

Répertoire

des services pour
les personnes âgées
de La Haute-Gaspésie



La Haute-
Gaspésie
esprit libre





Le **Répertoire des services pour les personnes âgées** est une initiative réalisée dans le cadre de la mise en œuvre de la *Politique Municipalité amie des aînés 2022-2025 de la MRC de La Haute-Gaspésie*.

Le but de cette initiative est d'améliorer la diffusion des informations concernant les services disponibles pour les personnes âgées du territoire. Les informations qui s'y trouvent ont été colligées auprès des organismes concernés et certains services n'ont pas été détaillés afin de simplifier le contenu du répertoire.

La **Démarche Municipalité amie des aînés** vise à développer une culture d'inclusion et un milieu de vie favorable à un vieillissement actif en s'appuyant sur la concertation et la mobilisation de toute la communauté. Pour plus d'information, composez le 418-763-7791 poste 243.



Table des matières

ORGANISMES

Association coopérative d'économie familiale (ACEF) de la Péninsule	4
Association la Croisée	6
Association des TCC-AVC de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine	8
Carrefour-Ressources	10
Centre d'action bénévole des Chic-Chocs	12
Centre intégré de santé et de services sociaux de la Gaspésie (Haute-Gaspésie)	16
Centre Louise-Amélie	20
Entre-Tiens de la Haute-Gaspésie	22
Maison L'Essentielle	24
Partagence	26
Régie intermunicipale de transport Gaspésie Îles-de-la-Madeleine (RÉGIM)	28
Société Alzheimer Gaspésie/Îles-de-la-Madeleine	30

COORDONNÉES

Coordonnées de la MRC, des villes et des municipalités de la Haute-Gaspésie	32
Coordonnées utiles	35



Association coopérative d'économie familiale (ACEF) de la Péninsule

> CLIENTÈLE

Tous âges

> DESCRIPTION

L'ACEF de la Péninsule est un organisme à but non lucratif, ayant un statut de coopérative à des fins sociales qui offre des services d'aide directe à la population et organise des activités d'information, d'éducation, d'intervention et de suivi. L'organisme œuvre également à la défense des droits sociaux et collectifs.

> COORDONNÉES

352, rue Saint-Joseph
Matane (Qc) G4W 1N8

Téléphone : 418 562-7645

Sans frais : 1 866 566-7645

Courriel : info@acefpeninsule.ca

Site internet : acefpeninsule.ca

Page Facebook : facebook.com/ACEFPeninsule



SERVICES

Les services sont disponibles sur le territoire de la MRC de La Haute-Gaspésie **sur rendez-vous**.

CONSULTATION BUDGÉTAIRE INDIVIDUELLE

Ce service est confidentiel et gratuit. Il s'adresse aux personnes qui rencontrent des difficultés financières ou qui ont besoin de conseils et d'accompagnement dans la gestion de leur budget.

DÉFENSE DES DROITS

Service de soutien et d'accompagnement pour les personnes victimes de pratiques commerciales illégales ou abusives.

SENSIBILISATION ET INFORMATION

Ateliers offerts aux organismes et aux entreprises sous la forme de conférences ou de formations sur des sujets tels que : les droits des consommateurs, budget et consommation, crédit et endettement, retraite, etc.

L'ACEF de La Péninsule produit des capsules d'information qui sont disponibles sur le site Internet et la page Facebook de l'organisme.
Le site Internet contient également de nombreux outils téléchargeables.

Association la Croisée

> CLIENTÈLE

Personnes âgées de 13 ans et plus qui vivent avec un handicap incluant la déficience intellectuelle, une déficience physique ou un trouble du spectre de l'autisme.

> DESCRIPTION

L'Association la Croisée est un organisme à but non lucratif (OBNL) dont l'objectif est de favoriser l'intégration sociale et la défense des droits et des intérêts des personnes vivant avec un handicap sur le territoire de la MRC de La Haute-Gaspésie.

> COORDONNÉES

230, route du Parc, bureau E-309
Sainte-Anne-des-Monts (Qc) G4V 2C4
Téléphone : 418 763-7919
Courriel : info@associationlacroisee.org
Site internet : associationlacroisee.org
Page Facebook : facebook.com/association.lacroisee



SERVICES

PROGRAMME DÉFICIENCE INTELLECTUELLE ET TROUBLE DU SPECTRE DE L'AUTISME (DI-TSA)

Dans le cadre de ce programme, l'Association la Croisée a ouvert un centre de jour proposant une multitude d'activités aux personnes du territoire ayant une déficience intellectuelle ou un trouble du spectre de l'autistique.

