

Sommaire

Aînés		1
	Centres de soutien et répit	2
	Maintien à domicile	5
	Proches aidants	13
Santé		20
	Soins palliatifs	21

Aînés

CENTRES DE SOUTIEN ET RÉPIT

MAINTIEN À DOMICILE

PROCHES AIDANTS

Centres de soutien et répit

ACCUEIL BONNEAU

427, rue de la Commune Est, Ville-Marie, Montréal, QC, H2Y 1J4

514 845-3906 Téléc.: 514 845-2287

Site internet: www.accueilbonneau.com

Courriel: info@accueilbonneau.com

Services: Accueil de personnes en situation ou à risque d'itinérance et accompagnement au quotidien dans la réponse aux besoins essentiels et dans la recherche d'une meilleure qualité de vie et d'un mieux-être. * Réinsertion sociale. * Salle à manger. * Vestiaire. * Service de barbier et coiffure. * Espace Centre de jour: café, douches, atelier d'art, studio de musique, informatique, etc. * Maisons d'hébergement à moyen et long terme. * Espace santé: soins chiropratiques pour les résident-e-s et les personnes en suivi post-hébergement, optométrie, denturologie, soins dentaires, soins médicaux et soins infirmiers. * Fiducie: accompagnement dans la gestion du budget, ouverture de compte bancaire, réception des chèques, paiement des comptes, consolidation de dettes, etc.). * Programme PAAS-Action, réinsertion socioprofessionnelle. * Travaux compensatoires. * Clinique d'impôts.

Clientèle: personnes en situation d'itinérance ou à risque de l'être

Capacité: 700 repas par jour

Territoire desservi: île de Montréal

Horaire: repas: 7 jours, 8h30 et 11h30, centre de jour: lundi au vendredi 8h30 à 11h30, vestiaire: mardi et jeudi 8h30 à 11h30, barbier: jeudi 8h30 à 11h30, service de barbier et coiffure: jeudis 8h30 à 11h00

Frais: aucuns

Financement: dons, subventions

Statut: organisme à but non lucratif

ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ MENTALE - FILIALE DE MONTRÉAL

55, avenue Mont-Royal Ouest, bureau 605, Le Plateau-Mont-Royal, Montréal, QC, H2T 2S6

514 521-4993

Site internet: acsmmontreal.qc.ca

Courriel: info@acsmmontreal.qc.ca

Services: Promotion et prévention en santé mentale. * Information et sensibilisation. * Conférence La santé mentale démystifiée: conférences interactives offertes dans vos milieux de vie (travail, centre communautaire, résidence, etc.). * Webinaires: acsmmontreal.qc.ca/tous-les-webinaires * Centre de documentation et publications de guides et magazines. * Sensibilisation communautaire: représentation, coopération et consultation. * Prise de parole en public et positionnement politique. * Programmes, formation, séminaires et colloques. * Semaine nationale pour la santé mentale. Pour les jeunes * Activités pédagogiques Adap.t pour jeunes (la santé mentale c'est quoi, la gestion du stress, maîtriser son discours intérieur): acsmmontreal.qc.ca/adapt * On parle de santé mentale: www.youtube.com/@Onparlede Pour les personnes aînées * Programme Apprivoiser sa solitude et développer son réseau: 6 ateliers hebdomadaires, en personne ou en virtuel, développement de stratégies pour briser l'isolement et consolider le réseau social, avoir une meilleure connaissance des ressources disponibles dans leur milieu. * Vieillir en bonne santé mentale: formations pour intervenant-e-s et personnes proches aidantes sur la santé mentale des personnes aînées.

Clientèle: organismes, entrepreneurs, gestionnaires, entreprises privées, écoles oeuvrant auprès des jeunes, personnes aînées et personnes seules

Territoire desservi: Grand Montréal

Horaire: lundi au vendredi 9h00 à 12h00 et 13h00 à 17h00

Frais: variables

Financement: provincial, autofinancement, dons

Statut: organisme à but non lucratif

CENTRE D'HÉBERGEMENT CHAMPLAIN

1325, rue Crawford, Verdun, Montréal, QC, H4H 2N6

514 766-8513

Site internet: ciusss-centresudmtl.gouv.qc.ca/etablissement/centre-dhebergement-champlain

Services: Centre d'hébergement public pour personnes âgées et personnes en perte d'autonomie. * Hébergement et soins de longue durée. * Centre de jour. * Unité de réadaptation fonctionnelle intensive et de déficience intellectuelle.

Clientèle: personnes âgées, personnes en perte d'autonomie

Capacité: 228

Territoire desservi: Le Sud-Ouest, Verdun

Financement: provincial

Statut: organisme parapublic

CENTRE D'HÉBERGEMENT DE SAINT-HENRI

5205, rue Notre-Dame Ouest, Le Sud-Ouest, Montréal, QC, H4C 3L2

514 931-0851

Site internet: ciusss-centresudmtl.gouv.qc.ca/etablissement/centre-dhebergement-de-saint-henri

Services: Centre d'hébergement public pour personnes âgées et personnes en perte d'autonomie. * Hébergement et soins de longue durée. * Centre de jour offrant des services thérapeutiques afin de maintenir l'autonomie de personnes non-hébergées.

Clientèle: personnes âgées, personnes en perte d'autonomie

Territoire desservi: Le Sud-Ouest, Verdun

Financement: provincial

Statut: organisme parapublic

CENTRE D'HÉBERGEMENT DE VERDUN

5500, boulevard LaSalle, Verdun, Montréal, QC, H4H 1N9

514 769-8801

Site internet: ciusss-centresudmtl.gouv.qc.ca/etablissement/centre-dhebergement-de-verdun

Services: Centre d'hébergement public pour personnes âgées et personnes en perte d'autonomie. * Hébergement et soins de longue durée. * Centre de jour avec services thérapeutiques pour personnes non-hébergées.

Clientèle: personnes âgées, personnes en perte d'autonomie

Territoire desservi: Le Sud-Ouest, Verdun

Financement: provincial

Statut: organisme parapublic

CENTRE D'HÉBERGEMENT ÉMILIE-GAMELIN

1440, rue Dufresne, Ville-Marie, Montréal, QC, H2K 3J3

514 527-8921

Site internet: ciusss-centresudmtl.gouv.qc.ca/etablissement/centre-dhebergement-emilie-gamelin

Services: Centre d'hébergement public pour personnes âgées et personnes en perte d'autonomie. * Hébergement et soins de longue durée. * Centre de jour avec services thérapeutiques pour personnes non-hébergées.

Clientèle: personnes âgées, personnes en perte d'autonomie

Territoire desservi: Le Plateau-Mont-Royal, Ville-Marie

Financement: provincial

Statut: organisme parapublic

HÔPITAL CHINOIS DE MONTRÉAL

189, avenue Viger Est, Ville-Marie, Montréal, QC, H2X 3Y9

514 871-0961 Téléc.: 514 871-0966

Site internet: www.montrealchinesehospital.ca/homepagefrn.html

Courriel: info.hcm@ssss.gouv.qc.ca

Services: Soins médicaux et services d'hébergement de longue durée. * Centre de jour: services complémentaires aux soins à domicile, activités, soins préventifs et thérapeutiques. * Clinique médicale externe. * Centre de jour offrant des services thérapeutiques afin de maintenir l'autonomie de personnes non-hébergées.

Clientèle: hébergement: adultes et personnes âgées, particulièrement d'origine chinoise ou sud-est asiatique qui souffrent d'une incapacité permanente ou qui ont perdu, en partie ou en totalité, leur autonomie fonctionnelle, centre de jour: personnes âgées des communautés chinoise et sud-est asiatique

Territoire desservi: île de Montréal

Financement: provincial

Statut: organisme parapublic

LIGNE AÎNÉS VILLE-MARIE

Adresse confidentielle

514 647-2874

Site internet: www.carrefoursteusebe.ca

Courriel: intervenante@carrefoursteusebe.ca

Services: Ligne téléphonique pour aînés. * Information et références. * Repérage, évaluation et analyse des besoins par une intervenante de milieu. * Transmission des ressources disponibles au niveau local. * Maillage entre la personne âgée et l'organisme répondant à ses besoins. * Accompagnement par une intervenante de milieu si besoin. * Veille des services offerts et mise à jour en continu des informations relatives aux ressources locales.

