- Soutient l'implication sociale des aînés et la réalisation de projets visant le rapprochement des générations;
- Défend les droits et les intérêts des aînés;
- Travaille à mettre en place des programmes, des institutions ou des politiques;
- Offre des sessions de formation adaptées aux besoins des bénévoles;
- Diffuse différentes publications.

FADOQ

4545, avenue Pierre-De Coubertin
C. P. 1000, Succ. M
Montréal (Québec) H1V 3R2

Sans frais : 1 800 828-3344

Télécopieur : 514 252-3154

Courriel : info@fadoq.ca

Site Internet : <http://www.fadoq.ca>

FADOQ – Région Saguenay-Lac-St-Jean—Ungava

414, rue Collard Ouest
Alma (Québec) G8B 1N2

Téléphone : 418 668-4795

Télécopieur : 418 668-0265

Courriel : reception@fadoqsaqlac.com

Site Internet : www.fadoqsaqlac.com

Fédération des clubs de l'Âge d'Or de l'Abitibi-Témiscamingue

200, rue Côté Ouest, C. P. 361
Evain (Québec) J0Z 1Y0

Téléphone : 819 768-2142

Télécopieur : 819 768-2144

Courriel : fadoq.a.t.@tlb.sympatico.ca

FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DES SOCIÉTÉS ALZHEIMER

Organisme de santé national qui **représente les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer** et leur famille, les **soutient, défend leur cause et préserve leurs droits**. Il tend à alléger les conséquences personnelles et sociales de la maladie d'Alzheimer ainsi qu'à promouvoir la **recherche sur les causes et le traitement** de la maladie d'Alzheimer.

SERVICES

- Offre un soutien psychosocial;
- Organise des groupes de soutien pour les proches;
- Fait la promotion du programme national sécu-retour;
- Donne des formations et des conférences;
- Propose une grande diversité de documents imprimés et de cassettes audiovisuelles;
- Propose un service d'écoute téléphonique.

Fédération québécoise des sociétés Alzheimer

5165, rue Sherbrooke Ouest, bureau 211

Montréal (Québec) H4A 1T6

Sans frais : 1 888 636-6473 (1 888 MÉMOIRE)

Télécopieur : 514 369-7900

Courriel : info@alzheimerquebec.ca

Site Internet : www.alzheimerquebec.ca

GRANDS-PARENTS REQUÉRANT ACCÈS NATUREL ET DIGNITÉ (GRAND)

Association qui assure un **support émotionnel aux grands-parents qui ont perdu le droit d'accès à leurs petits-enfants**. Tend à mettre en valeur la médiation, à informer et éduquer le public ainsi qu'à recommander des modifications à la loi pour augmenter les droits des grands-parents.

SERVICES

- Soutient les grands-parents dans leurs démarches permettant de visiter et de faire des sorties avec leurs petits-enfants;
- Organise des rencontres avec des avocats.

Grands-parents requérant accès naturel et dignité

12, Park Place, bureau 1
Westmount (Québec) H3Z 2K5

Téléphone : 514 846-0574

Télécopieur : 514 846-0235

Site Internet : www.familis.org/riopfq/membres/grand.html

INTERNAUTES POIVRE & SEL

Organisme qui **brise la solitude des gens de 50 ans et plus** en leur permettant de se réaliser à travers une activité de loisir comme l'**utilisation des nouvelles technologies de l'information**.

SERVICES

- Offre des formations en informatique dans différentes régions du Québec;
- Répertoire 300 sites pour les internautes Poivre & Sel;
- Tient une banque de réponses aux questions qui ont été soumises en matière d'informatique.

Cégep de Saint-Jérôme

Ateliers pour personnes de 50 ans et plus

455, rue Fournier

Saint-Jérôme (Québec) J7Z 4V8

Téléphone : 450 436-1580, poste 268

Site Internet : www.cstj.qc.ca/fcse

OPTION CONSOMMATEURS

Association vouée à la **défense et à la promotion des intérêts des consommateurs**. Défend d'abord et avant tout les **droits et les intérêts des personnes défavorisées** sur le plan économique, mais aussi les droits et les intérêts de **tous les consommateurs**.

SERVICES

- Offre de l'aide en matière de finances personnelles;
- Offre un service juridique et différents types d'aide;
- Publie la revue *Consommation* et d'autres publications.

Option consommateurs

2120, rue Sherbrooke Est, bureau 604

Montréal (Québec) H2K 1C3

Sans frais : 1 888 412-1313

Télécopieur : 514 598-8511

Courriel : info@option-consommateurs.org

Site Internet : www.consommateur.qc.ca

PROTECTEUR DU CITOYEN

Le protecteur du citoyen **surveille et fait corriger les négligences, les erreurs, les injustices et les abus des ministères et organismes du gouvernement** du Québec.

