

Biblio-Aidants

RÉPERTOIRE DES RESSOURCES LOCALES
VAUDREUIL-SOULANGES

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 votre proche. N'hésitez pas à les emprunter.

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

ORGANISMES ET ASSOCIATIONS

APPUI MONTÉRÉGIE / LE REGROUPEMENT DES ORGANISMES MONTÉRÉGIENS D'AIDANTS NATURELS (ROMAN)

Mission : Regrouper, soutenir et accompagner les organismes qui soutiennent les aidants de personnes âgées de la Montérégie.

Téléphone 450 466-8222
Téléphone sans frais 1 877-371-0717
Courriel roman@aidantsnaturels.org
Site Web www.aidantsnaturels.org et www.lappui.org

ARC-EN-CIEL DE VAUDREUIL-SOULANGES

Mission : Favoriser, dans toutes nos activités, l'intégration sociale de notre clientèle pour mettre un terme à l'isolement de celles et ceux qui souffrent de problèmes de santé mentale et leur permettre d'accéder à une meilleure qualité de vie.

Téléphone 450 424-7006
Courriel arcenciel@videotron.ca
Site Web www.arcencielvs.com/Accueil.php

BALUCHON ALZHEIMER

Baluchon Alzheimer a pour mission d'offrir du répit, du soutien et de l'accompagnement aux aidants qui désirent garder à domicile leur proche atteint de la maladie d'Alzheimer ou de certaines maladies apparentées, dans le respect des valeurs établies par l'organisme.

Téléphone 514 762-2667
Téléphone sans frais 1 855 762-2930
Courriel info@baluchonalzheimer.com
Site Web www.baluchonalzheimer.com

CENTRE COMMUNAUTAIRE DES AÎNÉS DE SOULANGES

La mission de l'organisme est de venir en aide aux aînés en améliorant leur qualité de vie, en contribuant à leur sécurité et en favorisant leur maintien à domicile.

Téléphone 450 265-3548
Téléphone sans frais 1 855 510-3548
Courriel mdasoulanges@outlook.com

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE L'ACTUEL

Mission : Promouvoir et favoriser l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine afin de répondre aux besoins du milieu.

Téléphone 450 455-3331
Courriel info@lactuel.org
Site Web www.lactuel.org

CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE SOULANGES

Mission : Favoriser le développement de l'action bénévole et communautaire dont le support aux bénévoles, favoriser le soutien à la communauté (le soutien aux individus : aînés, familles et jeunes ainsi que le soutien aux organismes du territoire de Soulanges) et assurer la gouvernance et la vie associative.

Téléphone 450 265-3134
Courriel cabs@videotron.ca
Site Web www.cabsoulanges.com (en construction)

CISSS DE LA MONTÉRÉGIE-OUEST

Mission : Vous aidez un aîné en perte d'autonomie qui vit à son domicile ? Vous aimeriez développer des habiletés et acquérir des connaissances pour mieux vivre votre rôle d'aidant naturel ? Contactez-nous.

Téléphone CLSC de Vaudreuil-Soulanges (accueil psychosocial)

- Vaudreuil-Dorion 450 455-6171
- St-Polycarpe 450 265-3771
- Rigaud 450 451-6601

Site Web <http://www.santemonteregie.qc.ca/vaudreuil-soulanges/index.fr.html>

GRAND RASSEMBLEMENT DES AÎNÉS DE VAUDREUIL ET SOULANGES (G.R.A.V.E.S.)

Le Grand Rassemblement des Aînés de Vaudreuil et Soulanges (G.R.A.V.E.S.) est un organisme à but non lucratif qui contribue à rompre l'isolement ainsi qu'à développer et maintenir le pouvoir d'agir des aînés de 50 ans et plus, en intervenant dans leur milieu de vie par le biais de services d'information, de soutien et d'accompagnement.

En devenant un acteur incontournable et en misant sur la prévention, le G.R.A.V.E.S. vise à ce que les aînés de la M.R.C. de Vaudreuil-Soulanges soient davantage informés, outillés et autonomes pour vivre un vieillissement actif et heureux au sein de leur communauté.

Téléphone 450 424-0111
Téléphone sans frais 1 844-424-0111
Courriel info@legraves.com
Site Web www.legraves.com

LE PONT DU SÛROÏT

Le Pont du Suroît est un organisme sans but lucratif qui offre des mesures de soutien à l'entourage de la personne atteinte de maladie mentale.

Téléphone	450 377-3126
Téléphone sans frais	888 377-3126
Courriel	info@lepont.com
Site Web	www.lepont.com

LE TOURNANT

Le Tournant est un groupe de soutien pour personnes endeuillées par suicide.