PROGRAMME JEUNESSE

Depuis 2014, en collaboration avec Autisme de l'Est-du-Québec, le CISSS et l'URLS GÎM, l'Association la Croisée a mis en place un camp de jour pour les jeunes avec des besoins particuliers fréquentant une institution scolaire durant l'année.

DÉFENSE COLLECTIVE DES DROITS

Défense des droits et des intérêts des membres de la Croisée. Écoute des besoins. Collaboration avec les intervenants et intervenantes du réseau de la santé.



Association des TCC-AVC de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine

> CLIENTÈLE

Personne ayant subi un traumatisme craniocérébral et/ou un accident vasculaire cérébral et leurs proches.

> DESCRIPTION

Loisirs, informations et soutien psychosocial, défense des droits et références.

> COORDONNÉES

194, boul. Sainte-Anne Ouest
Sainte-Anne-des-Monts (Qc) G4V 1R9
Téléphone : 418 967-5542 Sans frais : 1 888 278-2280
Courriel : tccacv.hautegaspesie@gmail.com
Site internet : tccacvgim.org
Page Facebook : [Association des TCC et AVC de la Gaspésie et des Îles | Facebook](#)



SERVICES

SOUTIEN PSYCHOSOCIAL

Un intervenant qualifié est présent pour vous accueillir, écouter et informer. Le soutien peut être sous la forme d'une activité informelle en individuel ou en groupe. Au besoin, un intervenant pourra vous référer vers un autre service qui sera adapté à votre situation.

ACCOMPAGNEMENT

Ce service est offert selon les besoins de la personne et les ressources de l'organisme. Il peut s'agir d'un accompagnement pour des rendez-vous médicaux, pour des démarches administratives liées à la maladie ou pour des activités de loisirs et de réadaptation en collaboration avec les professionnels du réseau de la santé.

DÉFENSE DES DROITS

Selon les ressources disponibles, un intervenant peut accompagner la personne dans ses démarches auprès d'organismes tels que la Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ) ou la Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité au travail (CNESST).

SENSIBILISATION ET INFORMATION

Des ateliers de sensibilisation grand public et des rencontres d'information pour les personnes ayant subi un traumatisme craniocérébral et/ou un accident vasculaire cérébral et leurs proches sont offerts par l'organisme.

Carrefour-Ressources

> CLIENTÈLE

Familles et personnes à faible revenu ou vivant en situation de précarité.

> DESCRIPTION

Carrefour-Ressources est un organisme à but non lucratif dont la mission est de développer et d'offrir des services aux familles et personnes à faible revenu ou vivant en situation de précarité afin qu'elles acquièrent et accroissent leur autonomie et leurs compétences personnelles, familiales et sociales.

> COORDONNÉES

50, 1^{re} Rue Ouest

Sainte-Anne-des-Monts (Qc) G4V 2G5

Téléphone : 418 763-7707

Courriel : info@carrefour-ressources.com

Site internet : carrefour-ressources.com

Page Facebook : facebook.com/carrefour.ressources



SERVICES

CUISINE COLLECTIVE

Les cuisines collectives sont des occasions d'activités où les participants peuvent échanger et créer des liens tout en cuisinant des recettes santé. Les personnes participantes préparent en groupe des mets qu'elles rapportent à la maison. L'organisme dispense ce service dans plusieurs municipalités du territoire.

JARDIN COMMUNAUTAIRE

Situé tout près du siège social, le jardin communautaire est un endroit où les personnes peuvent cultiver un lopin de terre, discuter et participer à des séances d'information sur le jardinage et des ateliers anti-gaspillage en lien avec la sécurité alimentaire.

SOUTIEN AUX PARENTS

Service s'adressant aux parents d'enfants de 12 ans et moins qui participent, en groupe, à des ateliers de cuisine éducative et familiale, des ateliers manuels et créatifs ainsi qu'à diverses séances d'information en lien avec les compétences parentales. Selon leur besoin, un accompagnement individuel leur est aussi offert.

