



AQDR

Des Chenaux

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES



Vivre

dans mon milieu



Préambule

Le guide *Vivre dans mon milieu* s'adresse aux aînés à la recherche de renseignements leur permettant de choisir un domicile répondant à leurs besoins ou des services de proximité facilitant le maintien à domicile.



Depuis quelques années, nous constatons souvent que le premier choix des aînés est de demeurer chez eux. Le choix de demeurer dans une maison, un appartement ou une résidence privée a inévitablement des conséquences sur les gens qui les entourent, leur conjoint, leurs enfants et leurs amis. Cette décision doit être prise avec une vision à long terme en respectant leurs volontés, leurs limites et celles de leurs proches.

Un ensemble de services est disponible sur le territoire de la MRC des Chenaux, passant de l'aide aux activités quotidiennes comme le ménage ou les commissions, aux services de santé comme l'adaptation du domicile, le programme PAIR ou les visites d'amitié. Ces services vous permettent de vivre selon vos choix en toute sécurité.

Ce guide vous outillera afin de choisir le milieu de vie qui répondra le mieux à vos besoins. Vous pourrez faire le point sur votre situation à l'aide de questionnaires ainsi que la liste de services disponibles sur notre territoire. Vous avez également la présentation des différents types d'habitations, une grille d'évaluation dont vous pourrez vous servir lors des visites aux diverses résidences, ainsi que les programmes gouvernementaux disponibles.

Il est possible de se procurer ce guide gratuitement à l'AQDR des Chenaux mais également sur le site de l'AQDR ainsi que chez nos différents partenaires.



Une vision à long terme respectant les volontés, les limites des aînés et celles des proches

Table des matières

Évaluation des besoins

- Étape 1 : Faites le point sur votre degré d'autonomie 4
- Étape 2 : Faites le point sur vos besoins au quotidien 6
- Étape 3 : Faites le bilan de vos préoccupations, vos priorités et vos attentes 8
- Étape 4 : Faites le bilan de votre situation financière 10

Les services disponibles pour le maintien à domicile..... 15

Présentation des types d'habitation

- Ressources privées 21
- Ressources publiques du réseau de la santé et des services sociaux 23
- Ressources en habitation 24
- Pour choisir les résidences à visiter 24

Évaluation d'une résidence

- Pour vous préparer à visiter des résidences 25
- Résidences à visiter 26
- Liste des résidences privées certifiées sur le territoire de la MRC des Chenaux 31

Informations utiles

- Quelques conseils avant de signer le bail 32
- Qui aviser de votre changement d'adresse ? 33
- Programmes gouvernementaux 34



Évaluation des besoins



Cette section est conçue pour identifier de façon objective votre autonomie au quotidien, vos préférences et vos besoins. Il n’y a pas de bonne ou de mauvaise réponse. Si vous prenez conscience de vos difficultés ou si vous vous questionnez, sachez que de multiples solutions sont possibles.

Ne restez pas seul avec vos questions, discutez-en avec un proche, un professionnel de la santé ou un intervenant.

Étape 1

Faites le point sur votre degré d'autonomie

Pour une meilleure auto-évaluation, vous pouvez remplir ce questionnaire plus d’une fois au fil du temps qui passe, en y inscrivant les dates.

Pour mieux connaître vos besoins, vous devez d’abord identifier votre degré d’autonomie.

Votre état de santé s’est-il modifié depuis les six derniers mois? Oui Non

Décrivez :

Consultez-vous régulièrement un professionnel de la santé? Oui Non

Qui (médecin, infirmier, travailleur social, physiothérapeute, etc.)? Quelles sont les raisons et la fréquence de ces consultations?

Des problèmes de santé vous obligent-ils à limiter vos activités ou à rester à la maison? Oui Non

Lesquels?

Pouvez-vous compter sur une ou des personnes proches pour vous aider, en cas de besoin ?

Peuvent-elles se libérer aussi souvent que vous en avez besoin ? Oui Non

Qui vous téléphone? Qui vous invite? Qui appelez-vous en cas de besoin?

Avez-vous fait une chute récemment ? Y a-t-il eu des conséquences ? Oui Non

Décrivez :

Vivez-vous seul ? Êtes-vous à l'aise avec cette situation ? Oui Non

Décrivez les irritants que cette situation peut vous causer :

Avez-vous observé des problèmes de mémoire ? (Ex. : égarer des objets, vous perdre, chercher des mots, etc.) Oui Non

Décrivez :

Pouvez-vous identifier à quel(s) moment(s) de la journée c'est le plus fréquent ?

Devez-vous faire adapter votre domicile afin de continuer à y vivre (installation de rampes d'accès, poignées en bec de canne, barres d'appui, mains courantes)? Oui Non

Décrivez :

Piste de réflexion

Si vous avez répondu oui à quelques-unes de ces questions, vous devez être attentif à ce que la situation actuelle exige comme énergie. Si vous constatez que vous manquez souvent d'énergie ou que vous n'arrivez pas à reprendre votre vitalité suffisamment entre deux arrêts, il est peut-être temps de modifier certaines activités. Prendre des mesures pour éviter d'avoir un déficit d'énergie vous permet de conserver votre autonomie plus longtemps. Choisissez vous-même les changements à apporter pour les vivre plus sainement et positivement. Évitez que ces changements ne soient le résultat d'une pression extérieure ou qu'ils ne soient imposés par une situation d'urgence.

Évaluation des besoins

Étape 2

Faites le point sur vos besoins au quotidien

Mettez un « x » pour chacun des aspects énumérés.