SERVICES

- Offre des services de **renseignements généraux** sur le régime d'examen des plaintes;
- Étudie les **plaintes**, recherche les **solutions** ou dirige vers les **ressources appropriées**.

Protecteur du citoyen

1080, côte du Beaver Hall, 10^e étage, bureau 1000

Montréal (Québec) H2Z 1S8

Sans frais : 1 800 463-5070

Télécopieur : 514 873-4640

Courriel : protecteur@protecteurducitoyen.qc.ca

Site Internet : www.protecteurducitoyen.qc.ca

REGROUPEMENT P.R.A.S.A.B. – POPOTES ROULANTES ET AUTRES SERVICES ALIMENTAIRES BÉNÉVOLES

Regroupement qui **encourage et soutient le développement des services alimentaires au Québec** notamment les popotes roulantes, les dîners communautaires et les autres organismes œuvrant dans le domaine.

SERVICES

- Publication du bulletin de liaison trimestriel, le « Menu du jour »;
- Conception de guides divers : manuel de procédures, guide de comptabilité, carnet du bénévole;
- Organisation d'activités d'échanges;
- Sessions de formation pour les responsables de bénévoles;
- Service d'accueil et de référence;
- Vente de matériel : sacs isolants, affiches informatives, tabliers, etc.

Regroupement P.R.A.S.A.B.

1474, rue Fleury Est

Montréal (Québec) H2C 1S1

Sans frais : 1 877 277-2722

Télécopieur : 514 381-3462

Courriel : regroupement@prasab.org

Site Internet : www.prasab.org

RÉSEAU LIBRE SAVOIR – L'UNIVERSITÉ DU 3^E ÂGE ABITIBI-TÉMISCAMINGUE

Organisme dont la mission est d'**organiser des activités de formation ou d'apprentissage** destinées à l'**amélioration de la qualité de vie** des personnes de **plus de 50 ans** et à leur épanouissement.

SERVICES

- Crée un lieu d'échanges et de réflexion;
- Combat l'isolement et favorise l'intégration à la vie sociale et culturelle des membres du Réseau;
- Satisfait l'appétit de connaissance des aînés;
- Offre des occasions de valorisation de soi.

Réseau libre savoir

445, boulevard de l'Université

Rouyn-Noranda (Québec) J9X 5E4

Téléphone : 819 732-8809, poste 221 (UQAT)

Courriel : info@rlsavoir.qc.ca

Site Internet : www.rlsavoir.qc.ca

Organismes

RÉGIONAUX

CENTRE D'AIDE AUX VICTIMES D'ACTES CRIMINELS (CAVAC)

Le CAVAC **aide les victimes d'acte criminel**, les proches d'une victime, les témoins d'une agression, d'un vol par effraction ou de tout autre crime à **surmonter les conséquences physiques, psychologiques et sociales**. De plus, cet organisme peut vous aider dans vos **démarches pour obtenir une indemnisation** pour les préjudices subis.

SERVICES

- Propose une intervention post-traumatique et « psychosociojudiciaire »;
- Fournit de l'information sur les droits et recours;
- Offre de l'assistance technique;
- Oriente et accompagne vers les services spécialisés;

Centre d'aide aux victimes d'actes criminels

860, 3^e Rue, local RC-27

Chibougamau (Québec) G8P 1P9

Téléphone : 1 866 748-8188

Télécopieur : 418 748-4031

Courriel : cavacchiboug@tlb.sympatico.ca

Site Internet : www.cavac.qc.ca

CENTRE D'ASSISTANCE ET D'ACCOMPAGNEMENT AUX PLAINTES (CAAP) NORD-DU-QUÉBEC-JAMÉSIE

Organisme mandaté par le ministre de la Santé et des Services sociaux qui **peut vous aider** dans vos démarches si vous désirez **porter plainte auprès de l'un des établissements du réseau de la santé et des services sociaux**, de la régie régionale ou du Protecteur des usagers.

SERVICES

- Informe et réfère;
- Écoute et cerne l'objet de la plainte;
- Donne de l'information sur les droits des individus et sur la procédure de plainte;
- Aide à la préparation d'un dossier et à la rédaction de la plainte;
- Offre une assistance dans vos démarches et accompagne dans les rencontres.

**Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes
Nord-du-Québec (Jamésie)**

552, 3^e Rue, bureau 201, C. P. 626
Chibougamau (Québec) G8P 2Y8

Téléphone : 418 748-4670

Sans frais : 1 866 272-4670

Télécopieur : 418 748-2845

Courriel : info@caapndqj.ca

**CENTRE RÉGIONAL DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX DE LA
BAIE-JAMES (CRSSBJ)**

Établissement qui dispense les soins de santé et les services sociaux de la région Nord-du-Québec et **compte un centre local de service dans chacune des principales localités de la région.**

SERVICES

Par les centres locaux, l'établissement offre les services de **centre hospitalier**, de **centre d'hébergement** et de **soins de longue durée**, de **centres de santé**, de **centre de réadaptation** pour les **personnes alcooliques et toxicomanes**, de **centre de réadaptation** pour les

personnes présentant une **déficiences intellectuelle** et celle de **centre jeunesse**. De plus, le CRSSSBJ :

- Offre le **Programme québécois de dépistage du cancer du sein** et le Programme perte d'autonomie liée au vieillissement;
- Poursuit l'implantation de l'outil d'évaluation multiclientèle (OEMC) qui permet aux intervenants oeuvrant auprès des clientèles en perte d'autonomie d'avoir accès à plus d'information utile.

Centre régional de santé et de services sociaux de la Baie-James

312, 3^e Rue

Chibougamau (Québec) G8P 1N5

Téléphone : 418 748-3575

Télécopieur : 418 748-6391

MAISON D'HÉBERGEMENT L'AQUARELLE

Organisme qui vient en aide aux **femmes et enfants victimes de violence et en difficulté**. Les services peuvent être offerts **24 heures par jour, tous les jours** de la semaine.

SERVICES

- Propose un **accueil et de l'hébergement transitoire**;
- Offre de l'**aide**, de l'**animation** et de l'**écoute** tout en respectant vos décisions;
- Donne de l'**information sur vos droits** et sur les ressources disponibles dans le milieu;
- Offre un **soutien** et de l'**accompagnement** dans vos démarches.

Maison d'hébergement l'Aquarelle516, 4^e Rue

Chibougamau (Québec) G8P 1S3

Téléphone : 418 748-7654

Télécopieur : 418 748-4474

Courriel : info@maisonaquarelle.ca

RÉSEAU HOMMES QUÉBEC BAIE-JAMES

Organisme qui a pour mission d'**entretenir un réseau de groupes autogérés d'écoute, de parole et d'entraide** ainsi que des occasions d'échanges et de réflexion afin de permettre aux hommes d'accroître l'estime et le rayonnement de leur personne par un mode de vie authentique et responsable.

SERVICES

- Présente des conférences;
- Organise des rencontres de groupe et des activités de loisirs;
- Réfère vers d'autres organismes d'aide.

Réseau Hommes Québec Baie-James427, 3^e Rue

Chibougamau (Québec) G8P 1N6

Téléphone : 418 748-8005**Sans frais : 1 877 908-4545**Courriel : nord-quebec@rhq.caSite Internet : www.rhq.ca

TABLE RÉGIONALE DE CONCERTATION DES AÎNÉS DU NORD-DU-QUÉBEC

La Table **anime le milieu des aînés** afin de les aider à jouer leurs rôles de citoyen à part entière et d'acteur dynamique dans le développement de la région. Assure également la **représentation de leurs intérêts** auprès des différentes instances de consultation régionale et locale tout en favorisant et suscitant des actions visant l'amélioration des conditions de vie des aînés.

SERVICES

- Collabore avec certaines instances, notamment le Conseil des Aînés et la Conférence des Tables régionales de concertation des aînés du Québec;
- Contribue à faire connaître l'apport économique, social et culturel des aînés de la région;
- Favorise des échanges intergénérationnels.

Table régionale de concertation des aînés du Nord-du-Québec

43, 3^e Avenue, C. P. 67
Chapais (Québec) G0W 1H0
Téléphone : 418 745-3216
Télécopieur : 418 745-3216

Organismes

LOCAUX

CHAPAIS**CENTRE DE SANTÉ RENÉ-RICARD**

Centre qui offre les **soins de santé et les services sociaux**. Pour de plus amples informations sur les services offerts, vous pouvez consulter la section du Centre régional de santé et de services sociaux de la Baie-James (p. 35) ou vous adresser directement au Centre de santé René-Ricard.

Centre de santé René-Ricard32, 3^e Avenue, C. P. 1300

Chapais (Québec) G0W 1H0

Téléphone : 418 745-2591

Télécopieur : 418 745-3240

CLUB FADOQ « LES VAILLANTS DE CHAPAIS »

Organisme qui regroupe des personnes âgées de **50 ans et plus, retraitées ou non**. Le club représente les aînés de la ville de Chapais et fait la promotion de leur qualité de vie.

SERVICES

- Regroupe les personnes âgées;
- Organise des activités physiques et de loisirs;
- Représente et défend les droits des aînés;
- Promeut le mieux-être des personnes âgées aux plans physique, moral, intellectuel et spirituel.