HALTE-GARDERIE

La Halte-garderie est un facilitateur pour les parents qui souhaitent participer aux services de l'organisme, et dont les enfants ne sont pas inscrits à un service de garde. Le service est aussi offert aux familles à l'externe ayant des besoins temporaires ou occasionnels de répit.



Centre d'action bénévole (CAB) des Chic-Chocs

> CLIENTÈLE

Principalement les personnes âgées de 65 ans et plus de La Haute-Gaspésie.

> DESCRIPTION

La mission de l'organisme est de promouvoir l'action bénévole dans les différents secteurs d'activités humaines et de susciter une réponse à certains besoins du milieu grâce à l'implication des personnes bénévoles.

> COORDONNÉES

230, route du Parc, suite E-207
Sainte-Anne-des-Monts (Qc) G4V 2C4

Téléphone : 418 763-7038

Courriel : gestionbenevole@cabcc.ca

Site internet : cabchicchocs.ca

Page Facebook : facebook.com/CabChicChocs



SERVICES

Tous les services sont offerts grâce à l'implication des bénévoles

ACCOMPAGNEMENT TRANSPORT POUR RENDEZ-VOUS MÉDICAUX

Service d'accompagnement et de transport pour des rendez-vous liés à la santé (hôpital, pharmacie, etc.). Les urgences ne sont pas admises. Les personnes qui souhaitent bénéficier de ce service doivent en faire la demande au moins deux jours avant la date du rendez-vous.

418 763-7038 poste 104

POPOTE ROULANTE

Service de repas chauds à prix abordable, livrés à domicile et cuisinés par des bénévoles.

418 763-7038 poste 104

SOUTIEN POUR LES PROCHES AIDANTS D'AÎNÉS (APPUI)

L'organisme offre un service de soutien et d'accompagnement pour les proches aidants par de l'écoute, du référencement vers les services appropriés, des rencontres individuelles ainsi que des cafés-causeries ponctuels. Des formations sont régulièrement offertes dans le but de mieux outiller les personnes proches aidantes dans leurs défis quotidiens.

418 763-7038 poste 105



SERVICES

du CAB des Chic-Chocs (suite)

L'ENVOLÉE (Accompagnement de fin de vie)

Des bénévoles qualifiés sont disponibles pour accompagner des personnes en fin de vie de 20 h à 8 h. Le service vise aussi à permettre aux proches de se reposer.

418 763-7038 poste 105

VISITES D'AMITIÉ POUR LES PERSONNES AÎNÉES

Des bénévoles font des appels ou des visites régulières chez les personnes âgées vivant de l'isolement.

TRAVAIL DE MILIEU AUPRÈS DES PERSONNES AÎNÉES (ITMAV)

Une travailleuse ou un travailleur de milieu est une personne qualifiée qui va à la rencontre des personnes âgées qui vivent des difficultés afin d'identifier leurs besoins et les accompagner vers les ressources appropriées.

418 763-7038 poste 106



Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de la Gaspésie (Haute-Gaspésie)

> DESCRIPTION

Services de soins de santé et de services sociaux pour toute la population et offerts dans plusieurs lieux; centre hospitalier, centre local de services communautaires (CLSC), centre d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD) ou à domicile.

> COORDONNÉES DES POINTS DE SERVICE

CLSC de Cap-Chat

49, rue Notre-Dame
Cap-Chat (Québec) G0J 1E0
Téléphone : 418 763 - 2261 poste 5300

CLSC de Sainte-Anne-des-Monts

50, rue du Belvédère
Sainte-Anne-des-Monts (Québec) G4V 1X4
Téléphone : 418 763 - 2261 poste 2799

CLSC de Marsoui

8, rue Principale Est
Marsoui (Québec) G0E 1S0
Téléphone : 418 763 - 2261 poste 5100



Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de la Gaspésie

Québec 

CLSC de Mont-Louis

19, 1^{re} Avenue Ouest
Saint-Maxime-du-Mont-Louis (Québec) G0E 1T0
Téléphone : 418 763 - 2261 poste 5715

Centre d'hébergement de Cap – Chat (CHSLD)

41, rue Nicolas case postale 400
Cap-Chat (Québec) G0J 1E0
Téléphone : 418 763 - 2261 poste 2821

Hôpital de Sainte-Anne-des-Monts

50, rue du Belvédère
Sainte-Anne-des-Monts (Québec) G4V 1X4
Téléphone : 418 763 - 2261

Centre de rendez-vous : poste 2070

Médecin de jour : poste 2110

Laboratoire : poste 2111

Radiologie : poste 6000

Archives médicales : poste 2016

Infirmière pivot en oncologie : poste 2136

Clinique dentaire communautaire du CISSS de la Gaspésie

144, 7^e Rue Ouest
Sainte-Anne-des-Monts (Québec) G4V 2L3
Téléphone : 418 763-2646

SERVICES

URGENCE

Service médical d'urgence 24/7 à l'Hôpital de Sainte-Anne-des-Monts.