Si vous avez besoin d'aide, inscrivez le nom de la personne.

	Vous-même	Aide occasionnelle	Aide une fois par mois	Aide une fois par semaine	Aide une fois par jour	Nom de la personne
S'OCUPER DE LA MAISON						
Préparer les repas						
Vérifier les aliments périmés						
Faire l'entretien ménager						
Faire le budget, les affaires légales						
Faire les commissions, l'épicerie						
Faire la lessive						
Faire l'entretien du terrain ou d'autres menus travaux d'entretien						
SE DÉPLACER						
Se déplacer d'une pièce à l'autre						
Se lever et se coucher						
Se déplacer à l'extérieur						
SORTIR DE LA MAISON						
Prendre ses rendez-vous (médicaux ou autres)						
Aller aux rendez-vous						
Organiser et se rendre à des loisirs						

	Vous-même	Aide occasionnelle	Aide une fois par mois	Aide une fois par semaine	Aide une fois par jour	Nom de la personne
ASSURER SES SOINS PERSONNELS						
Se nourrir						
Se laver, se raser, se coiffer						
Aller aux toilettes						
Se vêtir						
Prendre ses médicaments						

Vous sentez-vous en sécurité (jour, soir, nuit) ?

.....

.....

.....

Avez-vous besoin d'aide dans plusieurs secteurs de votre vie ?

.....

.....

.....

Recevez-vous régulièrement de l'aide d'une même personne ? Si oui, quel autre choix avez-vous ?

.....

.....

.....

Piste de réflexion

Il faut être attentif à prendre soin de vous, à ne pas vous épuiser ou épuiser une personne qui vous aide afin de préserver votre autonomie le plus longtemps possible.

Évaluation des besoins

Étape 3



Faites le bilan de vos préoccupations, vos priorités et vos attentes

Quelles sont vos cinq plus grandes inquiétudes ?

(Par exemple : demeurer seul, déranger vos proches, manquer d'argent pour recevoir de l'aide, le vieillissement ou la maladie des personnes qui vous aident, entretenir la maison, recevoir des intervenants pour vous aider, organiser un déménagement, etc.)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Quelles habitudes de vie sont primordiales pour vous ?

(Par exemple : pratiquer sa religion, fumer, prendre de l'alcool, avoir des relations intimes, faire des activités sociales, s'adonner au bricolage, pratiquer des travaux manuels, avoir un animal de compagnie, etc.)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Faites une liste de ce que vous voulez et de ce que vous ne voulez pas

(Par exemple : changer de municipalité, faire entrer chez vous des personnes que vous ne connaissez pas pour recevoir des services ou des soins, vous départir de vos meubles ou de vos souvenirs, demeurer proche de votre famille, de vos amis, de votre médecin, des magasins, de la pharmacie, avoir accès à des activités tant sociales qu'intellectuelles ou physiques.)

DESCRIPTION DE VOS PRIORITÉS

CE QUE VOUS VOULEZ	CE QUE VOUS NE VOULEZ PAS
.....



**Nous avons nos
habitudes; nous avons
nos inquiétudes**

Évaluation des besoins

Étape 4

Faites le bilan de votre situation financière

Il n'y a pas d'âge pour établir un budget. Un bilan financier vous permettra de faire un choix de domicile en fonction de vos besoins et de vos moyens.

Nous vous proposons de compléter un tableau afin de faire la lumière sur votre situation financière actuelle ainsi que les frais que vous prévoyez engager si vous changez de milieu de vie (appartement, cohabitation, résidence privée).

- Commencez le tout en complétant la première colonne intitulée « Situation actuelle ».
- Inscrivez toujours les montants mensuels. Si vous défrayez des coûts une fois par année, faites une moyenne pour connaître le montant mensuel.
- Informez-vous des coûts et des frais

du milieu de vie où vous souhaitez habiter.

- Au besoin, téléphonez au propriétaire afin de recueillir des informations.
- Une fois vos recherches complétées, inscrivez les montants dans la colonne appropriée.
- Additionnez le sous-total de chaque section (revenus, dépenses) et transposez les montants dans la partie des prévisions budgétaires à la fin du tableau.
- Gardez-vous des marges de manœuvre.
- N'oubliez pas les petits montants! Ils sont importants.

Au Québec, il n'y a aucune réglementation sur la fixation des coûts des services offerts dans les résidences privées. Il est impératif de magasiner et de négocier!

Revenus

	SITUATION ACTUELLE Montants mensuels	RÉSIDENCE PRIVÉE Montants mensuels
Pension de Sécurité de la vieillesse (PSV)		
Supplément de revenu garanti (SRG)		
Régie des rentes du Québec (RRQ)		
Régime privé de retraite		
Crédit de solidarité/Remboursement de TPS		
Allocation-logement		
Crédit d'impôt pour maintien à domicile		
Rente du survivant		
Autres		
TOTAL DES REVENUS		



Un choix de domicile en fonction de vos besoins et de vos moyens

Dépenses

	SITUATION ACTUELLE Montants mensuels	RÉSIDENCE PRIVÉE Montants mensuels
Habitation		
Loyer ou hypothèque		
Électricité/chauffage		—
Taxes municipales et scolaires		—
Assurance habitation		
Téléphone/câble/Internet		
Cellulaire		
Entretien/aménagement		—
Tâches domestiques		
	SOUS-TOTAL 1	
Alimentation		
Épicerie		
Service de repas		
Restaurant		
	SOUS-TOTAL 2	
Transport		
Remboursement/location d'auto		
Essence		
Entretien/réparation		
Assurance auto		
Immatriculation/permis		
Transport en commun/transport adapté		
Autres		
	SOUS-TOTAL 3	

