

Biblio-Aidants

RÉPERTOIRE DES RESSOURCES LOCALES

Bibliothèque de Québec

PROCHES AIDANTS

DOCUMENTATION À L'INTENTION DES PROCHES AIDANTS





BIBLIOAIDANTS^{MD}

**BIEN INFORMÉS.
MIEUX AIDER.**

Au Québec, on estime que plus d'un million d'adultes sont proches aidants. Comme vous, ils cherchent de l'information sur les façons de soutenir et d'assister leurs proches le mieux possible. Le programme provincial Biblio-Aidants a été développé par l'Association des bibliothèques publiques du Québec pour répondre à ce besoin.

Ce Répertoire des ressources locales a été développé par votre bibliothèque. Il est complémentaire au cahier provincial portant sur le même sujet. Chaque cahier Biblio-Aidants contient une liste d'organismes pouvant vous aider, une sélection de sites Web pertinents ainsi que des suggestions de lecture. Il existe 15 cahiers thématiques différents, disponibles gratuitement sur biblioaidants.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 PALLIATIFS**
- **TROUBLES DU SPECTRE DE L'AUTISME**

Votre bibliothèque possède plusieurs ouvrages de la sélection Biblio-Aidants pouvant vous aider à bien vous informer sur la condition de vos proches. N'hésitez pas à les emprunter.

Biblio-Aidants^{MD} est une marque de commerce enregistrée à l'Office de la propriété intellectuelle du Canada.

AIDE À LA COMMUNAUTÉ ET SERVICES À DOMICILE

Son but est d'améliorer la qualité de vie des personnes handicapées, des personnes souffrant de maladies chroniques, des familles en difficulté et des personnes âgées par des services de maintien à domicile.

- Téléphone : 418 842-9791
- Courriel : info@aidesalacommunaute.org
- Site Web : <http://www.aidesalacommunaute.org>

ALBATROS QUÉBEC

Accompagne les proches de personnes gravement malades, en soins palliatifs et en fin de vie. Offre de la formation ainsi qu'un répit aux proches aidants.

- Téléphone : 418 204-1533
- Courriel : albatrosquebec@videotron.ca
- Site Web : <http://albatrosquebec.ca>

L'APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS D'AÎNÉS – CAPITALE-NATIONALE

Cet organisme contribue à l'amélioration des conditions de vie des aidantes et des aidants et est très actif au niveau de la défense des droits.

- Téléphone : 581 742-1110
- Courriel : info@lappuicapitalenationale.org
- Site web : www.lappui.org/capitale-nationale

ASSOCIATION DES PROCHES AIDANTS DE LA CAPITALE-NATIONALE

Cet organisme a pour but de soutenir et regrouper les aidants naturels afin de briser l'isolement et prévenir l'épuisement. L'association offre du répit, du soutien psychosocial, des conférences, un centre d'aide, des rencontres, etc.

- Téléphone : 418 688-1511, poste 2 ou 1 866 887-6150
- Courriel: info@apacn.org
- Site web : www.apacn.org

BIBLIOTHÈQUE DE GÉRIATRIE ET DE GÉRONTOLOGIE – INSTITUT UNIVERSITAIRE DE GÉRIATRIE DE MONTRÉAL

Cherchez sur le site Web des documents qui concernent de nombreux aspects de la gériatrie et de la gérontologie, de la maladie d'Alzheimer, de la maladie de Parkinson et des proches aidants. Contactez votre bibliothèque municipale pour savoir comment obtenir ces documents.

- Téléphone : 514 340-2800, poste 3262
- Site Web : catalogue.iugm.qc.ca

LA BOUSSOLE

La Boussole regroupe et soutient les membres de la famille et de l'entourage d'une personne qui présente des manifestations cliniques reliées à un trouble de santé mentale, et leur offre une gamme de services afin de les aider, de les informer et de les outiller en vue d'améliorer leur qualité de vie.

- Téléphone : 418 523-1502
- Courriel : laboussole@bellnet.ca
- Site Web : <http://www.laboussole.ca>

CERCLE POLAIRE

Offre des mesures de soutien, d'information et d'accompagnement aux membres de l'entourage de personnes vivant ou ayant vécu un problème de santé mentale, avec ou sans diagnostic médical.

- Téléphone : 418 623-4636
- Courriel : info@cerclepolaire.com
- Site Web : <http://www.cerclepolaire.com>

COALITION CANADIENNE DES AIDANTES ET DES AIDANTS NATURELS

La Coalition canadienne des aidantes et aidants naturels exerce un leadership en matière d'identification et de réponse aux besoins des aidantes et aidants naturels à travers le Canada.

- Téléphone : 905-567-7373
- Courriel : csuridjan@cdnhomecare.ca
- Site Web : www.ccc-ccan.ca

LE RÉSEAU AIDANT

Le Réseau Aidant est un programme gratuit, bilingue et confidentiel qui permet aux proches aidants et à leur famille de recevoir des renseignements et du soutien par le biais de téléconférences.

- Téléphone : 1 866 396 2433
- Courriel : info@reseauaidants.com
- Site Web : <http://lereseauaidant.ca>

SERVICE 211

Le service 211 est un service d'information et de référence centralisé qui dirige rapidement les personnes vers les ressources qui existent dans les régions de la Capitale-Nationale, de la Chaudière-Appalaches et de la MRC de la Haute-Yamaska.

- Téléphone : 2-1-1
- Courriel : info@211quebecregions.ca
- Site Web : <http://www.211quebecregions.ca>

SOUTIEN À DOMICILE – CENTRE DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX DE LA VIEILLE-CAPITALE

Les services du soutien à domicile du CLSC permettent de demeurer à domicile de manière sécuritaire le plus longtemps possible, en conservant sa qualité de vie. Du soutien aux aidants et aux proches est aussi offert.

- Téléphone : 418-651-3888
- Site Web : http://www.csssvc.qc.ca/services/sd_aidaNaturels