INFO-SANTÉ 811 (PUIS COMPOSEZ LE 1)

Une infirmière répondra à votre appel en toute confidentialité. Elle évaluera vos besoins en matière de santé, vous informera rapidement et vous orientera vers la ressource la mieux appropriée à votre besoin.

Ce service est accessible 24/7.

INFO-SOCIAL 811 (PUIS COMPOSEZ LE 2)

Service de consultation téléphonique et confidentiel pour vous aider à faire le point devant une situation difficile (stress, angoisse, violence). Si nécessaire, un intervenant pourra vous orienter vers une ressource appropriée à votre besoin.

Ce service est accessible 24/7.

SERVICES DE SOUTIEN À DOMICILE

Tous les services du soutien à domicile sont offerts après une évaluation des besoins. Ces services peuvent inclure une assistance pour des soins personnels, ergothérapie, physiothérapie, soins infirmiers et prêt d'équipement

Pour plus d'information, vous pouvez téléphoner au 418 763 - 2261 poste 2400.

SERVICE DE PRÉVENTION DES CHUTES

Le programme intégré d'équilibre dynamique (P.I.E.D) est un programme d'une durée de 12 semaines qui comprend des exercices de groupe dans le but de prévenir les chutes et les fractures chez les personnes âgées.

Pour plus d'information, vous pouvez téléphoner au 418 763-2261 poste 2700.



Centre Louise-Amélie

> CLIENTÈLE

Ressource d'aide et de soutien aux femmes violentées dans un contexte conjugal et leurs enfants.

> DESCRIPTION

Le Centre Louise-Amélie répond en tout temps aux demandes des femmes seules ou accompagnées d'enfants vivant des violences en contexte conjugal ou qui souhaitent avoir plus d'informations sur le sujet.

> COORDONNÉES

Adresse physique confidentielle

Case postale 6001

Sainte-Anne-des-Monts (Qc) G4V 2Y3

Téléphone : 418 763-7641

Courriel : cla.inc@globetrotter.net

Site internet : centrelouiseamelie.ca

Page Facebook : facebook.com/centrelouiseamelieinc



Le
Centre Louise-Amélie

Maison d'aide et d'hébergement
pour femmes violentées dans un
contexte conjugal et leurs enfants

SERVICES

CONSULTATION TÉLÉPHONIQUE D'URGENCE

Une intervenante est disponible en tout temps, pour offrir de l'aide, de l'information ou de l'hébergement.

SERVICE D'HÉBERGEMENT

Accueil et hébergement dans un lieu sécuritaire pour les femmes avec ou sans enfant (chambre individuelle ou familiale).

ACCOMPAGNEMENT ET DÉFENSE DES DROITS

Soutien professionnel et accompagnement des femmes dans leurs démarches personnelles, psychosociales, judiciaires ou administratives.

CONSULTATION INDIVIDUELLE OU DE GROUPE

Ce service est offert après hébergement ou sans hébergement. Des entretiens d'aide sont réalisés avec les femmes qui souhaitent entreprendre ou poursuivre un cheminement personnalisé par rapport aux violences vécues, qu'elles soient actuelles ou passées.

ACTIVITÉS DE CONSCIENTISATION ET DE SENSIBILISATION

Activités et formations, conférences, outils d'information et de sensibilisation.

Entre-Tiens de La Haute-Gaspésie

> CLIENTÈLE

Tous âges, principalement des personnes aînées.

> DESCRIPTION

Entre-Tiens de la Haute-Gaspésie est une entreprise d'économie sociale d'aide à domicile qui offre de nombreux services de soutien à domicile.