Dépenses

	SITUATION ACTUELLE Montants mensuels	RÉSIDENCE PRIVÉE Montants mensuels
Vêtements		
Entretien/réparation		
	SOUS-TOTAL 4	
Santé/Beauté		
Pharmacie		
Médicaments sur ordonnance		
Coiffure		
Dentiste/optométriste/audioprothésiste		
Soins à domicile/soins infirmiers		
Autres spécialistes de la santé		
	SOUS-TOTAL 5	
Loisirs/Culture		
Journaux, revues, abonnements		
Loteries, jeux de hasard		
Sorties/activités		
Sports		
Vacances/voyages		
Autres		
	SOUS-TOTAL 6	

Prenez note qu'il existe aussi plusieurs services dans le domaine privé. N'hésitez pas à demander à vos commerçants des services comme la livraison d'épicerie, de pharmacie, de restaurant, l'entretien ménager, le déneigement, la coiffure, les soins des pieds et la massothérapie

Dépenses

		SITUATION ACTUELLE Montants mensuels	RÉSIDENCE PRIVÉE Montants mensuels
Autres dépenses			
Assurance-vie			
Animaux			
Cadeaux			
Tabac			
Alcool			
Dons, dîmes, contributions			
Épargne			
Imprévus			
Frais bancaires			
SOUS-TOTAL 7			

Bilan des revenus et dépenses

		SITUATION ACTUELLE Montants mensuels	RÉSIDENCE PRIVÉE Montants mensuels
TOTAL DES REVENUS	PAGE 11		
TOTAL DES DÉPENSES	ADDITIONNER LES SOUS-TOTAUX 1 À 7		
ÉTAT DES REVENUS ET DÉPENSES			

Vous pouvez consulter le Fonds communautaire des Chenaux au 819 840-3088 pour toute question concernant votre budget, l'endettement et les solutions possibles pour vous.

Piste de réflexion

Vous venez de faire l'analyse de votre autonomie, de vos besoins ainsi que de vos désirs. Connaître ces informations vous seront utiles pour votre prise de décision. Le tout vous aidera à faire votre choix de façon plus adéquate.

Les services disponibles pour le maintien à domicile

Sur le territoire de la MRC des Chenaux, plusieurs organismes fournissent des services aux aînés pour leur permettre de vivre à domicile.

Actions communautaires et bénévoles de Notre-Dame-du-Mont-Carmel

La mission de l'organisme est le soutien aux personnes plus démunies par l'offre de différents services.

TERRITOIRE DESSERVI

La municipalité de Notre-Dame-du-Mont-Carmel

COORDONNÉES

931 rue Saint-Flavien

Notre-Dame-du-Mont-Carmel (Qc) G0X 3J0

Tél : 819-375-9856 poste 332

Association des personnes vivant avec un handicap (APeVAH) des Chenaux

L'Association a pour mission de regrouper les personnes de la MRC des Chenaux vivant avec un handicap, dans le but d'améliorer leur qualité de vie et de favoriser leur intégration pleine et entière dans la collectivité, par la réalisation des différentes activités et l'offre de services répondant à leurs besoins.

TERRITOIRE DESSERVI

Les dix municipalités de la MRC des Chenaux

COORDONNÉES

44 Rivière-à-Veillet, local 140

Sainte-Geneviève-de-Batiscan (Qc) G0X 2R0

Tél : 819 840-3092

apevah@stegenevieve.ca

Les Centres d'action bénévole ont pour mission de promouvoir et développer l'action bénévole dans les différents secteurs de l'activité humaine en favorisant un espace d'engagement bénévole autour des enjeux (sociocommunautaires et humanitaires) qui concernent la population de son territoire. Partenaires bien ancrés dans la MRC des Chenaux, les deux CAB soutiennent les bénévoles dans leurs actions et rejoignent l'ensemble de la population par une offre de services diversifiés dans les domaines de l'accompagnement, la lutte à la pauvreté, le soutien psychosocial et le maintien à domicile.

Centre d'action bénévole (CAB) de la Moraine

TERRITOIRE DESSERVI

Saint-Luc-de-Vincennes, Saint-Maurice,
Saint-Narcisse, Saint-Stanislas

COORDONNÉES

511 rue Massicotte
Saint-Narcisse (Qc) G0X 2Y0
Tél : 418 328-8600
cab.delamoraine@saint-narcisse.com

Centre d'action bénévole (CAB) des Riverains

TERRITOIRE DESSERVI

Batiscan, Champlain, Sainte-Anne-de-la-
Pérade, Sainte-Geneviève-de-Batiscan,
Saint-Prosper

COORDONNÉES

100 rue de la Fabrique
Sainte-Anne-de-la-Pérade (Qc) G0X 2J0
Tél : 418 325-3100
benevolat@infoteck.qc.ca

CIUSSS Mauricie-Centre du Québec

Les services de soutien à domicile s'adressent aux personnes qui présentent une ou des incapacités temporaires ou permanentes et qui doivent recevoir une partie ou la totalité des services dont ils ont besoin, parce qu'ils sont incapables de se déplacer ou qu'il est jugé plus pertinent de leur offrir ces services à domicile.