Clientèle: personnes de 50 ans et plus

Territoire desservi: Ville-Marie

Horaire: lundi au vendredi 9h00 à 16h00

Frais: aucuns

Financement: dons, provincial

Statut: organisme à but non lucratif

PETITS FRÈRES (LES) - MONTRÉAL CENTRE

4624, rue Garnier, Le Plateau-Mont-Royal, Montréal, QC, H2J 3S7

514 527-8653 Téléc.: 514 527-7162

Site internet: petitsfreres.ca/a-propos-de-nous/equipes-regionales/ile-de-montreal

Courriel: montreal@petitsfreres.ca

Services: Organisme visant à contrer l'isolement des personnes âgées jusqu'à la fin de leur vie. * Accompagnement et jumelage avec des bénévoles. * Visites dans le milieu de vie de la personne: à domicile, à l'hôpital, au CHSLD, leur résidence, etc. * Au bout du fil: service de jumelage téléphonique. * Activités de socialisation, célébration des fêtes d'anniversaires et des grandes fêtes (Noël, Pâques, etc.). * Séjours de vacances au Domaine Juliette-Huot d'Oka. * Accompagnement en fin de vie.

Clientèle: personnes de 75 ans et plus sans famille présente ou contact social significatif

Territoire desservi: île de Montréal

Horaire: lundi au vendredi 9h00 à 17h00

Frais: aucuns

Financement: campagnes de financement, autofinancement, dons

Statut: organisme à but non lucratif

PRÉVENTION SUD-OUEST

6000, rue Notre-Dame Ouest, entrée Ouest, 2e étage, Le Sud-Ouest, Montréal, QC, H4C 3K5

514 761-4151 Téléc.: 514 761-7451

Site internet: www.prevention-sud-ouest.com

Courriel: info@psotm.org

Services: Réduction de toutes les formes de criminalité et de violence. * Animation et information sur la sécurité à domicile et dans les lieux publics. * Information et conseils ciblés sur la sécurité des jeunes et des aînés. * Initiative de travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité (ITMAV). * Programme Tandem-Montréal: augmentation du sentiment de sécurité dans les rues, ruelles, parcs, commerces et résidences. * Projet BUMP (Burgundy Mediation Urban Project): médiation urbaine dans la Petite-Bourgogne. * Participation à diverses tables de concertation. * Médiation sur la cohabitation avec l'itinérance. * Programme d'ambassadrice d'immeuble pour habitations à loyer modique (HLM). * Atelier de coiffure communautaire. * Projet d'accompagnement personnalisé pour jeunes vulnérables et fragilisés.

Territoire desservi: Côte-Saint-Paul, Griffintown, Petite-Bourgogne, Pointe-Saint-Charles, Saint-Henri et Ville-Émard, ITMAV: Saint-Henri et Petite-Bourgogne

Horaire: lundi au jeudi 8h30 à 16h00, vendredi 8h30 à 12h00

Frais: aucuns

Financement: autofinancement

Statut: organisme à but non lucratif

Maintien à domicile

ACCORDAILLES (LES)

465, rue Gilford, bureau 101, Le Plateau-Mont-Royal, Montréal, QC, H2J 1N5

514 282-1553 Téléc.: 514 282-1429

Site internet: accordailles.org

Courriel: info@accordailles.org

Services: * Téléphones et visites d'amitié. * Repas communautaires. * Projet Épicerie: collation en commun et groupe de transport et d'accompagnement en épicerie. * Recrutement de bénévoles.

Clientèle: personnes aînées de 50 ans et plus

Territoire desservi: Le Plateau-Mont-Royal

Horaire: bureau: lundi au vendredi 8h00 à 16h00, repas communautaire: mardi 12h00 à 15h00

Frais: repas communautaire: 4\$ pour les membres, 5\$ pour les non-membres

Financement: provincial

Statut: organisme à but non lucratif

ACTION CENTRE-VILLE

105, rue Ontario Est, bureau 201, Ville-Marie, Montréal, QC, H2X 1G9

514 878-0847 Téléc.: 514 878-0452

Site internet: acv-montreal.com

Courriel: info@acv-montreal.com

Services: * Information. * Ateliers, loisirs, cours et sorties. * Repas communautaires. * Livraison de repas à domicile. * Soins des pieds. * Intervention de milieu - Initiative de travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité (ITMAV). * Clinique d'impôts.

Clientèle: personnes préretraitées et retraitées de 50 ans et plus

Capacité: salle à manger: 90 personnes

Territoire desservi: Grand Montréal, livraison de repas: entre De la Visitation, Jeanne-Mance, Sherbrooke et De la Commune, ITMAV: Ville-Marie

Horaire: lundi au vendredi 9h00 à 16h00, repas communautaire: 11h45 à 12h45, soins des pieds: premier mercredi du mois

Frais: cotisation annuelle: 15\$, repas communautaire et repas pour emporter: 6\$ pour les membres ou 7,50\$ pour les non-membres, soins des pieds: 45 \$ pour le 1er traitement, 40\$ pour les traitements suivants

Financement: cotisations, Centraide du Grand Montréal, autofinancement, provincial

Statut: organisme à but non lucratif

CANTINE POUR TOUS (LA)

5455, avenue de Gaspé, bureau 200, Le Plateau-Mont-Royal, Montréal, QC, H2T 3B3

1 833 437-0958

Site internet: lacantinepourtous.org

Courriel: info@lacantinepourtous.org

Services: Collectif qui fédère des organisations d'économie sociale et solidaire * La Cantine à Domicile: repas congelés préparés par des traiteurs avec livraison. * La Cantine dans les Écoles: livraison de repas scolaires pour enfants.

Clientèle: grand public, personnes en situation de vulnérabilité, organismes communautaires qui favorisent l'accès à l'alimentation, toutes institutions souhaitant offrir un service de repas, écoles primaires

Territoire desservi: le Québec, la Cantine à Domicile: consulter le site Internet

Horaire: lundi au vendredi 9h00 à 17h00

Frais: La Cantine à domicile: à partir de 6\$ par repas, programme de tarification sociale pour personnes référées par les services sociaux, La Cantine dans les écoles: payer selon vos moyens, minimum 1\$ par repas

Financement: provincial, municipal, dons

Statut: organisme à but non lucratif

CARREFOUR JEUNESSE EMPLOI DU SUD-OUEST DE MONTRÉAL - BRIGADE NEIGE

3181, rue Saint-Jacques, bureau 100, Le Sud-Ouest, Montréal, QC, H4C 1G7

514 561-9777

Site internet: www.cjeso-mtl.org

Services: Déneigement résidentiel.

Clientèle: personnes âgées, personnes ayant des problèmes de mobilité temporaire ou permanent

Territoire desservi: Le Sud-Ouest

Horaire: administration: lundi, mardi et mercredi 9h00 à 16h00, jeudi et vendredi 9h00 à 12h00, brigade neige: variable

Frais: aucuns

Financement: provincial, fédéral

Statut: organisme à but non lucratif

CARREFOUR SAINT-EUSÈBE

2349, rue de Rouen, rez-de-chaussée, Ville-Marie, Montréal, QC, H2K 1L8

514 525-5212

Site internet: carrefoursteusebe.ca

Courriel: direction@carrefoursteusebe.com

Services: * Popote roulante: repas chauds et congelés. * Dîners communautaires. * Cuisines collectives. * Conférences. * Ligne aînés: réseau d'appels téléphoniques pour contrer l'isolement et références. * Ateliers d'informatique. * Appels d'amitié. * Visites d'amitié. * Activités de socialisation: danse en ligne, mise en forme, bricolage. * Activités extérieures, avec transport. * Initiative de travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité (ITMAV).

Clientèle: personnes âgées de 50 ans et plus, particulièrement les personnes âgées en perte d'autonomie

Capacité: salle à manger: 20 places

Territoire desservi: Centre-Sud, entre la rue Sherbrooke au nord et le fleuve Saint-Laurent au sud, la voie ferrée près de la rue de l'Espérance à l'est et la rue de la Visitation à l'est

Horaire: administration: lundi au vendredi 8h30 à 16h30, popote roulante: lundi au jeudi, livraison le matin

Frais: carte de membre: 10\$ par année, popote roulante: 5\$

Financement: dons, provincial

Statut: organisme à but non lucratif

CENTRE COMMUNAUTAIRE SAINT-ANTOINE 50+

850, rue Dominion, Le Sud-Ouest, Montréal, QC, H3J 0A1

514 933-7351 poste 101 Téléc.: 514 933-4617

Site internet: centrestantoine50plus.org/fr

Courriel: info@centrestantoine.com

Services: * Visites et appels d'amitié. * Appels quotidiens de rassurance. * Traduction et aide pour remplir les formulaires. * Information et références. * Initiative de travail de milieu auprès des aînés en situation de vulnérabilité (ITMAV). * Activités intergénérationnelles. * Repas communautaires. * Activités éducatives, sociales et récréatives. * Séances Zoom sur différents sujets. * Cours d'informatique. * Bricolages, repas et activités de Noël pour les membres.