> COORDONNÉES

378, boul. Sainte-Anne Ouest
Sainte-Anne-des-Monts (Qc) G4V 1S8

Téléphone : 418 763-7163

Courriel : entretiens@cgocable.ca

Page Facebook : facebook.com/entretien.hautegaspesie

PROGRAMME D'EXONÉRATION FINANCIÈRE

Le coût des services varie selon votre admissibilité au *Programme d'exonération financière pour les services d'aide à domicile*. **Pour plus d'information, vous pouvez visiter le site Internet : aidechezsoi.com ou composer le 418 763-7163.**



SERVICES

AIDE À L'ENTRETIEN MÉNAGER LÉGER

Entretien de la maison (époussetage, plancher, salle de bain) | Vider les poubelles | Tri des vêtements pour le lavage, repassage, rangement

AIDE À L'ENTRETIEN MÉNAGER LOURD

Nettoyage du réfrigérateur, cuisinière, armoires | Décrochage et lavage des rideaux | Réaménagement des espaces de rangement

AIDE À LA PRÉPARATION DE REPAS SANS DIÈTE

Préparer ou réchauffer des repas simples.

SOINS D'ASSISTANCE PERSONNELLE

Soins d'hygiène corporelle | Aide à l'habillement | Aide au lever et au coucher

APPROVISIONNEMENT ET AUTRES COURSES

Accompagnement pour faire des courses et emplettes à l'épicerie.

RÉPIT ET PRÉSENCE SURVEILLANCE

Service pour libérer temporairement les proches aidants de leur responsabilité.

Maison L'Essentielle

> CLIENTÈLE

Tous âges

> DESCRIPTION

La Maison L'Essentielle est un centre de services communautaires dont le but est d'accueillir, écouter et de soutenir les personnes tout en favorisant les rencontres intergénérationnelles et la cohésion sociale.

> COORDONNÉES

5, rue de l'Église
Saint-Maxime-du-Mont-Louis (Qc) G0E 1L0

Téléphone : 418 967-0232

Courriel : maisonlessentielle@gmail.com

Page Facebook : facebook.com/maisonlessentielle



SERVICES

LOCATION DE SALLE COMMUNAUTAIRE

Possibilité de louer une salle communautaire pouvant accueillir 50 personnes pour la tenue d'activités sociales et communautaires impliquant les citoyens de l'Est de la MRC de La Haute-Gaspésie.

PARC INTERGÉNÉRATIONNEL

Stations d'exercices extérieurs et aire de repos pour les jeunes et les personnes âgées.

GYM – LE SQUALL

Salle d'entraînement avec un tarif réduit pour les personnes âgées et les étudiants.

BIBLIOTHÈQUE

La bibliothèque « Un livre à la main » est un espace de lecture et d'échange avec livre à consulter.

HALTE-NOURRICIÈRE

La Halte-Nourricière contient plus d'une dizaine de variétés d'arbres et d'arbres fruitiers qui sont accessibles aux personnes qui souhaitent récolter les fruits sur place.

JARDIN ET SERRE COLLECTIVE

Le jardin et la serre collective sont des espaces de participation sociale où les personnes sont invitées à participer à l'entretien et la cueillette des légumes qui sont produits.



Partagence

> CLIENTÈLE

Tous âges, personnes en situation de faible revenu ou dans une situation financière difficile (perte d'emploi, séparation, etc.).

> DESCRIPTION

Partagence est un service d'aide et d'entraide qui lutte contre les effets de la pauvreté en collectant et distribuant des biens de première nécessité.

> COORDONNÉES

230, route du Parc, suite E-325 (porte 5, 3^e étage)
Sainte-Anne-des-Monts (Qc) G4V 2C4

Téléphone : 418 763-2016, poste 100 (accueil)

Courriel : info.partagence@gmail.com

Page Facebook : facebook.com/partagencehg

HORAIRE ET CONFIDENTIALITÉ

Tous les services se donnent sur rendez-vous, du lundi au jeudi de 9 h à 12 h et de 13 h à 15 h.
L'organisme garantit la confidentialité aux usagers.



SERVICES

DÉPANNAGE ALIMENTAIRE

Distribution de denrées alimentaires pour répondre à des besoins à court terme. Le service est confidentiel et comprend une évaluation de la situation et des besoins de la personne.