COORDONNÉES

CLSC Sainte-Geneviève-de-Batiscan
90 chemin Rivière-à-Veillet (QC) G0X 2R0
Tél. : 418 362-2727

Ligne informatisée BONJOUR SANTÉ pour le SANS rendez-vous médical : 1 855 537-5530

Fonds communautaire des Chenaux

L'organisme soutient, accompagne et intervient auprès des personnes en situation de précarité financière, selon une approche préventive, humaniste et personnalisée, en offrant un milieu de vie et des services d'intervention budgétaire et de sécurité alimentaire.

TERRITOIRE DESSERVI

Les dix municipalités de la MRC des Chenaux

COORDONNÉES

44 Rivière-à-Veillet, bureau 120, Sainte-Geneviève-de-Batiscan (Qc) G0X 2R0
Tél : 819 840-3088 poste 1
fcdc@stegenevieve.ca

Deux organismes communautaires couvrent les municipalités de la MRC des Chenaux pour offrir des services aux personnes aidantes.

Association des personnes aidantes Vallée-de-la-Batiscan

L'Association a pour mission de regrouper les personnes aidantes du territoire de la Vallée-de-la-Batiscan et de briser leur isolement par différentes activités et services.

TERRITOIRE DESSERVI

Dans la MRC des Chenaux : neuf municipalités (sauf Notre-Dame-du-Mont-Carmel)

COORDONNÉES

660 rue Principale, 2^e étage, local #1
Saint-Luc-de-Vincennes (Qc) G0X 3K0
Tél : 819 840-0457
info@aidantsvalleebatiscan.org

Proches Aidants des Chenaux

Issu de la volonté du milieu, Proches Aidants des Chenaux a pour mission de regrouper les personnes proches aidantes de la MRC, d'offrir les services nécessaires afin d'améliorer leur qualité de vie et ainsi contribuer au maintien à domicile des personnes aidées.

TERRITOIRE DESSERVI

Les dix municipalités de la MRC des Chenaux

COORDONNÉES

44 chemin Rivière-à-Veillet, local 200
Sainte-Geneviève-de-Batiscan (Qc) G0X 2R0
Tél : 819 840-2030
aidants@stegenevieve.ca

Soutien à domicile des Chenaux

Le Soutien à domicile des Chenaux est une entreprise d'économie sociale ayant pour mission de favoriser le maintien à domicile des gens de son milieu par des services d'aide domestique, d'assistance à la personne et de répit accompagnement.

TERRITOIRE DESSERVI

Les dix municipalités de la MRC des Chenaux

COORDONNÉES

44 chemin Rivière-à-Veillet, bureau 110, Sainte-Geneviève-de-Batiscan (Qc) G0X 2R0
Tél : 418 362-3275 soutien@stegenevieve.ca

Transport adapté et collectif (TAC) des Chenaux

Le service de transport adapté s'adresse à toute personne en situation d'handicap incapable d'utiliser seule un service de transport en commun. Le service de transport collectif s'adresse à toutes les personnes de la MRC des Chenaux désirant se déplacer vers Trois-Rivières, Shawinigan ou à l'intérieur de la MRC des Chenaux.

TERRITOIRE DESSERVI

Transport adapté : les dix municipalités de la MRC des Chenaux, et Saint-Étienne-des-Grès
Transport collectif : les dix municipalités de la MRC des Chenaux

COORDONNÉES

660-b rue Principale, Saint-Luc-de-Vincennes (Qc) G0X 3K0
Tél. : 819 840-0968 repartition@tacdc.ca

CATÉGORIES DE SERVICES		Aide à domicile Répit			Alimentation			Information				Matériel et équipement			Relation d'aide		Service à la personne			Soutien technique		Transport		Autre																																				
Les services disponibles pour le maintien à domicile	SERVICES OFFERTS	Centre de jour	Entretien ménager, lessive, courses, ...	Hébergement temporaire	Répit Accompagnement	Cuisine collective	Dépannage alimentaire	Préparation de repas	Popote volante, repas congelés	Paniers de Noël	Défense de droits (revendications)	Documentation (Livres, vidéos, ...)	Facebook	Formation Conférence Atelier	Références	Site Internet	Comptoir vestimentaire	Meubles usagés	Équipement adapté	Écoute et support	Intervention sociale	Téléphone d'amitié	Visite d'amitié	Hygiène personnelle et bain	Aide au lever, à l'habillage, à l'alimentation	Soins à domicile	Aide pour formulaires	Aide pour correspondance	Rédaction rapports d'impôts	Secrétariat et photocopies	Transport adapté	Accompagnement médical	Aide au budget et prêt d'urgence	P.A.I.R. : Appel automatisé quotidien (sécurité)	Rencontres sociales																									
		ORGANISMES																																																										
		Actions communautaires et bénévoles de Notre-Dame-du-Mont-Carmel 931, rue St-Flavien, Notre-Dame-du-Mont-Carmel GOX 3J0 819 375-9856 poste 332																																																										
		Association des personnes aidantes de la Vallée-de-la-Batiscan 660, rue Principale, Saint-Luc-de-Vincennes GOX 3K0 www.aidantsvalleebatiscan.org 819 840-0457																																																										
		Association des personnes vivant avec un handicap (ApeVAH) des Chenaux 44, Rivière-à-Veillet, bureau 140, Sainte-Geneviève-de-Batiscan GOX 2R0 819 840-3092																																																										
		Centre d'action bénévole (CAB) de la Moraine 511, rue Massicotte, Saint-Narcisse GOX 2Y0 www.cabdelamoraine.org 418 328-8600																																																										
		Centre d'action bénévole (CAB) des Riverains Carrefour d'information pour aînés 100, rue de la Fabrique, Sainte-Anne-de-la-Pérade GOX 2J0 www.cabdesriverains.org 418 325-3100																																																										
		CIUSSS MCQ - Réseau local de service Vallée-de-la-Batiscan 90, ch. Rivière-à-Veillet, Sainte-Geneviève-de-Batiscan GOX 2R0 www.ciusssmcq.ca 418 362-2727																																																										
		Fonds communautaire des Chenaux (FCDC) 44, Rivière-à-Veillet, Sainte-Geneviève-de-Batiscan GOX 2R0 819 840-3088																																																										
		Proches Aidants des Chenaux 44, Rivière-à-Veillet, bureau 200, Sainte-Geneviève-de-Batiscan GOX 2R0 819 840-2030																																																										
		Soutien à domicile des Chenaux 44, Rivière-à-Veillet, bureau 110, Sainte-Geneviève-de-Batiscan GOX 2R0 www.soutienadomiciledeschenaux.com 418 362-3275																																																										
		Transport adapté et collectif (TAC) des Chenaux 660-b, rue Principale, Saint-Luc-de-Vincennes GOX 3K0 www.tacdc.ca 819 840-0968																																																										