Clientèle: personnes âgées de 50 ans et plus

Capacité: plus de 50

Territoire desservi: Le Sud-Ouest, ITMAV: La Petite-Bourgogne, Saint-Henri

Horaires: lundi au vendredi 8h30 à 16h30, été: lundi au vendredi 8h30 à 16h30

Frais: adhésion annuelle: 15\$

Financement: provincial, autofinancement, Centraide du Grand Montréal

Statut: organisme à but non lucratif

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE MONTRÉAL - SERVICES ALIMENTAIRES BÉNÉVOLES - BUREAU CENTRAL

2015, rue Drummond, bureau 300, Ville-Marie, Montréal, QC, H3G 1W7

514 842-3351 poste 230 Téléc.: 514 842-8977

Site internet: www.cabm.net/services-alimentaires-benevoles/qui-sommes-nous

Courriel: liaison-sab@cabm.net

Services: Coordination d'un réseau de 60 popotes roulantes et repas communautaires. * Popotes roulantes auprès des personnes en perte d'autonomie. * Implantation de nouveaux services. * Soutien aux groupes et aux bénévoles. * Activités de formation. * Liaison avec les CLSC et les hôpitaux.

Clientèle: organismes et groupes de bénévoles offrant des services alimentaires aux personnes en perte d'autonomie, popotes roulantes: personnes en perte d'autonomie référées par un-e professionnel-le

Capacité: 400 000 repas par année

Territoire desservi: île de Montréal

Horaires: lundi au vendredi 8h30 à 16h00

Frais: popotes roulantes: environ 7\$ par repas

Financement: provincial, autofinancement

Statut: organisme à but non lucratif

CENTRE DES AÎNÉS DE POINTE-SAINT-CHARLES

2401, rue Mullins, Le Sud-Ouest, Montréal, QC, H3K 3E3

514 933-5826

Site internet: capstcharles.org

Courriel: info@capstcharles.org

Services: Services aux personnes aînées. * Référence. * Activités sociales. * Visites et appels d'amitié. * Service de lecture ou d'écriture, aide avec les formulaires.

Clientèle: personnes âgées de 50 ans et plus

Territoire desservi: Pointe-Saint-Charles

Horaires: lundi au vendredi 9h00 à 16h00

Financement: provincial

Statut: organisme à but non lucratif

CLINIQUE COMMUNAUTAIRE DE POINTE-SAINT-CHARLES

500, avenue Ash, Le Sud-Ouest, Montréal, QC, H3K 2R4

514 937-9251 Téléc.: 514 937-3492

Site internet: ccpsc.qc.ca/fr

Courriel: cliniqucommunautairepsch@gmail.com

Services: * Consultations avec et sans rendez-vous avec un médecin, une infirmière ou un-e intervenant-e social-e. * Suivi par un médecin de famille. * Santé sexuelle: contraception, contraception d'urgence, examen gynécologique, PAP test, dépistage ITSS, test de grossesse sur rendez-vous. * Clinique jeunesse: traitement des infections urinaires, dépistage des ITSS, distribution de condoms, soutien pour la contraception, test de grossesse, etc. * Santé mentale: diagnostic, suivi multidisciplinaire à moyen et long terme. * Échange de seringues et soutien aux personnes aux prises avec des dépendances. * Soutien aux personnes atteintes de déficience intellectuelle ou d'un trouble du spectre de l'autisme et à leur famille. * Soutien aux parents, aux enfants, aux familles vivant des difficultés ou des problèmes liés à la santé mentale et aux familles d'enfants vivant avec un handicap. * Soutien aux femmes enceintes: cours prénataux, suivi de grossesse, rencontres nutrition, soutien pour femmes enceintes n'ayant pas complété leur secondaire ou vivant dans un contexte de pauvreté (programme SIPPE), aide alimentaire (programme OLO), halte-allaitement. * Suivi complet avec une sage-femme. * Suivi avec médecin, infirmier-ère et autres spécialistes pour enfants de 0 à 5 ans. * Soutien à domicile pour personnes ayant une incapacité, temporaire ou persistante, et pour les proches aidant-e-s: soins à domicile, répit pour proches aidant-e-s, transport, exercices de prévention des chutes pour personnes âgées (programme PIED). * Vaccination. * Authentification de carte d'assurance maladie.

Territoire desservi: Pointe-Saint-Charles

Horaire: lundi au vendredi 8h00 à 16h00, clinique jeunesse: mercredi 16h30 à 19h30

Frais: aucuns

Financement: provincial

Statut: organisme à but non lucratif

CUISINES COLLECTIVES DU GRAND PLATEAU

4095, rue Saint-André, Le Plateau-Mont-Royal, Montréal, QC, H2L 3W4

514 523-1752

Site internet: www.ccgp-montreal.org

Courriel: info@ccgp-montreal.org

Services: * Cuisines collectives. * Vous êtes le chef!: boîtes prêtes-à-cuisiner pour personnes âgées. * Programme Boîte à lunch: ateliers d'éducation culinaire. * Projet Cigognes: programme de répit culinaire offrant la livraison de repas aux familles durant 6 semaines. * Jardin collectif pour les personnes âgées des HML de Mentana. * Formation, information et sensibilisation à la saine alimentation. * Concertation en sécurité alimentaire. * Distribution de collation pour les personnes âgées et enfants de leurs programmes dans le cadre d'un projet de transformation d'invendus alimentaires.

Clientèle: personnes ayant un faible revenu, adultes, personnes âgées, familles, femmes vivant en centre d'hébergement, personnes vivant en HLM, groupes désirant démarrer des cuisines collectives, jeunes et enfants de 6 à 12 ans, boîtes prêtes-à-cuisiner: personnes de 50 ans et plus en HLM, programme Boîte à lunch: jeunes en 4e et 5e année

Territoire desservi: Le Plateau-Mont-Royal

Horaire: lundi au vendredi 9h30 à 16h30, jardin: de mai à septembre

Frais: membre: gratuit

Financement: provincial, dons

Statut: organisme à but non lucratif

ENTRAIDE BÉNÉVOLE MÉTRO

1801, boulevard De Maisonneuve Ouest, bureau 750, Ville-Marie, Montréal, QC, H3H 1J9

514 939-9575 **Téloc.:** 514 934-3776

Site internet: ebmservices.org

Courriel: ebmmetro@vif.com

Services: * Appel quotidien de sécurité. * Visite amicale et promenade ou appel amical. * Épicerie effectuée par des bénévoles pour ou avec le client. * Accompagnements médicaux et non médicaux. * Clinique d'impôts.

Clientèle: personnes âgées de 65 ans et plus en perte d'autonomie

Territoire desservi: centre-ville ouest et une partie de Westmount, de l'avenue des Pins au boulevard René-Lévesque et de l'avenue Claremont au boulevard Saint-Laurent, codes postales H3Y, H3Z, H3H, H3A, H3G et une partie de H2X

Horaire: lundi au vendredi 8h30 à 16h30, appel quotidien de sécurité: lundi au vendredi

Frais: aucuns

Financement: provincial, dons, fédéral

Statut: organisme à but non lucratif

EX AEQUO

3680, rue Jeanne-Mance, bureau 328, Le Plateau-Mont-Royal, Montréal, QC, H2X 2K5

514 288-3852 Téléc.: 514 288-2834

Site internet: exaequo.net

Courriel: info@exaequo.net

Services: Promotion de l'accessibilité universelle et défense des droits des personnes vivant avec une déficience motrice. * Banque de personnes préposées pour les personnes utilisant le chèque emploi-service. * Action citoyenne, représentation, concertation et partenariat avec différents organismes. * Information, formation et sensibilisation.