DONS DE BIENS ESSENTIELS

Collecte et redistribution gratuite de biens essentiels tels que des meubles, des objets pour la maison, des électroménagers et des vêtements. Pour l'accès aux meubles et électroménagers, des preuves de dépenses et revenus sont requises. Les vêtements et objets de maison sont disponibles pour tous.

PROGRAMME PACE

Accompagnement des familles d'enfants 0-12 ans, ateliers et activités familiales. Dons d'accessoires, de meubles, de produits de soin et d'alimentation pour les enfants. Une intervenante membre de l'ordre des psychoéducatrices et psychoéducateurs du Québec est responsable du programme.

PROGRAMME D'INSERTION SOCIOPROFESSIONNELLE

Service d'intervention et d'accompagnement pour les adultes éloignés du marché du travail et bénéficiaires du Programme d'aide sociale.

Régie intermunicipale de transport Gaspésie- Îles-de-la-Madeleine (RÉGÎM)

> CLIENTÈLE

Tous âges

> DESCRIPTION

La Régie intermunicipale de transport Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine (RÉGÎM) a la responsabilité d'organiser les services de transport collectif sur le territoire de la Gaspésie-Les Îles. Plus encore, la Régie désire faciliter l'accès au plus grand nombre de possibilités de mobilité durable pour tous.

> COORDONNÉES

Point de service de la Haute-Gaspésie

378, boul. Sainte-Anne Ouest
Sainte-Anne-des-Monts (Qc) G4V 2S8

Téléphone : 418 763-7232

Sans frais : 1 877 521-0841

Courriel : regim@regim.info

Site web : regim.info

Page Facebook : facebook.com/transportcollectifGIM



SERVICES

TRANSPORT COLLECTIF

Service de transport en commun disponible sur l'ensemble du territoire du lundi au vendredi. Le service est disponible avec réservation. **Vous avez jusqu'à 15 h, la veille de votre départ, pour réserver.**

TRANSPORT ADAPTÉ

Service de transport collectif adapté porte à porte pour les personnes vivant avec une incapacité reconnue selon les critères prescrits de la politique d'admissibilité du ministère du Transport.

TRAJETS SPÉCIAUX

Le service de trajets spéciaux est un service accessible pour les sorties de groupes, d'évènements ou d'autres activités. Les tarifs varient selon le trajet. **Pour plus d'information sur ce service, vous pouvez communiquer avec la personne responsable au 418 364-0841.**

TARIF PRÉFÉRENTIEL

Les personnes âgées de 65 ans et plus peuvent profiter d'un tarif réduit.

Pour plus d'information : 1 877 521-0841 | regim.info

Société Alzheimer Gaspésie/ Îles-de-la-Madeleine (SAGÎM)

> CLIENTÈLE

Personnes touchées par la maladie d'Alzheimer et les autres troubles neurocognitifs, la famille et les personnes proches aidantes.

> DESCRIPTION

Information et soutien psychosocial pour les personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer et autres troubles cognitifs, la famille et les personnes proches aidantes.

> COORDONNÉES

Point de service de la MRC Haute-Gaspésie

230, route du Parc, E-215
Sainte-Anne-des-Monts (Qc) G4V 2C4

Téléphone : 418 763-3334

Courriel : info@sagim.ca

Site web : sagim.ca

Page Facebook : facebook.com/SocieteAlzheimerGIM

SERVICES



Société Alzheimer
Gaspésie/Îles-de-la-Madeleine

ÉCOUTE ET SUIVI TÉLÉPHONQUES

Vous pouvez contacter un intervenant qualifié pour avoir du support ou de l'information, que vous soyez un proche aidant ou une personne atteinte de la maladie d'Alzheimer ou d'une maladie connexe.

RENCONTRES INDIVIDUELLES ET FAMILIALES SUR PLACE ET À DOMICILE

Une ressource professionnelle qualifiée est disponible pour offrir de l'information sur la maladie et son évolution, de l'écoute et des conseils. Les rencontres familiales permettent que tous reçoivent la même information pour mieux accompagner ensemble la personne atteinte.

CAFÉS-RENCONTRES ET SÉANCES D'INFORMATION

Rencontre d'information et activités de ressourcement pour les personnes proches aidantes (*exemples de thèmes abordés : communication, gestion du stress, deuil blanc, etc.*).