Les services disponibles en défense des droits

Les organismes en défense collective de droits sont, selon leur mission respective, au service des personnes âgées pour les informer et les accompagner dans leurs besoins de défendre certains de leurs droits.

Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) des Chenaux

44 Rivière-à-Veillet, bureau 170,
Sainte-Geneviève-de-Batiscan (Qc) G0X 2R0

TERRITOIRE DESSERVI

Neuf municipalités de la MRC des Chenaux (sauf Notre-Dame-du-Mont-Carmel)

COORDONNÉES

Tél. : 819 840-3090

aqdrdc@stegenevieve.ca

www.aqdr-des-chenaux.org

Comité logement Trois-Rivières Inc.

1060 rue Saint-François-Xavier, bureau 100
Trois-Rivières (Qc) G9A 1R8

TERRITOIRE DESSERVI

La Mauricie

COORDONNÉES

Tél. : 819 694-6976

www.logement04.org

Mouvement d'action solidaire des sans-emploi (MASSE) des Chenaux

TERRITOIRE DESSERVI

Les 10 municipalités de la MRC des Chenaux
44 Rivière-à-Veillet, bureau 160
Sainte-Geneviève-de-Batiscan (Qc) G0X 2R0

COORDONNÉES

Tél. : 819 840-3086

massedc@stegenevieve.ca

www.massedeschenaux.org

Présentation des types d'habitation



Outre l'option de demeurer dans votre maison ou votre logement, plusieurs possibilités s'offrent à vous.

Il est à noter que, pour l'ensemble des domiciles présentés aux pages suivantes, vous devez être autonome ou en légère perte d'autonomie. Les aînés en perte d'autonomie doivent recevoir le soutien de leurs proches ou de services dispensés par des organismes communautaires ou le réseau de la santé (selon certains critères) de façon à assurer leur sécurité.

Ressources privées

Domiciles privés

MAISON INTERGÉNÉRATIONNELLE

La maison intergénérationnelle est un concept d'habitation qui permet à deux générations, ou plus, d'une même famille de cohabiter en assurant à chacune d'elle une aire privée, par exemple en ayant deux sorties extérieures distinctes. Plusieurs possibilités existent quant à l'espace occupé par chacun; des logements indépendants à des aires privées et communes plus ou moins grandes.

Avant d'apporter des transformations à votre maison, vous devez communiquer avec le Service de l'urbanisme de votre municipalité pour vous assurer que vous respectez les règlements de zonage et que les maisons intergénérationnelles sont autorisées.

Selon l'article du règlement de zonage municipal, sur le territoire de la MRC des Chenaux, le logement intergénérationnel est permis dans toutes les zones où l'usage d'habitation unifamiliale est autorisé. Ces usages doivent respecter les normes suivantes :

- l'aménagement d'un logement intergénérationnel est autorisé uniquement dans le bâtiment principal d'une habitation unifamiliale;
- le logement intergénérationnel doit être pourvu d'un accès intérieur communiquant directement avec le logement principal;
- le logement intergénérationnel peut être pourvu d'un accès extérieur distinct de celui du logement principal, à la condition que cet accès soit situé sur le côté ou à l'arrière du bâtiment d'habitation;
- le bâtiment d'habitation doit être pourvu d'une seule entrée électrique, d'un seul compteur d'électricité et d'un seul raccordement au réseau d'aqueduc et au réseau d'égoût;

- l'architecture extérieure du bâtiment doit correspondre à celle d'une habitation unifamiliale;
- seules les personnes ayant un lien direct de parenté (grand-père, grand-mère, père, mère, fils, fille) avec le propriétaire de l'immeuble, son conjoint ou son conjoint de fait peuvent occuper le logement intergénérationnel.

Sur le territoire de la MRC des Chenaux, les maisons intergénérationnelles sont autorisées; par contre, avant de débiter toute forme de travaux, contactez le service de l'Aménagement et de l'Urbanisme de la MRC des Chenaux au 819 840-0704, Poste 2212.

HABITATIONS À LOYER MODIQUE (HLM) POUR AÎNÉS

L'Office régional d'habitation des Chenaux (ORHDC) fait la gestion de tous les HLM situés dans la MRC des Chenaux. On y compte 135 logements : 8 logements familles et 127 logements pour les personnes âgées de 50 ans et plus. L'Office régional d'habitation des Chenaux a pour mission d'aider les personnes et les familles à faible revenu à se loger convenablement, tout en accompagnant la clientèle sur le plan de son autonomisation dans une perspective de développement durable, et ce sur le territoire de la MRC des Chenaux.