Clientèle: personnes de 18 ans et plus vivant avec une déficience motrice

Territoire desservi: île de Montréal

Horaires: lundi au vendredi 9h00 à 17h00

Frais: carte de membre: 5\$ par année

Financement: Centraide du Grand Montréal, provincial, dons

Statut: organisme à but non lucratif

GRANDE VADROUILLE (LA)

4450, rue Saint-Hubert, bureau 411, Le Plateau-Mont-Royal, Montréal, QC, H2J 2W9

514 341-0443 Téléc.: 514 523-7908

Site internet: grandevadrouille.com

Courriel: info@grandevadrouille.com

Services: Aide à domicile. * Entretien ménager et grand ménage. * Répit-stimulation. * Aide pour faire les boîtes en vue d'un déménagement.

Clientèle: personnes de 65 ans et plus, personnes vivant avec des limitations fonctionnelles référées par un CLSC/CIUSSS

Territoire desservi: codes postaux débutant par H3S, H3T, H3V, H3W, H3P, H3R, H4P, H4A, H4B, H4V et H4X

Horaires: lundi au vendredi 9h00 à 16h30

Frais: programme d'exonération financière de la RAMQ

Financement: provincial

Statut: organisme à but non lucratif

MAISON D'AURORE (LA) - AIDE AUX FORMULAIRES

4816, rue Garnier, Le Plateau-Mont-Royal, Montréal, QC, H2J 4B4

514 527-9075 Téléc.: 514-527-3949

Site internet: maisonauore.org

Courriel: info@maisonauore.org

Services: * Aide pour la rédaction de formulaires et de lettres. * Lecture de lettres.

Clientèle: personnes de tout âge

Territoire desservi: île de Montréal

Horaires: lundi, mercredi et jeudi 9h00 à 12h00 et 13h15 à 17h00, mardi 13h15 à 17h00

Frais: aucuns

Financement: Centraide du Grand Montréal, provincial

Statut: organisme à but non lucratif

MAISON D'ENTRAIDE SAINT-PAUL ET ÉMARD

5999, rue Drake, Le Sud-Ouest, Montréal, QC, H4E 4G8

514 761-1280 Téléc.: 514 761-0340

Site internet: maison-entraide.org

Courriel: info@maison-entraide.org

Services: * Épicerie à contribution réduite et épicerie solidaire Paule & Émard. * Livraison hebdomadaire de plats surgelés aux personnes âgées et personnes à mobilité réduite. * Cuisines collectives. * Ateliers de cuisine, ateliers pratiques et éducatifs sur l'alimentation et la nutrition. * Éducation populaire, formations diverses. * Marchés mobiles: vente de fruits et légumes à faible coût. * Jardin communautaire. * Bénévolat.

Clientèle: marchés: personnes à faible revenu, livraison de plats surgelés: personnes âgées de 50 ans et plus ou à mobilité réduite, autres services: public général

Territoire desservi: marchés, livraison de repas surgelés, épicerie à contribution réduite et solidaire: codes postaux débutant par H4E, autres services: île de Montréal

Horaire: lundi au vendredi 9h00 à 12h00 et 13h00 à 16h00, épicerie solidaire: mardi et jeudi 12h00 à 19h00, mercredi et vendredi 12h00 à 17h00

Frais: membre: 2\$ pour les personnes à faible revenu, 10\$ pour les autres

Financement: provincial, Centraide du Grand Montréal

Statut: organisme à but non lucratif

MAISON SAINT-COLUMBA (LA)

2365, rue Grand Trunk, Le Sud-Ouest, Montréal, QC, H3K 1M8

514 932-6202 Téléc.: 514 932-5131

Site internet: saintcolumbahouse.org/fr

Courriel: info@saintcolumbahouse.org

Services: Implication sociale et développement communautaire. * Dîner communautaire quotidien. * Livraison de repas à domicile (sur référence seulement). * Aide aux devoirs et tutorat. * L'Alternate School pour enfants de 3 à 5 ans. * Programme de jour pour adultes vivant avec un handicap intellectuel. * Camp de jour d'été pour enfants et adolescents. * Activités récréatives et éducatives pour adolescents. * Possibilité de stage pour bénévoles et étudiants.

Clientèle: individus et familles, adultes vivant avec une déficience intellectuelle

Territoire desservi: Pointe-Saint-Charles et les environs

Horaire: lundi au vendredi 9h00 à 16h30, dîner communautaire: 11h30 à 12h30

Frais: dîner: 2\$ par repas ou 20 repas pour 30\$, livraison de repas à domicile: 35\$ par mois

Financement: dons, subventions

Statut: organisme à but non lucratif

MAISONNETTE SUD-OUEST

75, square Sir-George-Étienne-Cartier, bureau 22, Le Sud-Ouest, Montréal, QC, H4C 3A1

514 932-2433 Téléc.: 514 932-2909

Site internet: www.lecadre.ca

Courriel: administration@lecadre.ca

Services: * Service d'entretien ménager à domicile: ménage régulier et grand ménage.

Clientèle: personnes âgées, personnes vivant avec des problèmes de santé, familles à faible revenu

Territoire desservi: Le Sud-Ouest, Verdun

Horaire: lundi au vendredi 8h30 à 12h00 et 13h00 à 16h30

Frais: taux horaire établi selon les revenus, admissible au Programme d'exonération financière pour les services d'aide domestique (PEFSAD) de la RAMQ

Financement: provincial, autofinancement

Statut: organisme à but non lucratif

MAMIES IMMIGRANTES POUR LE DÉVELOPPEMENT ET L'INTÉGRATION

4250, avenue Bannantyne, bureau 102, Verdun, Montréal, QC, H4G 3J4

514 903-1380

Site internet: www.mamiesimmigrantes.org

Courriel: lesmamies2002@gmail.com

Services: * Information, référence, encadrement et accompagnement. * Interprétariat. * Cuisines collectives. * Visites à domicile. * Appels d'amitié. * Répit pour proches aidantes: répit à domicile, accompagnement à l'hôpital, promenades santé, visites d'amitié à domicile en cas d'hospitalisation. * Soutien au développement social: contes dans les écoles et résidences, pièces de théâtre. * Rencontres interculturelles. * Initiation à la couture.

Clientèle: femmes immigrantes et québécoises de 50 ans et plus, proches aidant-e-s

Territoire desservi: île de Montréal

Horaire: lundi au vendredi 9h30 à 17h00

Frais: membre: 10\$ par année, répit: 15\$ par heure et 6\$ pour le transport

Financement: cotisations, subventions

Statut: organisme à but non lucratif

PLUMEAU, CHIFFON ET COMPAGNIE

4450, rue Saint-Hubert, bureau 311, Le Plateau-Mont-Royal, Montréal, QC, H2J 2W9

514 523-6626 Téléc.: 514 523-7908

Site internet: plumeau.qc.ca

Courriel: info@plumeau.qc.ca

Services: Aide à domicile. * Entretien régulier et grand ménage. * Répit aux personnes proches aidantes. * Aide pour faire les boîtes en vue d'un déménagement.

Clientèle: personnes proches aidantes, personnes âgées de 65 ans et plus, personnes vivant avec des limitations fonctionnelles référées par un CLSC/CIUSSS

Territoire desservi: Le Plateau-Mont-Royal, Outremont, Ville-Marie, Westmount

Horaire: lundi au vendredi 9h00 à 17h00

Frais: entretien: admissible au programme d'exonération financière de la RAMQ, répit: 4\$ à 29,90\$ de l'heure

Financement: provincial, municipal, fondations

Statut: organisme à but non lucratif

POPOTES MONTRÉAL

1919, rue Saint-Jacques Ouest, Le Sud-Ouest, Montréal, QC, H3J 1H2

514 937-4798 Téléc.: 514 937-8588

Site internet: www.popotesmontreal.org

Courriel: clients@popotesmontreal.org

Services: * Cuisine centrale. * Livraison à domicile de repas chauds et congelés.

Clientèle: personnes en perte d'autonomie permanente ou temporaire

Territoire desservi: Ahuntsic-Cartierville, Anjou, Centre-Sud, Outremont, Le Plateau-Mont-Royal, Rosemont-La Petite-Patrie, Le Sud-Ouest, Saint-Léonard

Horaire: lundi au vendredi 8h00 à 16h00

Frais: variables

Financement: provincial, autofinancement

Statut: organisme à but non lucratif

PORTE JAUNE (LA)

3625, rue Aylmer, Le Plateau-Mont-Royal, Montréal, QC, H2X 2C3

514 845-2600 poste 1

Site internet: fr.yellowdoor.org

Courriel: info@yellowdoor.org

Services: Personnes âgées * Visites amicales. * Appels amicaux. * Aide aux courses. * Tech Café: aide informatique et technologique individuelle, ateliers sur la culture numérique. * Accompagnement pour les sorties et rendez-vous médicaux par des bénévoles. Activités de loisirs * Groupes de bien-être intergénérationnels: yoga, ruche d'art, heure communautaire, musique, méditation, club de lecture en anglais et en français, groupe de marche, groupe de cinéma, événements avec des partenaires communautaires. Alimentation * Cuisine communautaire: dîner végétalien les vendredis. Activités communautaires * Location de salles pour des rencontres communautaires.