Club FADOQ « Les vaillants de Chapais »

Case postale 1264

Chapais (Québec) G0W 1H0

Téléphone : 418 745-3216

Télécopieur : 418 745-3216

L'AMITIÉ DANS L'ÉPREUVE

Groupe d'entraide qui voit à la **préparation de repas** pour les personnes dont **l'un des proches est décédé**.

L'Amitié dans l'épreuve

65, 7^e Rue

Chapais (Québec) G0W 1H0

Téléphone : 418 745-3061

RAYONS DE SOLEIL DU NORD

Organisme qui tend à **briser l'isolement** des personnes âgées et des personnes en perte d'autonomie.

SERVICES

- Organise des activités de groupe;
- Offre de l'aide à domicile et de l'accompagnement;
- Organise un dîner de groupe mensuellement.

Rayons de soleil du Nord

Case postale 7

Chapais (Québec) G0W 1H0

Téléphone : 418 745-3421

CHIBOUGAMAU

ASSOCIATION À FLEUR DE SEIN

Groupe d'**entraide et de soutien aux personnes atteintes de cancer du sein** ainsi qu'à leur famille. Tend à promouvoir l'éducation et la communication concernant la santé globale et les maladies du sein.

SERVICES

- Organise des soirées-conférences;
- Offre un soutien et de l'entraide individuelle;
- Fournit des services d'apprentissage théorique et pratique de l'auto-examen du sein.

Association à fleur de sein

141, 2^e Avenue, C. P. 518

Chibougamau (Québec) G8P 2X9

Téléphone : 418 748-7914 ou 748-6905

Télécopieur 418 748-4422

Courriel : afleurdesein@sympatico.ca

Site Internet : www.cbcn.ca/afleurdesein

**ASSOCIATION DES PERSONNES EN PERTE D'AUTONOMIE
(A.P.P.A.)**

Association qui vient en **aide aux personnes âgées en perte d'autonomie** en offrant des logements moyennant **25 % du revenu** mensuel brut. Association **aussi connue sous le nom de Jardin des aînés.**

SERVICES

- Prépare les repas du midi et du soir;
- Offre une surveillance permanente par un système de sécurité robotisé;
- Propose un service d'animation.

Association des personnes en perte d'autonomie

101, avenue du Parc

Chibougamau (Québec) G8P 3A5

Téléphone : 418 748-4411

Télécopieur : 418 748-4462

Site Internet : <http://appa.icr.qc.ca>

CENTRE DE JOUR AUX AÎNÉS EN PERTE D'AUTONOMIE

Ressource du milieu dans lequel on retrouve des **services** et des **activités thérapeutiques, préventives et de réadaptation pour des personnes âgées** demeurant à domicile dont le degré de perte d'autonomie physique, psychologique et sociale compromet leur maintien à domicile.

SERVICES

- Soins infirmiers et d'assistance;
- Support psychosocial individuel;
- Animation et ateliers spécialisés;
- Activités d'enseignement et d'information;
- Exercices physiques adaptés.

Centre de jour aux aînés en perte d'autonomie

116, rue Dubuc

Chibougamau (Québec) G8P 2Z7

Téléphone : 418 748-2676, poste 2325

CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE 02

SERVICES

- Offre une **intervention téléphonique jour et nuit** pour les personnes suicidaires, leurs proches et les personnes en deuil à la suite d'un suicide;
- **Sensibilise** et fait de la **prévention**;
- Oriente vers les ressources du milieu et offre un soutien aux intervenants;
- Forme, informe et documente.

Centre de prévention du suicide 02 – Chibougamau-Chapais

Case postale 993

Chibougamau (Québec) G7H 5G4

Téléphone : 418 545-9110

Sans frais : 1 866 277-3553

Télécopieur : 418 693-1505

Courriel : cps02@cps02.org

Site Internet : www.cps02.org

CENTRE DE SANTÉ DE CHIBOUGAMAU

Le Centre offre les **soins de santé et les services sociaux**. Pour de plus amples informations sur les services offerts, vous pouvez consulter la section du Centre régional de santé et de services sociaux de la Baie-James (p. 35) ou vous adresser directement au Centre de santé de Chibougamau.

Centre de santé de Chibougamau

51, 3^e Rue

Chibougamau (Québec) G8P 1N1

Téléphone : 418 748-6435

Télécopieur : 418 748-3662

CLUB FADOQ « LES INTRÉPIDES DE CHIBOUGAMAU »

Organisme qui regroupe des personnes âgées de **50 ans et plus, retraitées ou non**. Le club représente les aînés de la ville de Chibougamau et fait la promotion de leur qualité de vie.