Téléphone	450 371-4090
Téléphone sans frais	1 866-277-3553
Courriel	letournant@letournant.qc.ca
Site Web	www.letournant.org

LE ZÈBRE ROUGE

Le Zèbre Rouge est une entreprise d'économie sociale, créée à Vaudreuil-Dorion en 2004, pour procurer des emplois aussi bien occasionnels que réguliers aux personnes de la région de Vaudreuil-Soulanges souffrant de limitations intellectuelles, physiques et mentales.

Téléphone	450 424-2422
Site Web	www.zebrouge.org

PARRAINAGE CIVIQUE DE VAUDREUIL-SOULANGES

Le Parrainage Civique de Vaudreuil-Soulanges est un organisme à but non lucratif offrant des services aux personnes adultes vivant avec une déficience intellectuelle et/ou un trouble du spectre de l'autisme, aux proches aidants de personnes âgées en perte d'autonomie et aux personnes âgées, résidant sur le territoire de Vaudreuil-Soulanges. L'organisme a pour mission la promotion d'une qualité de vie optimale, la prise en charge individuelle et collective, l'intégration sociale, le maintien à domicile et le développement de l'autonomie pour ses trois clientèles.

Téléphone	450 455-8986
Courriel	pcvs@pcvs1982.ca
Site Web	www.parrainageciviquevs.ca

RÉPIT LE ZÉPHYR

Répit le Zéphyr est un organisme à but non lucratif qui s'est donné comme mission de favoriser l'intégration sociale de la personne présentant une déficience intellectuelle ou un trouble du spectre de l'autisme tout en permettant à leur famille d'atteindre une plus grande liberté d'action.

Téléphone 450 371-6825
Courriel dg@repitlezephyr.com
Site Web www.lezephyr.ca

SAMA (SERVICE D'ACCOMPAGNEMENT À LA MOBILITÉ ET À L'AUTONOMIE)

Mission : Permettre aux personnes âgées en perte d'autonomie physique ou cognitive de continuer à être desservies par un organisme en transport.

Téléphone 438 403-7262
Courriel info@projetsama.com
Site Web www.projetsama.com

SOCIÉTÉ ALZHEIMER DU SUROÎT :

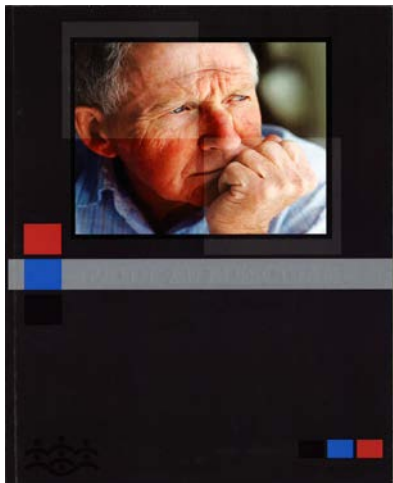
Mission : Alléger les conséquences de la maladie d'Alzheimer et autres maladies cognitives. Services pour personnes atteintes, familles, aidants.

Téléphone 450 373-0303
Téléphone sans frais 1 877-773-0303
Courriel info@alzheimersuroit.com
Site Web www.alzheimersuroit.com

DOCUMENTATION SUGGÉRÉE



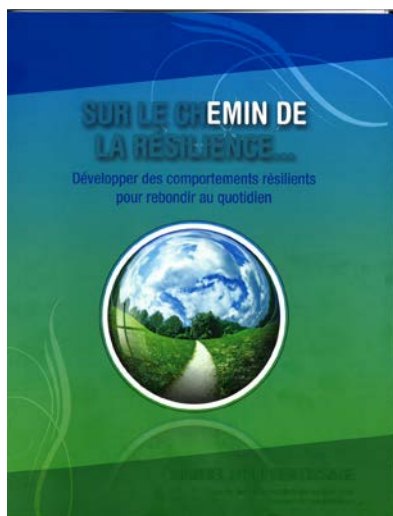
DOCUMENTATION DISPONIBLE AUPRÈS DE L'ORGANISME : LE ROMAN ET L'APPUI



L'AIDE AU MASCULIN - CARACTÉRISTIQUES LIÉES AUX BESOINS DES HOMMES ÂGÉS AIDANTS

Jacques Couture. Regroupement des organismes montérégiens d'aidants naturels, 2010, 90 p.

Avec le vieillissement de la population, il faut se préoccuper maintenant des besoins des hommes âgés aidants, car ils ne font pas appel aux organismes pour obtenir des services et risquent l'épuisement. Les résultats de la recherche permettront aux organismes offrant des services aux aidants d'acquérir une meilleure connaissance des besoins de cette clientèle particulière et d'utiliser les pistes de solution proposées pour les rejoindre.