Clientèle: personnes âgées de 55 ans plus, personnes intéressées par le bénévolat, membres de la communauté

Territoire desservi: services pour les personnes âgées: quadrilatère entre avenue des Pins et rue Saint-Jacques, entre avenue Atwater et rue Saint-Denis, autres services: île de Montréal

Horaire: administration: mardi au jeudi 9h30 à 17h00, vendredi 9h30 à 15h00, ateliers sur la culture numérique: une semaine sur deux, cuisine communautaire: vendredi 12h30 à 14h00

Frais: location de salle: variables, cuisine communautaire: 4\$, activités: gratuit

Financement: provincial

Statut: organisme à but non lucratif

PROGRAMME D'ALLOCATION DIRECTE CHÈQUE EMPLOI-SERVICE

Adresse confidentielle

1 877 644-4545 **ATS:** 1 800 361-9596

Site internet: www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/inaptitude-perse-autonomie/services-soutien-domicile

Services: Programme du Ministère de la Santé et des Services Sociaux. * Modalité de prestation de services de soutien à domicile permettant à l'utilisateur de sélectionner et d'employer le ou la travailleur-euse qui dispensera certains de ses services de soutien à domicile. * Peut inclure les services suivants: assistance personnelle, aide au bain, aide à l'alimentation, aide à l'habillement, mobilité et transfert dans la maison, aide domestique, tâches ménagères, préparation de repas, lessive, courses, etc. * Dépliant explicatif: publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2008/08-513-02F.pdf

Clientèle: personnes en perte d'autonomie stable ou ayant un handicap, vivant à domicile, nécessitant des services à long terme et pouvant assumer les responsabilités du programme

Territoire desservi: le Québec

Horaire: Services Québec: lundi au vendredi 8h00 à 18h00

Financement: provincial

Statut: organisme du gouvernement provincial

REGROUPEMENT DES ORGANISMES POUR AÎNÉS ET AÎNÉES DU SUD-OUEST DE MONTRÉAL

5335, rue Notre-Dame Ouest, bureau 103, Le Sud-Ouest, Montréal, QC, H4C 3L3

514 989-8226

Site internet: ainesov.com

Courriel: ropasom.concertation.ainee@gmail.com

Services: * Information et référence. * Concertation, éducation et sensibilisation. * Brigade climat 365: prêt, installation et entreposage de climatiseurs. * Influenceur-euse-s aîné-e-s pour le design universel en logement: promotion et défense du design universel en logement. * Marche santé: marches dans les quartiers du Sud-ouest adaptées à tous les types de mobilité suivies d'un café gratuit. * Balconnades: activités artistiques devant les milieux de vies des aîné-e-s pour briser l'isolement. * Aîné-e-s en tournée: activités sur Zoom.

Clientèle: personnes âgées, personnes en situation de mobilité réduite

Territoire desservi: Le Sud-Ouest

Frais: aucuns

Financement: subventions, dons

Statut: organisme à but non lucratif

RÉSEAU-BÉNÉVOLE DE VERDUN

3215, boulevard LaSalle, Verdun, Montréal, QC, H4G 1Z1

514 761-1773 **Télé.:** 514 761-1020

Site internet: reseau-benevoles-verdun.org/wp

Courriel: r.b.v@videotron.ca

Services: * Regroupement de bénévoles. * Visites d'amitié. * Popote roulante. * Paniers alimentaires.

Clientèle: personnes de 60 ans et plus ou en perte d'autonomie, paniers alimentaires: personnes de 60 ans et plus à faible revenu

Territoire desservi: Verdun, Île-des-Soeurs

Horaire: lundi au vendredi 6h00 à 14h00, banque alimentaire: mardi 8h00 à 11h00

Frais: popote roulante: 5\$ par repas, banque alimentaire: 5\$

Financement: provincial, autofinancement

Statut: organisme à but non lucratif

SANTROPOL ROULANT

111, rue Roy Est, Le Plateau-Mont-Royal, Montréal, QC, H2W 1M1

514 284-9335

Site internet: santropolroulant.org

Services: * Popote roulante: livraison de repas nutritifs. * Soupe populaire. * Ateliers de mise au point de vélo. * Autres activités et projets écologiques: jardins sur le toit, vermicompostage, apiculture, mycologie, cueillette de fruits urbains. * Activités éducatives sur l'agriculture et l'alimentation pour les écoles primaires et les camps de jour. * Paniers de légumes soutenus par la communauté. * Marché public de vente de légumes biologiques. * Ferme. * Vente de semences.

Clientèle: popote roulante: personnes en perte d'autonomie et isolées socialement

Territoire desservi: popote roulante: appeler l'organisme ou consulter le site web pour la carte des quartiers desservis, autres services: île de Montréal

Horaire: lundi au mercredi, vendredi et samedi 9h30 à 17h30

Frais: popote roulante et repas congelés: 6\$ par repas

Financement: autofinancement, subventions, dons

Statut: organisme à but non lucratif

SPECTRE DE RUE - TAPEL

1280, rue Ontario Est, Ville-Marie, Montréal, QC, H2L 1R6

514 528-1700 poste 231

Site internet: www.spectrederue.org

Courriel: tapaj@spectrederue.org

Services: Service de déneigement résidentiel.

Clientèle: personnes à mobilité réduite, personnes âgées de 70 ans et plus en perte d'autonomie

Territoire desservi: Le Plateau-Mont-Royal, Ville-Marie

Horaire: variable

Frais: aucuns

Financement: provincial, municipal

Statut: organisme à but non lucratif

Proches aidants

ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ MENTALE - FILIALE DE MONTRÉAL

55, avenue Mont-Royal Ouest, bureau 605, Le Plateau-Mont-Royal, Montréal, QC, H2T 2S6

514 521-4993

Site internet: acsmmontreal.qc.ca

Courriel: info@acsmmontreal.qc.ca

Services: Promotion et prévention en santé mentale. * Information et sensibilisation. * Conférence La santé mentale démystifiée: conférences interactives offertes dans vos milieux de vie (travail, centre communautaire, résidence, etc.). * Webinaires: acsmmontreal.qc.ca/tous-les-webinaires * Centre de documentation et publications de guides et magazines. * Sensibilisation communautaire: représentation, coopération et consultation. * Prise de parole en public et positionnement politique. * Programmes, formation, séminaires et colloques. * Semaine nationale pour la santé mentale. Pour les jeunes * Activités pédagogiques Adap.t pour jeunes (la santé mentale c'est quoi, la gestion du stress, maîtriser son discours intérieur): acsmmontreal.qc.ca/adapt * On parle de santé mentale: www.youtube.com/@Onparlede Pour les personnes âgées * Programme Apprivoiser sa solitude et développer son réseau: 6 ateliers hebdomadaires, en personne ou en virtuel, développement de stratégies pour briser l'isolement et consolider le réseau social, avoir une meilleure connaissance des ressources disponibles dans leur milieu. * Vieillir en bonne santé mentale: formations pour intervenant-e-s et personnes proches aidantes sur la santé mentale des personnes âgées.