SERVICES

- Regroupe les personnes âgées;
- Organise des activités physiques et de loisirs;

- Représente et défend les droits des aînés;
- Promeut le mieux-être des personnes âgées aux plans physique, moral, intellectuel et spirituel.

Club FADOQ « Les Intrépides de Chibougamau »

126, rue des Forces-Armées
Chibougamau (Québec) G8P 3A1
Téléphone : 418 748-6703

CORPORATION LE ZÉPHIR

Organisme qui vient en **aide aux personnes ayant une problématique en santé mentale ou en détresse psychologique**. Son but premier est d'offrir un milieu de vie qui permet à l'individu de **recouvrer son autonomie** en vue d'une **réinsertion sociale** complète.

SERVICES

- Organise des activités individuelles et de groupes;
- Propose des formations et des cours;
- Mets sur pied des projets d'insertion sociale;
- Offre du répit dépannage aux familles et aux proches (La Volière);
- Gère le centre de jour ainsi que la résidence de transition L'Envolée.

Corporation le Zéphir

105, avenue du Parc
Chibougamau (Québec) G8P 3A5
Téléphone : 418 748-2225
Télécopieur : 418 748-1164
Courriel : zephir@tlb.sympatico.ca
Site Internet : www.zephir.icr.qc.ca

LA COUVÉE

Entreprise spécialisée dans l'aide domestique et le soutien à domicile à toute la population de Chibougamau incluant les personnes autonomes, les personnes âgées et les personnes en perte d'autonomie.

SERVICES

- Travaux d'aide domestique (entretien ménager, etc.);
- Soins à la personne;
- Aide aux commissions;
- Préparation de repas et aide à l'alimentation;
- Accompagnement à l'extérieur de la région pour des examens médicaux.

La Couvée inc.

553, 3^e Rue, suite 1

Chibougamau (Québec) G8P 1N8

Téléphone : 418 748-2828

Télécopieur : 418 748-6316

Courriel : lacouvee@tlb.sympatico.ca

MANOIR PROVIDENCE

Résidence de 52 logements pour **personnes retraitées autonomes** et qui, par ses services, permet à cette tranche de la population de demeurer le plus longtemps possible dans son milieu.

SERVICES

- Surveillance 24 heures sur 24 avec cloches d'appel dans tous les appartements;
- Services aux tables et buanderie;
- Salle de billard, salon de coiffure, grande salle récréative, salon à café, salon de traitement, salon

d'artisanat, stationnements extérieurs, aspirateur central et paperasse.

Manoir Providence

124, 4^e Avenue

Chibougamau (Québec) G8P 2C4

Téléphone : 418 671-1474 ou 418 748-3400

Courriel : info@manoirprovidence.com

Site Internet : www.manoirprovidence.com

PARCELLES DE TENDRESSE

Organisme qui **accompagne et supporte les personnes âgées** dans le but de **briser leur isolement**.

SERVICES

- Accompagne des personnes âgées autonomes pour des dîners au restaurant;
- Organise des activités de loisirs.

Parcelles de tendresse

Case postale 782

Chibougamau (Québec) G8P 2Y8

Téléphone : 418 748-3337

PASTORALE DU DEUIL

Groupe d'aide qui organise des **rencontres** pour les **personnes vivant un deuil**.

Pastorale du deuil

1504, 13^e Rue

Chibougamau (Québec) G8P 2L4

Téléphone : 418 748-4620

PREMIÈRE ÉTAPE DE L'ÉPREUVE

Organisme qui **prépare les repas** pour les familles dont l'un des **proches est décédé**.

Première étape de l'épreuve

787, boulevard Campbell
Chibougamau (Québec) G8P 1L4
Téléphone : 418 748-2335

TRANSPORT ADAPTÉ CHAPAIS CHIBOUGAMAU BAIE-JAMES

Organisme qui offre un **service de transport** pour une clientèle préalablement admise par un comité d'admission.

SERVICES

- Transporte des personnes pour les diverses activités de la vie quotidienne.

Transport adapté Chapais Chibougamau Baie-James

878, rue Perreault
Chibougamau (Québec) G8P 2K3
Téléphone : 418 748-6346
Télécopieur : 418 748-8080
Courriel : taccbj@taccbj.ca
Site Internet : www.icr.qc.ca

LEBEL-SUR-QUÉVILLON

CENTRE DE SANTÉ LEBEL

Le Centre offre les **soins de santé et les services sociaux**. Pour de plus amples informations sur les services offerts, vous pouvez consulter le Centre régional de santé et de

services sociaux de la Baie-James (p. 35) ou vous adresser directement au Centre de santé Lebel.