Pour habiter dans un HLM pour aînés, vous devez communiquer avec l'Office d'habitation pour vérifier votre admissibilité et vous y inscrire. Pour la MRC des Chenaux, vous pouvez contacter l'ORHDC où vous aurez les informations pour notre territoire : 819 840-2830 ou info@orhdc.ca.

COOPÉRATIVE EN HABITATION

Une coopérative en habitation est un immeuble où habitent des personnes qui sont à la fois locataires d'un logement et propriétaires collectivement de l'immeuble. Comme propriétaires, les résidents de l'immeuble assument ensemble la gestion complète du bâtiment et de la coopérative elle-même. Cette gestion collective inclut une participation aux différents comités ou aux tâches nécessaires à la bonne marche de la coopérative.

RÉSIDENCE PRIVÉE POUR PERSONNES ÂGÉES (RPA)

Une résidence privée est un immeuble destiné à accueillir des personnes âgées dans des chambres ou des logements. Les résidences privées offrent une gamme plus ou moins étendue de services pouvant permettre à la personne moins autonome d'être maintenue dans ce milieu plus longtemps qu'en logement individuel. Parmi les services généralement pourvus, nous retrouvons les repas et collations, la buanderie (vêtements personnels et literie), l'entretien ménager, la sécurité, la surveillance, etc., selon les résidences.

Sachez que les résidences privées pour personnes âgées autonomes n'offrent pas tous les services d'aide à la vie quotidienne. Les résidences pour personnes semi-autonomes offrent ces services. Parfois, une résidence peut avoir les deux vocations. Lors de votre visite, vérifiez s'il s'agit d'une résidence autonome ou semi-autonome afin de savoir si l'établissement sera en mesure de répondre à vos besoins.

Notez que la loi exige un certificat de conformité pour opérer une résidence pour personnes âgées, émis sous l'autorité du ministère de la Santé et des Services sociaux.

Ressources publiques du réseau de la santé et des services sociaux

Les ressources d'hébergement publiques sont sous la responsabilité du réseau de la santé. Les personnes qui désirent y résider doivent d'abord répondre à des critères spécifiques variant selon la ressource. Pour avoir accès à ces ressources, vous devez vous adresser au guichet d'accès de votre CLSC au 418 362-2727, qui fera tout d'abord l'évaluation de vos besoins.

De plus, l'évaluation de votre degré d'autonomie, faite par votre médecin et les professionnels du réseau de la santé, vous orientera vers la bonne ressource. Le coût de votre hébergement et de vos soins est établi en fonction de vos revenus selon un montant maximal.

Les ressources vers lesquelles vous pouvez être dirigé en fonction de l'évaluation de vos besoins sont les suivantes :

RESSOURCE DE TYPE FAMILIAL (RTF)

La ressource de type familial accueille des personnes vivant une perte d'autonomie modérée. Elle offre un hébergement et des conditions de vie qui se rapprochent d'un milieu naturel pour un maximum de neuf personnes.

RESSOURCE INTERMÉDIAIRE (RI)

Ces ressources, administrées par des entrepreneurs privés, hébergent des personnes en perte d'autonomie. Elles sont liées par contrat au réseau de la santé.

CHSLD PUBLIC OU PRIVÉ CONVENTIONNÉ

Les centres d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD) sont des établissements de santé qui accueillent des personnes en perte d'autonomie importante.



Ressources en habitation

Manoir des Deux Rivières (Coopérative d'habitation pour aînés)

24 rue Saint-Gabriel

Saint-Stanislas (Québec) G0X 3E0 **418 328-8173**

Résidence La Champlinoise

1085 rue Notre-Dame

Champlain (Québec) G0X 2Y0 **819 840-2830**

Résidence populaire des Chenaux

11-541 rue Massicotte

Saint-Narcisse (Québec) G0X 2Y0 **819 840-2830**

Habitations à loyer modique pour aînés (HLM) (Pour tous : 819 840-2830)

1370 rue Principale, Saint-Stanislas

12 rue Lesieur, Sainte-Geneviève-de-Batiscan

250 rue Louis, Saint-Narcisse

120 rue de la Fabrique, Sainte-Anne-de-la-Pérade

1544 rue Thomas-Caron, Saint-Maurice

1691 rue Principale, Notre-Dame-du-Mont-Carmel

80 rue Lehouillier, Batiscan

984 rue Notre-Dame, Champlain





Pour choisir les résidences à visiter

- 1) Quel est le coût mensuel que vous pouvez déboursier pour vous loger (avec et sans services inclus)? Il est important de savoir que des équipements comme une piscine ou un spa peuvent faire augmenter le coût de base du logement.
- 2) Cherchez-vous un endroit où il y a uniquement des chambres ou un endroit où il peut y avoir des logements et des chambres? Si vous perdiez de l'autonomie dans les années à venir, devriez-vous alors changer de résidence pour des soins et services ou pour l'accessibilité des lieux?
- 3) Rechercher-vous un endroit où il y a beaucoup ou peu de résidents? Sur le territoire de la MRC des Chenaux, il y a des résidences d'hébergement qui peuvent accueillir de 5 à plus de 24 personnes. Si la résidence est grande, il y aura plus de personnes avec qui vous devrez composer. Chaque résidence comporte des avantages et des inconvénients. Où vous sentez-vous plus à l'aise?
- 4) Voulez-vous côtoyer au quotidien des personnes autonomes, moins autonomes ou cela vous importe peu? Quelle est la moyenne d'âge et quel est l'état de santé des personnes qui résident à cet endroit?
- 5) Est-ce que la résidence est située à proximité de votre famille, de vos amis, des commerces que vous fréquentez?
- 6) Veuillez porter une attention particulière à l'adaptation des unités et des espaces communs. En cas de perte d'autonomie, l'accessibilité des lieux sera-t-elle adéquate?