Clientèle: organismes, entrepreneurs, gestionnaires, entreprises privées, écoles oeuvrant auprès des jeunes, personnes âgées et personnes seules

Territoire desservi: Grand Montréal

Horaire: lundi au vendredi 9h00 à 12h00 et 13h00 à 17h00

Frais: variables

Financement: provincial, autofinancement, dons

Statut: organisme à but non lucratif

CLINIQUE COMMUNAUTAIRE DE POINTE-SAINT-CHARLES

500, avenue Ash, Le Sud-Ouest, Montréal, QC, H3K 2R4

514 937-9251 Téléc.: 514 937-3492

Site internet: ccpsc.qc.ca/fr

Courriel: cliniqucommunautairepsch@gmail.com

Services: * Consultations avec et sans rendez-vous avec un médecin, une infirmière ou un-e intervenant-e social-e. * Suivi par un médecin de famille. * Santé sexuelle: contraception, contraception d'urgence, examen gynécologique, PAP test, dépistage ITSS, test de grossesse sur rendez-vous. * Clinique jeunesse: traitement des infections urinaires, dépistage des ITSS, distribution de condoms, soutien pour la contraception, test de grossesse, etc. * Santé mentale: diagnostic, suivi multidisciplinaire à moyen et long terme. * Échange de seringues et soutien aux personnes aux prises avec des dépendances. * Soutien aux personnes atteintes de déficience intellectuelle ou d'un trouble du spectre de l'autisme et à leur famille. * Soutien aux parents, aux enfants, aux familles vivant des difficultés ou des problèmes liés à la santé mentale et aux familles d'enfants vivant avec un handicap. * Soutien aux femmes enceintes: cours prénataux, suivi de grossesse, rencontres nutrition, soutien pour femmes enceintes n'ayant pas complété leur secondaire ou vivant dans un contexte de pauvreté (programme SIPPE), aide alimentaire (programme OLO), halte-allaitement. * Suivi complet avec une sage-femme. * Suivi avec médecin, infirmier-ère et autres spécialistes pour enfants de 0 à 5 ans. * Soutien à domicile pour personnes ayant une incapacité, temporaire ou persistante, et pour les proches aidant-e-s: soins à domicile, répit pour proches aidant-e-s, transport, exercices de prévention des chutes pour personnes âgées (programme PIED). * Vaccination. * Authentification de carte d'assurance maladie.

Territoire desservi: Pointe-Saint-Charles

Horaire: lundi au vendredi 8h00 à 16h00, clinique jeunesse: mercredi 16h30 à 19h30

Frais: aucuns

Financement: provincial

Statut: organisme à but non lucratif

DYSTROPHIE MUSCULAIRE CANADA - DIVISION DU QUÉBEC

1001, rue de Maisonneuve Est, bureau 304, Ville-Marie, Montréal, QC, H2L 4P9

1 800 567-2873

Site internet: muscle.ca/fr

Courriel: infoquebec@muscle.ca

Services: * Soutien, information et documentation. * Aide financière de dernier recours pour les équipements ou tout autre besoin relié au diagnostic. * Financement de la recherche scientifique et médicale. * Webinaires et conférences virtuelles. * Défense des droits. * Rencontres de réseautage. * Camp de vacances familial durant une fin de semaine. * Fin de semaine pour les personnes proches aidantes. * Sensibilisation dans les écoles et les milieux de travail. * Programme de navigateur de système.

Clientèle: personnes avec une maladie neuromusculaire, leur famille, leur entourage, professionnel-le-s de la santé, chercheur-euse-s, éducateur-ice-s

Territoire desservi: le Québec

Horaire: lundi au vendredi 8h30 à 16h30

Frais: aucuns

Financement: dons

Statut: organisme à but non lucratif

FAMILLE NOUVELLE

4450, rue St-Hubert, local 435, Le Plateau-Mont-Royal, Montréal, QC, H2J 2W9

514 525-0063

Site internet: famillennouvelle.org

Courriel: info@famillennouvelle.org

Services: Centre de relation d'aide. * Psychothérapie, thérapie et soutien psychosocial pour personnes, couples et familles. * Rencontres pour les personnes proches aidantes.

Clientèle: personnes vivant avec des problèmes de santé mentale, personnes, couples et familles à faible revenu, personnes proches aidantes

Territoire desservi: Grand Montréal, visioconférence: Canada

Horaire: lundi au jeudi 9h00 à 21h00, vendredi 9h00 à 17h00, samedi et dimanche sur rendez-vous seulement

Frais: selon le revenu

Financement: autofinancement, dons, campagnes de financement

Statut: organisme à but non lucratif

FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DES SOCIÉTÉS ALZHEIMER

460, rue Sainte-Catherine Ouest, bureau 507, Ville-Marie, Montréal, QC, H3B 1A7

1 888 636-6473

Site internet: alzheimer.ca/federationquebecoise/fr

Courriel: info@alzheimerquebec.ca

Services: * Défense des droits et sensibilisation. * Information du public et formation des intervenants de la santé. * Soutien, ateliers de consultation, suivi. * Soutien à l'hébergement. * Répit-stimulation. * Programmes MedicAlert et Secu-retour. * Fonds provincial de recherche.

Clientèle: personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'un trouble neurocognitif majeur, leur famille et leurs proches aidants

Territoire desservi: le Québec

Horaire: lundi au vendredi 9h00 à 17h00

Frais: aucuns

Financement: cotisations, dons, subventions

Statut: organisme à but non lucratif

GRANDE VADROUILLE (LA)

4450, rue Saint-Hubert, bureau 411, Le Plateau-Mont-Royal, Montréal, QC, H2J 2W9

514 341-0443 **Téloc.:** 514 523-7908

Site internet: grandevadrouille.com

Courriel: info@grandevadrouille.com

Services: Aide à domicile. * Entretien ménager et grand ménage. * Répit-stimulation. * Aide pour faire les boîtes en vue d'un déménagement.

Clientèle: personnes de 65 ans et plus, personnes vivant avec des limitations fonctionnelles référées par un CLSC/CIUSSS

Territoire desservi: codes postaux débutant par H3S, H3T, H3V, H3W, H3P, H3R, H4P, H4A, H4B, H4V et H4X

Horaire: lundi au vendredi 9h00 à 16h30

Frais: programme d'exonération financière de la RAMQ

Financement: provincial

Statut: organisme à but non lucratif

LIGNE INFO-AIDANT

400, boulevard de Maisonneuve Ouest, bureau 720, Ville-Marie, Montréal, QC, H3A 1L4

1 855 852-7784

Site internet: www.lappui.org

Courriel: info-aidant@lappui.org

Services: Service téléphonique d'écoute, d'information et de références professionnel, confidentiel et gratuit. * Écoute et soutien psychosocial. * Information. * Orientation vers les services et ressources appropriés dans les diverses régions du Québec. * Formations sous forme de programmes en ligne. * Répertoire de ressources en ligne.

Clientèle: proches aidant-es, leurs entourages, intervenant-es, professionnel-les de la santé ou toute autre personne ayant des questions sur la proche aidance

Territoire desservi: le Québec

Horaire: 7 jours, 8h00 à 20h00

Frais: aucuns

Financement: provincial, fondations

Statut: organisme à but non lucratif

MAMIES IMMIGRANTES POUR LE DÉVELOPPEMENT ET L'INTÉGRATION

4250, avenue Bannantyne, bureau 102, Verdun, Montréal, QC, H4G 3J4

514 903-1380

Site internet: www.mamiesimmigrantes.org

Courriel: lesmamies2002@gmail.com

Services: * Information, référence, encadrement et accompagnement. * Interprétariat. * Cuisines collectives. * Visites à domicile. * Appels d'amitié. * Répit pour proches aidantes: répit à domicile, accompagnement à l'hôpital, promenades santé, visites d'amitié à domicile en cas d'hospitalisation. * Soutien au développement social: contes dans les écoles et résidences, pièces de théâtre. * Rencontres interculturelles. * Initiation à la couture.

Clientèle: femmes immigrantes et québécoises de 50 ans et plus, proches aidant-e-s

Territoire desservi: île de Montréal

Horaire: lundi au vendredi 9h30 à 17h00

Frais: membre: 10\$ par année, répit: 15\$ par heure et 6\$ pour le transport

Financement: cotisations, subventions

Statut: organisme à but non lucratif

PARKINSON MONTRÉAL-LAVAL

560, rue Ontario Est, Ville-Marie, Montréal, QC, H2L 0B6

514 868-0597 Téléc.: 514 861-4510

Site internet: parkinsonmontreallaval.ca

Courriel: montreal-laval@parkinsonquebec.ca

Services: * Ligne d'information et références. * Rencontres pour les personnes nouvellement diagnostiquées et leur famille. * Groupe d'entraide pour personnes vivant avec la maladie de Parkinson. * Groupe de soutien pour personnes proches aidantes. * Consultation pour les personnes proches aidantes. * Références vers des exercices adaptés: chant, danse, boxe, marche, yoga, étirements, etc. * Tandem: jumelage entre personnes atteintes. * Conférences virtuelles et en personne.