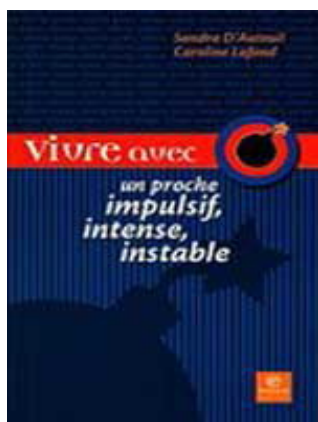


SUR LE CHEMIN DE LA RÉSILIENCE ... DÉVELOPPER DES COMPORTEMENTS RÉSILIENTS POUR REBONDIR AU QUOTIDIEN

Collectif d'intervenants des organismes membres du ROMAN sous la direction de Michelle Arcand, psychologue et auteure. Regroupement des organismes montérégiens d'aidants naturels, 2014, 113 p.

Des chercheurs en psychologie se sont déjà penchés sur le phénomène de résistance en l'appliquant à la capacité, qu'ont certaines personnes, d'être résilientes à la suite de situations vécues et comportant de très fortes tensions psychologiques. Une équipe d'intervenantes des organismes membres du ROMAN s'est penchée sur cette adaptation et a voulu créer un guide-accompagnateur permettant d'identifier ce que nous devrions apprendre et pratiquer afin de pouvoir mieux rebondir dans la vie.

DOCUMENTATION DISPONIBLE AUPRÈS DE L'ORGANISME : LE PONT DU SUROÏT



VIVRE AVEC UN PROCHE IMPULSIF INTENSE, INSTABLE...
Sandra D'Auteuil. BAYARD, 2006, 156 p.

C'est un message d'espoir pour tous ceux qui vivent avec un proche dont la personnalité est explosive. C'est un livre pratique, écrit pour ceux qui se sentent démunis, coupables, dépassés, bref, pour les proches qui n'en peuvent plus.

Le lecteur apprend à faire respecter ses limites, à reprendre le contrôle de sa vie et à mieux gérer les émotions intenses de son proche. Il apprend aussi à désamorcer les crises et à développer des pistes d'intervention. Il contient aussi des adresses où trouver de l'aide en cas d'urgence et des suggestions de lecture.

Documentaire (monographie).



LE TROUBLE DE LA PERSONNALITÉ LIMITE
CAMH.

Guide d'information à l'intention des familles.

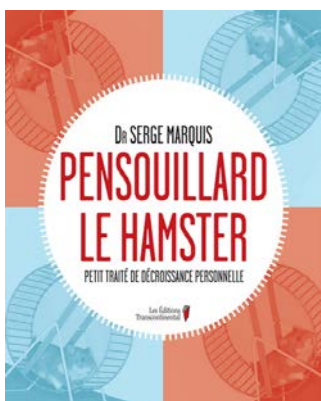
Documentaire (monographie).



GUIDE PRATIQUE SUR LES DROITS EN SANTÉ MENTALE
MSSS. 2009, 134 p.

Le *Guide pratique sur les droits en santé mentale* a été conçu à l'intention des membres de la famille et de l'entourage des personnes ayant des problèmes de santé mentale, et vise principalement à les informer sur des questions d'ordre juridique et à répondre à leurs préoccupations à cet égard.

Documentaire (monographie).



PENSOUILLARD LE HAMSTER

Serge Marquis. Transcontinental, 2014, 184 p.

Petit traité de développement personnel.

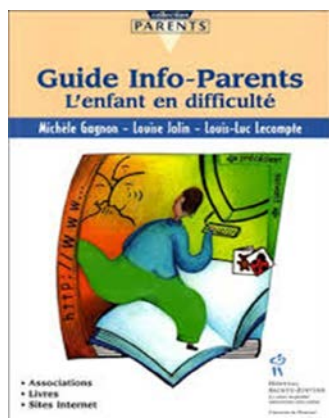
Documentaire (monographie).



LA MAISON DES INTEMPÉRIES

Lise Laporte. Midi trente, 2013, 47 p.

Destiné aux enfants de 6 à 12 ans, cet album illustré offre une information cliniquement éprouvée et apporte des réponses claires aux questions que se posent les enfants sur le trouble de personnalité limite (TPL) de leur parent.

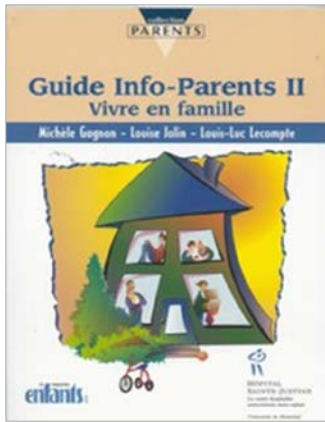


GUIDE INFO-PARENTS I

Michèle Gagnon, Louise Jolin, Louis-Luc Lecompte. Éditions de l'Hôpital Sainte-Justine, 1999, 160 p.