Centre de santé Lebel

950, boulevard Quévillon, C. P. 5000
Lebel-sur-Quévillon (Québec) J0Y 1X0

Téléphone : 819 755-4881

Télécopieur : 819 755-3581

CLUB DE L'ÂGE D'OR LES AMANTS DU BEL ÂGE

Organisme qui regroupe des personnes âgées de **50 ans et plus, retraitées ou non**. Il représente les aînés de la ville de Lebel-sur-Quévillon et fait la promotion de leur qualité de vie.

SERVICES

- Regroupe les personnes âgées;
- Organise des activités physiques et de loisirs;
- Représente et défend les droits des aînés;
- Promeut le mieux-être des personnes âgées aux plans physique, moral, intellectuel et spirituel.

Club de l'Âge d'Or « Les Amants du Bel Âge »

Case postale 986

Lebel-sur-Quévillon (Québec) J0Y 1X0

Téléphone : 819 755-3342 ou 819 755-4001

COMITÉ DE PRÉVENTION DU SUICIDE DE LEBEL-SUR-QUÉVILLON

Organisme qui offre un **service d'écoute et de renseignements** en ce qui concerne la problématique du suicide.

SERVICES

- Offre de l'écoute et une aide directe;

- Sensibilise et fait de la prévention;
- Mets sur pied des groupes d'endeuillés;
- Propose un service de documentation.

Comité de prévention du suicide de Lebel-sur-Quévillon

223, Place Quévillon, C. P.1145

Lebel-sur-Quévillon (Québec) J0Y 1X0

Téléphone : 819 755-3911

Télécopieur : 819 755-4033

Courriel : preventionlebel1@hotmail.com

F.G.L. ÉTOILE FILANTE INC.

Résidence pour personnes âgées autonomes ou semi-autonomes qui offre des appartements en occupation simple ou double. La résidence est admissible au programme de crédit d'impôt pour le maintien à domicile des personnes âgées de 70 ans et plus.

SERVICES

- Offre les services d'une **infirmière sur place** tous les jours ainsi que plusieurs **services** du programme de **maintien à domicile** (MAD);
- Sert trois repas et collations à la salle à manger;
- Propose des activités sportives et culturelles.

F.G.L. Étoile Filante inc.

51, rue des Trembles, C. P. 1420

Lebel-sur-Quévillon (Québec) J0Y 1X0

Téléphone : 819 755-8897

Télécopieur : 819 755-3121

PARTENAIRES À PART ÉGALE

Organisme qui vient en **aide aux personnes handicapées ou en perte d'autonomie**. Il tend à regrouper les gens en organisant des **activités qui favorisent les échanges**, le **partage** et qui **encouragent le développement d'un sentiment d'appartenance et de fierté**.

SERVICES

- Propose le programme Bénévoles Accompagnateurs;
- Organise des cafés-rencontres, des groupes de discussion et des activités socioculturelles et récréatives;
- Offre un soutien technique pour les formulaires, les rapports et les demandes de subventions.

Partenaires à part égale

66, Place Quévillon, C. P. 216

Lebel-sur-Quévillon (Québec) J0Y 1X0

Téléphone : 819 755-3020 Télécopieur : 819 755-3345

Courriel : partenaires@lino.sympatico.ca

PAVILLON DE LA ROSE

Organisme qui aide les gens à **surmonter le deuil** que provoque un décès ou le diagnostic d'un cancer. Les bénévoles offrent du **soutien**, de l'**amitié**, de l'**écoute**, du **respect**, de l'**espoir** et de la **prévention**. Tous les services sont gratuits et confidentiels.

SERVICES

- Accueil chaleureux;
- Aide financière grâce aux dons recueillis lors des collectes de fonds;
- Écoute;

- Activités d'information : santé globale, prévention, détente et création, revivre malgré l'épreuve, centre de documentation et prêt de livres.

Pavillon de la rose

81-A, Place Quévillon, C. P. 873

Lebel-sur-Quévillon (Québec) J0Y 1X0

Téléphone : 819 755-3700

Courriel : pavillondelarose@tlb.sympatico.ca

MATAGAMI

CENTRE DE DÉVELOPPEMENT COMMUNAUTAIRE DE MATAGAMI (ANCIENNEMENT LE CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE MATAGAMI)

Le Centre **regroupe divers organismes locaux** qui interviennent dans le milieu par leurs activités de **prévention**, de **promotion**, d'**entraide** et de **soutien**. Il offre aux aînés des **services de référence**, une **aide au développement** et des **locaux à prix modique** pour des organismes communautaires.