Clientèle: personnes atteintes de la maladie de Parkinson, personnes proches aidantes

Capacité: selon l'activité

Territoire desservi: île de Montréal, Laval

Horaire: lundi au jeudi 8h30 à 16h30

Frais: aucuns

Financement: dons, campagnes de financement, subventions

Statut: organisme à but non lucratif

PERSPECTIVE AUTONOMIE EN SANTÉ MENTALE

2402, rue Sainte-Catherine Est, Ville-Marie, Montréal, QC, H2K 2J6

438 521-7276 Téléc.: 514 759-7277

Courriel: info@pasm-pairaidance.org

Services: Organisme composé d'intervenant-e-s en pair-aidance qui accompagnent les personnes qui sont en processus de rétablissement. * Écoute et soutien à toute personne éprouvant des difficultés de santé mentale ou vivant de la détresse émotionnelle au quotidien, telles que: troubles anxieux (phobies, trouble panique, anxiété généralisée), troubles de personnalité, troubles de l'humeur (dépression, troubles bipolaires), troubles psychotiques, trouble obsessionnel compulsif (TOC), trouble de stress post-traumatique (TSPT), toutes autres problématiques affectant l'équilibre émotionnel (stress, solitude, deuil, Covid-19, épuisement professionnel). * Approche en pair-aidance basée sur le vécu expérientiel et l'expérience de vie des intervenant-e-s et les outils qu'ils ont su développer tout au long de leur cheminement vers le rétablissement, leur permettant de comprendre la personne dans ce qu'elle vit. * Volet de pair-aidance famille: membre de l'entourage d'une personne qui vit avec un problème de santé mentale, qui a été formé pour écouter et accompagner la famille et les proches. * Soutien au processus de rétablissement en favorisant l'autonomie personnelle, l'insertion sociale, les initiatives, l'engagement communautaire et la pleine citoyenneté. * Références vers d'autres ressources lorsque nécessaire.

Clientèle: personnes de 18 ans et plus vivant avec un problème de santé mentale ou de la détresse émotionnelle

Territoire desservi: Grand Montréal

Horaire: lundi au jeudi 9h00 à 16h00, vendredi 9h00 à 15h30

Frais: aucuns

Financement: autofinancement, provincial, fédéral, dons

Statut: organisme à but non lucratif

PLUMEAU, CHIFFON ET COMPAGNIE

4450, rue Saint-Hubert, bureau 311, Le Plateau-Mont-Royal, Montréal, QC, H2J 2W9

514 523-6626 Téléc.: 514 523-7908

Site internet: plumeau.qc.ca

Courriel: info@plumeau.qc.ca

Services: Aide à domicile. * Entretien régulier et grand ménage. * Répét aux personnes proches aidantes. * Aide pour faire les boîtes en vue d'un déménagement.

Clientèle: personnes proches aidantes, personnes âgées de 65 ans et plus, personnes vivant avec des limitations fonctionnelles référées par un CLSC/CIUSSS

Territoire desservi: Le Plateau-Mont-Royal, Outremont, Ville-Marie, Westmount

Horaire: lundi au vendredi 9h00 à 17h00

Frais: entretien: admissible au programme d'exonération financière de la RAMQ, répète: 4\$ à 29,90\$ de l'heure

Financement: provincial, municipal, fondations

Statut: organisme à but non lucratif

RÉSEAU D'ACTION POUR LES AIDANTS DE JEANNE-MANCE

1850, rue Bercy, bureau 201B, Ville-Marie, Montréal, QC, H2K 2V2

514 972-1752

Courriel: projetraaj@gmail.com

Services: Soutien aux proches aidants de personnes âgées. * Groupes de soutien. * Ateliers mensuels. * Suivi individuel. * Écoute et référence. * Activité de reconnaissance.

Clientèle: proches aidants de personnes âgées

Territoire desservi: Le Plateau-Mont-Royal, Ville-Marie

Horaire: lundi au jeudi 8h00 à 16h00

Frais: aucuns

Financement: subventions

Statut: organisme à but non lucratif

SOCIÉTÉ ALZHEIMER DE MONTRÉAL

4505, rue Notre-Dame Ouest, Le Sud-Ouest, Montréal, QC, H4C 1S3

514 369-0800 Téléc.: 514 369-4103

Site internet: alzheimermontreal.ca

Courriel: info@alzheimermontreal.ca

Services: * Consultations gratuites et confidentielles. * Groupes d'information et de soutien pour personnes vivant avec l'Alzheimer et pour personnes proches aidantes. * Groupes de soutien mensuels pour personnes vivant avec un trouble neurocognitif et leurs personnes proches aidantes. * Activités hebdomadaires pour personnes vivant avec un trouble neurocognitif. * Conférences grand public. * Webinaires et téléconférences. * Formations pour les intervenant-e-s de la santé. * Répit pour personnes proches aidantes: stimulation à domicile et en centre d'activité permanent et centre d'activités du samedi. * Art-thérapie pour les personnes vivant avec un trouble neurocognitif et pour personnes proches aidantes.

Clientèle: personnes vivant avec la maladie d'Alzheimer ou une affection connexe, personnes proches aidantes, professionnel-le-s de la santé et des services sociaux, toute personne qui désire obtenir de l'information

Capacité: groupes de soutien: 15 participant-e-s

Territoire desservi: île de Montréal

Horaire: bureau: lundi au vendredi 9h00 à 17h00, activités: variable

Financement: subventions, dons, cotisations, campagnes de financement

Statut: organisme à but non lucratif

SOCIÉTÉ HUNTINGTON DU QUÉBEC

2300, boulevard René-Lévesque Ouest, Ville-Marie, Montréal, QC, H3H 2R5

1 877 282-2444

Site internet: www.huntingtonqc.org

Courriel: shq@huntingtonqc.org

Services: * Ateliers de stimulation sensorimotrice hebdomadaires pour les personnes atteintes. * Écoute, soutien et références. * Documentation en ligne. * Groupe d'entraide ouvert pour les proches aidant-e-s et les familles. * Sensibilisation du public. * Accompagnement des familles et formation. * Journée conférence. * Camp d'été pour les personnes atteintes. * Séjour de ressourcement pour les proches aidants-e-s.

Clientèle: adultes et adolescent-e-s atteint-e-s de la maladie de Huntington, leurs proches aidant-e-s et la famille

Territoire desservi: le Québec

Horaire: lundi au vendredi 9h00 à 16h30

Frais: aucuns

Financement: provincial, dons, campagnes de financement, autofinancement

Statut: organisme à but non lucratif

Y DES FEMMES DE MONTRÉAL - SOUTIEN AUX PROCHES AIDANTES

1355, boulevard René-Lévesque Ouest, Ville-Marie, Montréal, QC, H3G 1T3

514 866-9941 poste 226

Site internet: www.ydesfemmesmtl.org/services-la-collectivite/soutien-proches-aidantes

Courriel: prochesaidantes@ydesfemmesmtl.org

Services: * Information, référence et soutien. * Consultation individuelle et familiale. * Groupe de soutien. * Information juridique. * Ateliers thérapeutiques. * Activités sociales et de détente: yoga, méditation. * Conférences en ligne et en personne. * Soins de répit pour les participantes. * Services pour proches aidantes de personnes atteintes d'un cancer.

Clientèle: proches aidantes

Territoire desservi: île de Montréal

Horaire: intervention: lundi au vendredi 9h30 à 17h00, activités et services: variables selon les besoins des participantes

Frais: aucuns

Financement: provincial

Statut: organisme à but non lucratif

Santé

SOINS PALLIATIFS

Soins palliatifs

CLSC DE SAINT-HENRI

3833, rue Notre-Dame Ouest, Le Sud-Ouest, Montréal, QC, H4C 1P8

514 933-7541

Site internet: sante.gouv.qc.ca/repertoire-ressources/ressource/?nofiche=1157

Services: Services de première ligne en matière de santé et de services sociaux. * Authentification de la carte d'assurance maladie. * Changement et suivi de pansement. * Contraception. * Contraception orale d'urgence. * Cours prénataux. * Dépistage. * Distribution de matériel d'injection neuf aux personnes qui consomment des drogues (service gratuit). * Médecine familiale. * Récupération des seringues et des aiguilles usagées. * Salle d'allaitement. * Soins de fin de vie. * Test de glycémie. * Test Pap. * Vaccination générale. * Vaccination contre la grippe.

Territoire desservi: Le Sud-Ouest

Horaire: lundi, vendredi, samedi 8h00 à 16h00, mardi au jeudi 8h00 à 20h00

Financement: provincial

Statut: organisme parapublic

FONDATION PALLIAMI

1560, rue Sherbrooke Est, bureau A-3007, Ville-Marie, Montréal, QC, H2L 4K4

514 413-8777 poste 127434 Téléc.: 514 760-1095

Site internet: palliami.org

Courriel: lleblond@palliami.org

Services: Unité des soins palliatifs de l'Hôpital Notre-Dame. * Soutien physique, psychologique et moral aux patients et à leur famille. * Suivi de deuil. * Groupe virtuel pour personnes endeuillées. * Accompagnement des bénévoles. * Harpe-thérapie. * Massothérapie. * Piano. * Zoothérapie.