Évaluation d'une résidence

Pour vous préparer à visiter des résidences

 **Nous vous suggérons fortement d'être accompagné lorsque vous visitez des résidences**

-  1) Cochez les services dont vous avez besoin dans la section « Analyse des besoins » contenue dans la section 1 « Évaluation des besoins » avant de faire la visite des résidences.
-  2) Choisissez les résidences à visiter, inscrivez dans le tableau leurs noms, leurs coordonnées ainsi que le nom de la personne responsable lors de votre visite.
-  3) Lors des visites, cochez les services qui sont offerts et n'oubliez pas de demander quels sont les coûts rattachés à chaque service. Il peut être intéressant de noter les services offerts gratuitement ainsi que le prix de ceux dont vous pourriez éventuellement avoir besoin.
-  4) Prenez le temps d'observer attentivement l'édifice, le terrain, le quartier; de parler avec des résidents et des membres du personnel et d'observer leur attitude et leurs relations.
- 5) Prenez le temps de réfléchir et de discuter avec des personnes proches et même avec des personnes demeurant dans le même type de domicile.
- 6) Ne prenez jamais d'engagement verbal ou écrit après une première visite.
- 7) Soyez accompagné d'une personne de confiance pour signer le bail et l'annexe au bail; d'autant plus si ces démarches sont difficiles pour vous.
- 8) Portez une attention particulière à l'annexe au bail; plusieurs détails et des coûts cachés peuvent y être inscrits.



Prenez le temps...

Résidences à visiter



NOM

ADRESSE CIVILE

TÉLÉPHONE

PERSONNE RESPONSABLE



NOM

ADRESSE CIVILE

TÉLÉPHONE

PERSONNE RESPONSABLE



NOM

ADRESSE CIVILE

TÉLÉPHONE

PERSONNE RESPONSABLE

Grille d'évaluation d'une résidence privée

Environnement et qualité de vie	BESOINS	RÉSIDENCE 1	RÉSIDENCE 2	RÉSIDENCE 3
Chambre privée et coût				
Chambre semi-privée (espace personnel) et coût				
Salle de bain privée				
Salle de bain commune				
Nombre de pièces et coût				
Balcon privé				
Revêtement de plancher				
Vue extérieure et ensoleillement				
CES ÉLÉMENTS SONT-ILS INCLUS?				
Meubles				
Électroménagers				
Stores ou draperies				
Électricité/chauffage/climatisation				

Grille d'évaluation d'une résidence privée

Environnement et qualité de vie	BESOINS	RÉSIDENCE 1	RÉSIDENCE 2	RÉSIDENCE 3
EST-IL POSSIBLE DE... ?				
Installer un four à micro-ondes				
Installer un petit réfrigérateur				
Cuisiner				
Décorer (plantes, cadres)				
Apporter ses meubles				
Avoir un animal domestique				
Contrôler le chauffage ou la climatisation				
QUELS SONT LES SERVICES OFFERTS ?				
Salle communautaire				
Lieu de culte (ex.: chapelle)				
Fumoir				
Terrain extérieur aménagé				
Téléphone/Internet/câble				
Aire de rangement intérieure/ extérieure				
Y-A-T-IL DES RÈGLES POUR LES VISITEURS?				
Recevoir pour coucher (coût)				
Heures de visites flexibles				
Recevoir pour repas (coût)				
AUTRES INFORMATIONS				
Isolation (bruits, intimité)				
Propreté et entretien des lieux				
Heures d'entrée et de sortie flexibles				
Nombre de résidents				
État de santé des résidents				

Grille d'évaluation d'une résidence privée

Sécurité	BESOINS	RÉSIDENCE 1	RÉSIDENCE 2	RÉSIDENCE 3
Portes codées aux entrées				
Judas ou chaîne de sécurité				
Possibilité de barrer sa porte				
Barres d'appui (salle de bain)				
Mains courantes dans les corridors, les escaliers				
Service alimentaire	BESOINS	RÉSIDENCE 1	RÉSIDENCE 2	RÉSIDENCE 3
Repas offerts (coût)				
Horaire et flexibilité				
Choix des menus				
Repas servis à la chambre (coût)				
Collations				
Crédit pour les repas non utilisés				
Accessibilité du transport et des services	BESOINS	RÉSIDENCE 1	RÉSIDENCE 2	RÉSIDENCE 3
Rampe d'accès ou escaliers				
Pièces adaptées (marchette, fauteuil)				
Ascenseur				
Stationnement visiteur				
Stationnement locataire (proximité)				
Déneigement				
Transport offert par la résidence (coût et fréquence)				
Proximité des services				
Proximité de la famille et des amis				
Buanderie et entretien ménager	BESOINS	RÉSIDENCE 1	RÉSIDENCE 2	RÉSIDENCE 3
Service de buanderie (coût)				
Autre				
Fréquence, temps alloué pour le ménage (coût)				
Possibilité de services extérieurs				