L'enfant en difficulté.

Documentaire (monographie).



GUIDE INFO-PARENTS II

Michèle Gagnon, Louise Jolin, Louis-Luc Lecompte. Éditions de l'Hôpital Sainte-Justine, 1999, 175 p.

Vivre en famille.

Documentaire (monographie).

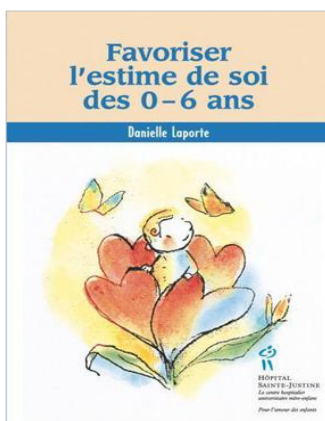


L'ESTIME DE SOI, UN PASSEPORT POUR LA VIE

GERMAIN DUCLOS. Éditions de l'Hôpital Sainte-Justine, 2000, 120 p.

Cette troisième édition décrit de manière vivante et imagée les quatre composantes de l'estime de soi (le sentiment de confiance, la connaissance de soi, le sentiment d'appartenance et le sentiment de compétence), de même que les attitudes parentales qui les favorisent.

Documentaire (monographie).

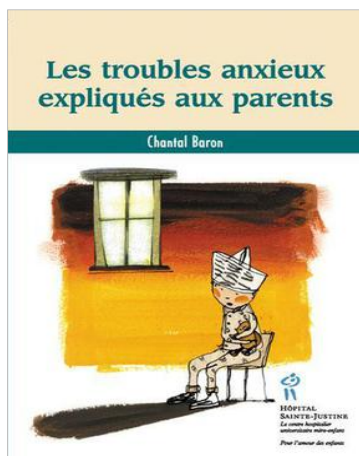


FAVORISER L'ESTIME DE SOI, DES 0 À 6 ANS

Danielle Laporte. Éditions de l'Hôpital Sainte-Justine, 2002, 104 p.

De la naissance à 6 ans, le tout-petit se forge une image de lui-même au contact de ses parents. Ceux-ci sont les mieux placés pour l'aider à développer des attitudes de base qui lui permettront d'acquiescer peu à peu une bonne estime de soi. Comment amener le tout-petit à se sentir en sécurité ? Comment l'aider à développer son identité ? Comment lui apprendre à vivre en société ? Comment le guider pour qu'il connaisse des réussites ?

Documentaire (monographie).

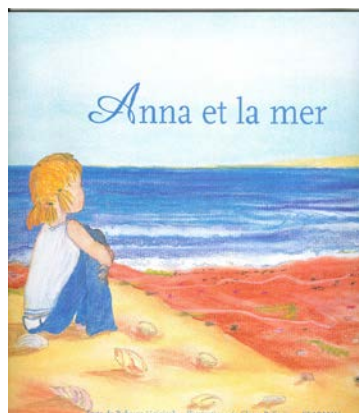


LES TROUBLES ANXIEUX EXPLIQUÉS AUX PARENTS

Chantal Baron. Éditions de l'Hôpital Sainte-Justine, 2001, 84 p.

Un grand nombre d'enfants et d'adolescents souffrent de troubles anxieux (anxiété de séparation, anxiété généralisée, trouble panique, agoraphobie, trouble obsessionnel-compulsif, trouble de stress aigu ou post-traumatique, etc.). Que sont ces maladies qui altèrent de façon marquée le fonctionnement de ces jeunes ? Quelles en sont les causes et que faire pour aider ceux qui en souffrent ?

Documentaire (monographie).



ANNA ET LA MER

Rebecca Heinisch. La Lanterne, 2004, 45 p.

Entre les pages colorées d'*Anna et la mer*, découvrez des personnages attachants qui sauront vous distraire tout en accomplissant leur mission primaire : renseigner, accompagner et soutenir les enfants ayant un proche atteint de maladie mentale. Pour une approche sensible d'une problématique délicate...

Documentaire (monographie).

DOCUMENTATION DISPONIBLE AUPRÈS DE LA SOCIÉTÉ ALZHEIMER DU SUROÏT :



LES 10 COMMANDEMENTS ALZHEIMER

Société Alzheimer du Suroît. Salaberry-de-Valleyfield, 2013, 1 p.

Il s'agit d'une fiche de sensibilisation.



ANTIRIDES POUR LES NEURONES

Marie-Pier Vaudry. Les Éditions Melba, 2016, 60 p.

Recueil d'activités et de jeux adaptés (40 pages) pour les personnes atteintes d'Alzheimer, en plus d'un guide pratique pour les aidants (20 pages).