Clientèle: personnes atteintes de maladie en phase terminale et leurs familles

Capacité: 10 lits

Territoire desservi: île de Montréal

Horaire: 7 jours, 7h30 à 21h00

Frais: aucuns

Financement: campagne de financement, dons

Statut: organisme à but non lucratif

MAISON D'HÉRELLE

3742, rue Saint-Hubert, Le Plateau-Mont-Royal, Montréal, QC, H2L 4A2

514 844-4874 poste 102 Téléc.: 514 842-2991

Site internet: www.maisondherelle.org

Courriel: info@maisondherelle.org

Services: Hébergement communautaire à court, moyen et long terme. * Maison de chambres avec un programme de répit à court terme, de transition à court et moyen terme et un programme de soins palliatifs à moyen et long terme avec possibilité de chambre permanente pour personnes vieillissantes. * Appartements Satellites d'Hérelle: 2 appartements avec soutien communautaire pour personnes en situation de fragilité psychosociale. * Studios d'Hérelle: logement social avec soutien communautaire pour personnes à risque d'itinérance. * Possibilité de suivi psychosocial dans la communauté lors du retour à domicile.

Clientèle: personnes vivant avec le VIH/sida

Capacité: 10 chambres

Territoire desservi: Grand Montréal

Horaire: 24 heures, 7 jours

Frais: 75% du revenu mensuel

Financement: provincial, fondations, dons

Statut: organisme à but non lucratif

MAISON DU PARC

1287, rue Rachel Est, Le Plateau-Mont-Royal, Montréal, QC, H2J 2J9

514 523-6467

Site internet: www.maisonduparc.org

Courriel: info@maisonduparc.org

Services: Hébergement pour personnes vivant avec le VIH-sida. * Soins palliatifs. * Accompagnement physique, affectif et social.

Clientèle: personnes vivant avec le VIH-sida

Capacité: 12 lits

Territoire desservi: le Québec

Horaire: administration: lundi au vendredi 8h00 à 17h00, hébergement: 24 heures, 7 jours

Frais: 75% du revenu

Financement: provincial, dons, cotisations, subventions

Statut: organisme à but non lucratif

MAISON DU PÈRE (LA) - ACCÈS-SANTÉ

550, boulevard René-Lévesque Est, Ville-Marie, Montréal, QC, H2L 2L3

514 845-0168 poste 233 Téléc.: 514 845-2108

Site internet: www.maisondupere.org

Courriel: info-fondation@maisondupere.org

Services: Chambres privées de convalescence pour suivi clinique à la suite d'une chirurgie, d'un traitement ou d'une maladie. * Suivi 24 heures, 7 jours par des professionnels de la santé. * Gestion des médicaments et des pansements. * Référence au réseau de la santé et soins d'urgence. * Lits pour soins palliatifs. * Lits pour soins spécialisés. * Trajectoire post-hospitalisation pour les personnes en situation d'itinérance utilisatrices de drogues par injection (PUDI - Projet pilote avec le CHUM).

Clientèle: hommes de 25 ans et plus en situation d'itinérance avec des problèmes de santé, soins palliatifs: hommes en situation d'itinérance en phase terminale avec une possibilité de survie de moins de 3 mois

Capacité: 8 lits de convalescence, 2 lits pour traitements en soins spécialisés

Territoire desservi: Grand Montréal

Horaire: 24 heures, 7 jours

Frais: aucuns

Financement: dons

Statut: organisme à but non lucratif

PETITS FRÈRES (LES) - MONTRÉAL CENTRE

4624, rue Garnier, Le Plateau-Mont-Royal, Montréal, QC, H2J 3S7

514 527-8653 Téléc.: 514 527-7162

Site internet: petitsfreres.ca/a-propos-de-nous/equipes-regionales/ile-de-montreal

Courriel: montreal@petitsfreres.ca

Services: Organisme visant à contrer l'isolement des personnes âgées jusqu'à la fin de leur vie. * Accompagnement et jumelage avec des bénévoles. * Visites dans le milieu de vie de la personne: à domicile, à l'hôpital, au CHSLD, leur résidence, etc. * Au bout du fil: service de jumelage téléphonique. * Activités de socialisation, célébration des fêtes d'anniversaires et des grandes fêtes (Noël, Pâques, etc.). * Séjours de vacances au Domaine Juliette-Huot d'Oka. * Accompagnement en fin de vie.

Clientèle: personnes de 75 ans et plus sans famille présente ou contact social significatif

Territoire desservi: île de Montréal

Horaire: lundi au vendredi 9h00 à 17h00

Frais: aucuns

Financement: campagnes de financement, autofinancement, dons

Statut: organisme à but non lucratif

Index alphabétique
Index alphabétique

ACCORDAILLES (LES)	5
ACCUEIL BONNEAU	2
ACTION CENTRE-VILLE	5
ASSOCIATION CANADIENNE POUR LA SANTÉ MENTALE - FILIALE DE MONTRÉAL	13
CANTINE POUR TOUS (LA)	5
CARREFOUR JEUNESSE EMPLOI DU SUD-OUEST DE MONTRÉAL - BRIGADE NEIGE	6
CARREFOUR SAINT-EUSÈBE	6
CENTRE COMMUNAUTAIRE SAINT-ANTOINE 50+	6
CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE DE MONTRÉAL - SERVICES ALIMENTAIRES BÉNÉVOLES - BUREAU CENTRAL	7
CENTRE D'HÉBERGEMENT CHAMPLAIN	2
CENTRE D'HÉBERGEMENT DE SAINT-HENRI	3
CENTRE D'HÉBERGEMENT DE VERDUN	3
CENTRE D'HÉBERGEMENT ÉMILIE-GAMELIN	3
CENTRE DES AÎNÉS DE POINTE-SAINT-CHARLES	7
CLINIQUE COMMUNAUTAIRE DE POINTE-SAINT-CHARLES	14
CLSC DE SAINT-HENRI	21
CUISINES COLLECTIVES DU GRAND PLATEAU	8
DYSTROPHIE MUSCULAIRE CANADA - DIVISION DU QUÉBEC	14
ENTRAIDE BÉNÉVOLE MÉTRO	8
EX AEQUO	9
FAMILLE NOUVELLE	15
FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DES SOCIÉTÉS ALZHEIMER	15
FONDATION PALLIAMI	21
GRANDE VADROUILLE (LA)	15
HÔPITAL CHINOIS DE MONTRÉAL	3
LIGNE AÎNÉS VILLE-MARIE	4
LIGNE INFO-AIDANT	16
MAISON D'AURORE (LA) - AIDE AUX FORMULAIRES	9
MAISON D'ENTRAIDE SAINT-PAUL ET ÉMARD	9
MAISON D'HÉRELLE	21
MAISON DU PARC	21
MAISON DU PÈRE (LA) - ACCÈS-SANTÉ	22
MAISON SAINT-COLUMBA (LA)	10
MAISONNETTE SUD-OUEST	10
MAMIES IMMIGRANTES POUR LE DÉVELOPPEMENT ET L'INTÉGRATION	16
PARKINSON MONTRÉAL-LAVAL	16
PERSPECTIVE AUTONOMIE EN SANTÉ MENTALE	17
PETITS FRÈRES (LES) - MONTRÉAL CENTRE	22
PLUMEAU, CHIFFON ET COMPAGNIE	17
POPOTES MONTRÉAL	11
PORTE JAUNE (LA)	11
PRÉVENTION SUD-OUEST	4
PROGRAMME D'ALLOCATION DIRECTE CHÈQUE EMPLOI-SERVICE	12
REGROUPEMENT DES ORGANISMES POUR AÎNÉS ET AÎNÉES DU SUD-OUEST DE MONTRÉAL	12
RÉSEAU D'ACTION POUR LES AIDANTS DE JEANNE-MANCE	17
RÉSEAU-BÉNÉVOLE DE VERDUN	12
SANTROPOL ROULANT	13
SOCIÉTÉ ALZHEIMER DE MONTRÉAL	18
SOCIÉTÉ HUNTINGTON DU QUÉBEC	18
SPECTRE DE RUE - TAPEL	13