Centre de développement communautaire de Matagami

180, Place du Commerce, suite 101

Matagami (Québec) J0Y 2A0

Téléphone : 819 739-5667

Télécopieur : 819 739-4271

Courriel : cabmatagami@hotmail.com

Site Internet : www.sadcdematagami.qc.ca

CENTRE DE SANTÉ ISLE-DIEU

Le Centre offre les **soins de santé et les services sociaux**. Pour de plus amples informations sur les services offerts, vous pouvez consulter la section du Centre régional de santé et de services sociaux de la Baie-James (p. 35) ou vous adresser directement au Centre de santé Isle-Dieu.

Centre de santé Isle-Dieu

130, boulevard Matagami, C. P. 790

Matagami (Québec) J0Y 2A0

Téléphone : 819 739-2515

Télécopieur : 819 739-4777

COMPLEXE DES RAPIDES

Organisme offrant 12 logements à prix modique pour des personnes âgées autonomes préretraitées et retraitées.

SERVICES

- Offre des logements à prix abordables;
- Assure la gestion et l'entretien des logements.

Complexe des Rapides

130, boulevard Matagami, C. P. 790

Matagami (Québec) J0Y 2A0

Téléphone : 819 739-2515, poste 2260

Télécopieur : 819 739-4777

CLUB DE L'ÂGE D'OR « VIVE LA JOIE »

Organisme qui regroupe des personnes âgées de **50 ans et plus, retraitées ou non**. Il représente les aînés de la ville de Matagami et fait la promotion de leur qualité de vie.

SERVICES

- Regroupe les personnes âgées;
- Organise des activités physiques et de loisirs;
- Représente et défend les droits des aînés;
- Promeut le mieux-être des personnes âgées aux plans physique, moral, intellectuel et spirituel.

Club de l'Âge d'Or « Vive la joie »

8, rue Galinée

Matagami (Québec) J0Y 1A0

Téléphone : 819 739-4502

RADISSON

CENTRE DE SANTÉ RADISSON

Le Centre offre les soins de santé et les services sociaux. Pour de plus amples informations sur les services offerts, vous pouvez consulter la section du Centre régional de santé et de services sociaux de la Baie-James (p. 35) ou vous adresser directement au Centre de santé de Radisson.

Centre de santé de Radisson

199, rue Jolliet, C. P. 540

Radisson (Québec) J0Y 2X0

Téléphone : 819 638-8991

Télécopieur : 819 638-7496

VALCANTON

CLUB DE L'ÂGE D'OR DE VAL-PARADIS

Organisme qui regroupe des personnes âgées **de 50 ans et plus, retraitées ou non**. Il représente les aînés de la localité de Val-Paradis et fait la promotion de leur qualité de vie.

SERVICES

- Regroupe les personnes âgées;
- Organise des activités physiques et de loisirs;
- Représente et défend les droits des aînés;
- Promeut le mieux-être des personnes âgées aux plans physique, moral, intellectuel et spirituel.

Club de l'Âge d'or de Val-Paradis

3056, chemin des 10^e-et-1^{er} Rang

Val-Paradis (Québec) J0Z 3S0

Téléphone : 819 941-2080

POINT DE SERVICE DE BEAUCANTON

Grâce à une entente entre le Centre régional de santé et de services sociaux de la Baie-James et le Réseau de la santé et des services sociaux des Aurores boréales de La Sarre en Abitibi-Témiscamingue, une **travailleuse sociale ainsi qu'une infirmière de milieu** offrent un **service de consultation, de périnatalité, de santé scolaire, de santé adulte, des soins à domicile et tous les services courants**, avec ou sans rendez-vous, à la population de Valcanton et Villebois.

Point de service de Beaucanton**Service de première ligne**

2709, boulevard Curé-McDuff, local G

Beaucanton (Québec) J0Z 1H0

Téléphone : 819 941-3007

Télécopieur : 819 941-2776

VILLEBOIS**CLUB DE L'ÂGE D'OR « LES SAGES DE VILLEBOIS »**

Organisme qui regroupe des personnes âgées de **50 ans et plus, retraitées ou non**. Il représente les aînés de la localité de Villebois et fait la promotion de leur qualité de vie.

SERVICES

- Regroupe les personnes âgées;
- Organise des activités physiques et de loisirs;
- Représente et défend les droits des aînés;
- Promeut le mieux-être des personnes âgées aux plans physique, moral, intellectuel et spirituel.