ACTIVITÉS DE STIMULATION EN GROUPE OU À DOMICILE

Ce service s'adresse aux personnes atteintes d'un trouble neurocognitif vivant à domicile. Du personnel qualifié anime des activités de stimulation et de socialisation adaptées au rythme et aux goûts de la personne atteinte. Pendant ces activités, le proche aidant peut prendre du temps pour lui.

PRÊT DE MATÉRIEL, DE JEUX ADAPTÉS ET DE LIVRES

Il est possible d'emprunter divers jeux adaptés et des objets pouvant vous assister dans votre quotidien ou afin d'augmenter la sécurité de la personne vivant avec la maladie. Sont également disponibles des livres, des brochures et des dépliants.

Coordonnées de la MRC, des villes et des municipalités de la Haute-Gaspésie

Contactez votre
municipalité pour
toute information
concernant les loisirs
et les clubs sociaux
près de chez vous.

MRC DE LA HAUTE-GASPÉSIE

464, boul. Sainte-Anne Ouest
Sainte-Anne-des-Monts (Qc) G4V 1T5
Téléphone : 418 763-7791
Site internet : hautegaspesie.com

Ville de Cap-Chat

53, rue Notre-Dame
Cap-Chat (Qc) G0J 1E0
Téléphone : 418 786-5537
Site internet : ville.cap-chat.ca

Ville de Sainte-Anne-des-Monts

6, 1^{re} Avenue Ouest
Sainte-Anne-des-Monts (Qc) G4V 1A1
Téléphone : 418 763-5511
Site internet : villesadm.net

Municipalité de La Martre

9, avenue du Phare
La Martre (Qc) G0E 2H0
Téléphone : 418 288-5605
Site internet : www.la-martre.ca

Municipalité de Marsoui

8, route Principale Est
Marsoui (Qc) G0E 1S0
Téléphone : 418 288-5172
Site internet : marsoui-village.ca



Coordonnées de la MRC, des villes
et des municipalités de la Haute-Gaspésie (suite)



Municipalité de Rivière-à-Claude

520, rue Principale Est
Rivière-à-Claude (Qc) G0E 1Z0
Téléphone : 418 797-8422
Site internet : n/a



Municipalité de Mont-Saint-Pierre

102, rue Prudent-Cloutier
Mont-Saint-Pierre (Qc) G0E 1V0
Téléphone : 418 797-2898
Site internet : mont-saint-pierre.ca



Municipalité de Saint-Maxime-du-Mont-Louis

1, 1^{re} Avenue Ouest
Saint-Maxime-du-Mont-Louis (Qc) G0E 1T0
Téléphone : 418 797-2310
Site internet : www.st-maxime.qc.ca



Municipalité de Sainte-Madeleine-de-la-Rivière-Madeleine

104, route Principale
Sainte-Madeleine-de-la-Rivière-Madeleine
(Qc) G0E 1P0
Téléphone : 418 393-2428
Site internet : stemadeleine.ca

Coordonnées utiles

Aide abus aînés (information, soutien et référence)

Téléphone : 1 888 489-2287

Carrefour des 50 ans et plus (pour obtenir de l'information sur les Clubs des 50 ans et plus)

Téléphone : 418 722-6066

Téléphone sans frais : 1 855 722-6077

Centre de justice de proximité de la Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine (information, soutien et référence)

Téléphone : 1 844 689-1505

Centre d'aide et de lutte contre agressions à caractère sexuel (information, soutien et référence)

Téléphone : 1 866 968-6686

Centre d'aide aux victimes d'actes criminels Gaspésie Îles-de-la-Madeleine (information, soutien et référence)

Téléphone : 418 764-2172

Convergence (information, soutien, hébergement pour les hommes en difficulté)

Téléphone : 1 855 866-4455

Droits et recours santé mentale Gaspésie-Les Îles (information, soutien et référence)

Téléphone : 1 800 463-6192

Coordonnées utiles (suite)

Groupe d'action sociale et psychiatrique des Monts
(hébergement d'urgence, soutien)

Téléphone : 418 763-9177

Réseaux FADOQ – GÎM (information)

Téléphone : 1 800 828-3344

**Organisme gaspésien des personnes atteintes
de cancer (information, soutien et référence)**

Téléphone : 1 888 924-5050



Publication
Automne 2023

Graphisme
ASB Graphisme





Municipalité
amie des aînés