Club de l'Âge d'or « Les Sages de Villebois »

3897, rue de l'Église

Villebois (Québec) J0Z 3V0

Téléphone : 819 941-2562

Pour toute information supplémentaire concernant les organismes de votre milieu, vous pouvez contacter directement le service des loisirs de votre localité ou municipalité.

| | |
|--|--------------|
| Service des loisirs de Chapais : | 418 745-3289 |
| Service des loisirs de Chibougamau : | 418 748-7195 |
| Service des loisirs de Lebel-sur-Quévillon : | 819 755-4826 |
| Service des loisirs Matagami : | 819 739-2718 |
| Service des loisirs Radisson : | 819 638-4774 |

SITES INTERNET D'INTÉRÊT

AÎNÉS HÉBERGEMENT

Site qui propose un bottin répertoriant toutes les résidences pour personnes âgées au Québec. La version en ligne est un outil de recherche permettant de trouver une résidence pour personnes âgées dans sa région, sa ville et même son centre de santé.

<http://www.aineshebergement.com>

INFO-AÎNÉS

Site conçu pour les adultes de 55 ans et plus, leurs familles, les personnes soignantes et les organisations qui offrent des services aux aînés. Offre des liens à de l'information provenant des sites du gouvernement du Canada, des provinces et des territoires.

<http://www.aines.gc.ca>

55NET

Portail dédié aux retraités de tous âges qui aiment naviguer sur Internet et s'y rencontrer. Les personnes retraitées y trouvent une communauté qui brise l'isolement et offre amitié et support. 55net offre une section *Ressources* où les retraités, jeunes et moins jeunes trouveront des liens vers des sites Web susceptibles de les intéresser.

<http://www.55net.com>

PROGRAMMES ET SERVICES POUR LES ÂÎNÉS PORTAIL DU QUÉBEC

Site qui présente une liste complète et exhaustive des programmes et services pour les aînés du Québec. Plusieurs sphères sont présentées : aide financière, perte d'autonomie, soins et services de santé, maintien à domicile, habitation, impôt, décès, droits et recours.

<http://www.55ans.info.gouv.qc.ca>

RÉSEAU INTERNET FRANCOPHONE VIEILLIR EN LIBERTÉ (RIFVEL)

Site qui présente un répertoire des ressources d'aide par région concernant la sécurité et santé des personnes âgées, des conseils juridiques et des services aux consommateurs aînés. On y propose un test pour reconnaître une personne âgée victime d'abus, un exposé des recours judiciaires, par types d'abus, ainsi que plusieurs références bibliographiques.

<http://www.fep.umontreal.ca/violence>

RÉSEAU JURIDIQUE DU QUÉBEC

Site qui donne de nombreuses références d'aide et qui répond à des questions courantes, notamment à propos des testaments, de la curatelle, etc.

<http://www.avocat.qc.ca/>

UNIVERSITÉ DU 3^E ÂGE (UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À CHICOUTIMI)

Site qui offre aux retraités des formations sur mesure et diverses activités liées à la promotion de la participation à la vie sociale.

<http://www.ugac.ca/uta/>

NUMÉROS DE TÉLÉPHONE UTILES

CENTRE ANTIPOISON DU QUÉBEC

Téléphone : 1-800-463-5060

CENTRE DE FEMMES ILÔT D'ESPOIR DE LABEL-SUR-QUÉVILLON

Téléphone : 819 755-3557

CENTRE DE FEMMES FEMMES D'ACTION, FEMMES DE RÉSULTATS DE VILLEBOIS

Téléphone : 819 941-2288

CENTRE DE FEMMES LES ELLES DU NORD DE CHIBOUGAMAU

Téléphone : 418 748-7171

CENTRE DE FEMMES LES ESSENTI « ELLES » DE CHAPAIS

Téléphone : 418 745-4012

CENTRE DE FEMMES UNI-VERS-ELLES DE MATAGAMI

Téléphone : 819 739-2299

COMMISSION D'ACCÈS À L'INFORMATION

Téléphone : 1 800 644-4545

Site Internet : www.cai.gouv.qc.ca

POLICE — AMBULANCE

Téléphone : 9-1-1

PRÉVENTION DU SUICIDE

Téléphone : 1 866 277-3553 (1 866 APPELLE)

Site Internet : www.cpsquebec.ca

RÉGIE DU LOGEMENT

Téléphone : 1 800 683-2245

Site Internet : www.rdl.gouv.qc.ca

REGROUPEMENT DE FEMMES DE VALCANTON

Téléphone : 819 941-3004

SOCIÉTÉ D'ASSURANCE AUTOMOBILE DU QUÉBEC

Téléphone : 1 800 361-7620

Téléscripneur : 1 800 565-7763

Site Internet : www.saaq.gouv.qc.ca

**SOCIÉTÉ D'INDEMNISATION POUR LES ASSURANCES DE
PERSONNES**

Téléphone : 1 800 361-8070

Site Internet : www.siap.ca

TRIBUNAL ADMINISTRATIF DU QUÉBEC

Téléphone : 1 800 567-0278

Site Internet : www.taq.gouv.qc.ca