Grille d'évaluation d'une résidence privée

Loisirs et activités sociales	BESOINS	RÉSIDENCE 1	RÉSIDENCE 2	RÉSIDENCE 3
Bibliothèque, jeux				
Animation (nombre d'heures par semaine)				
Activités sociales organisées (fréquence)				
Présence de bénévoles				
Abonnement, revues, journaux				
Salle pour recevoir des visiteurs				
Jardins communautaires				
Services et soins de santé	BESOINS	RÉSIDENCE 1	RÉSIDENCE 2	RÉSIDENCE 3
Infirmière sur place				
Prise de tension artérielle (coût)				
Prise de sang (coût)				
Soins des pieds (coût)				
Gouttes oculaires (coût)				
ASSISTANCE				
Mobilisation et transfert				
Déplacement (intérieur, extérieur)				
Possibilité d'adaptation de l'unité (poignées à bec de canne, barres d'appui, rampes, etc.)				
Aide à l'habillement (coût)				
Aide à l'alimentation (coût)				
Prise de médicament (coût)				
Bains (nombre par semaine et coût)				
Soins d'incontinence				
Mesures lors de perte d'autonomie	BESOINS	RÉSIDENCE 1	RÉSIDENCE 2	RÉSIDENCE 3
Perte d'autonomie				
Augmentation des troubles cognitifs				
Délais et frais lors de bris de bail				
Avis à la famille en cas d'incident ou de maladie				

Liste des résidences privées certifiées sur le territoire de la MRC Des Chenaux

Château Marysia

351 rue de l'Église

Saint-Prosper-de-Champlain (Québec) G0X 3A0 **418 328-3551**

Le Havre Saint-Maurice

1550 rue Thomas Caron

Saint-Maurice (Québec) G0X 2X0 **819 693-7779**

La Résidence de l'Arche

135 rue du Tremblay

Sainte-Anne-de-la-Pérade (Québec) G0X 2J0 **418 325-2854**

La Résidence La Péradienne

530 rue Sainte-Anne

Sainte-Anne-de-la-Pérade (Québec) G0X 2J0 **418 325-3030**

La Villa du Lys Blanc

30 rue Sainte-Geneviève

Sainte-Geneviève-de-Batiscan (Québec) G0X 2R0 **418 362-3317**

La Villa du Papillon Bleu

110 rue de la Fabrique

Sainte-Anne-de-la-Pérade (Québec) G0X 2J0 **418 325-2301**

La Villa Saint-Narcisse

750 rue Principale

Saint-Narcisse (Québec) G0X 2Y0 **418 328-8173**



Informations utiles

Quelques conseils avant de signer le bail

Toutes les résidences privées d'hébergement demandent à leurs locataires de signer un bail.

Le coût du loyer doit être complet, sans soustraire le crédit d'impôt pour maintien à domicile d'un aîné. Le crédit d'impôt n'est pas une réduction de la résidence, c'est une mesure de soutien financier gouvernemental à l'aîné.

La contestation d'une augmentation de loyer ne peut pas être soumise à la Régie du logement situé dans un immeuble construit ou qui a changé de vocation depuis cinq ans et moins.

Le formulaire à l'annexe au bail est obligatoire lorsque des services particuliers sont offerts (repas, soins infirmiers, buanderie, etc.). Les services inclus dans le loyer doivent y être inscrits de même que ceux qui entraînent un coût supplémentaire.

Le bail peut être résilié dans le mois qui suit l'avis de renouvellement de bail que le propriétaire fait parvenir au locataire. En d'autres cas, vous devez aviser de votre résiliation trois mois avant la fin du bail.

Lors du décès d'une personne ou d'un départ du logement pour des raisons prévues par la loi (raisons médicales, acceptation dans un HLM ou un CHSLD), le propriétaire ne peut pas exiger plus de deux mois de loyer si le logement demeure inoccupé. Quant aux services inscrits à l'annexe au bail, les coûts ne peuvent pas être exigés après la journée du départ du locataire.



Bien se renseigner évitera
les mauvaises surprises

Qui aviser de votre changement d'adresse ?

En une seule démarche, vous pouvez effectuer votre changement d'adresse auprès de 6 ministères et organismes du gouvernement du Québec : 1 877 644-4545 ou sur le site Internet de Services Québec.

Pour le gouvernement fédéral, vous pouvez aviser les programmes de la sécurité de la vieillesse au 1 800 277-9915.

Postes Canada offre la possibilité de faire suivre votre courrier à votre nouvelle adresse pendant 6 mois ou un an. Frais applicables à ce service.

N'oubliez pas d'aviser tous vos fournisseurs, institutions financières, compagnies d'assurances, journaux, magazines, associations, etc.

Donnez-vous le temps de faire le tour de la question. Ne vous mettez pas de pression inutile et osez en parler avec des gens de confiance ! Si vous le pouvez, prenez le temps de choisir un endroit convenant vraiment à vos besoins.



Les programmes gouvernementaux

Plusieurs programmes gouvernementaux existent pour vous aider financièrement. Vous trouverez ci-dessous les programmes les plus usuels. Vous pouvez aussi vous informer, lors de votre déclaration annuelle de revenus, des programmes spécifiques pour les aidants.

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

Ce crédit d'impôt est disponible pour les personnes âgées de 70 ans et plus (une seule personne peut faire la demande pour un couple) et permet de recevoir un remboursement jusqu'à 35 % des dépenses admissibles reliées au maintien à domicile. Les services admissibles sont ceux d'aide à l'habillement, au déplacement, à l'hygiène, aux repas, aux soins infirmiers, à l'entretien ménager, aux travaux d'entretien à l'extérieur de la maison et au gardiennage. Les services doivent être donnés par une entreprise, un travailleur autonome, un organisme coopératif ou une entreprise d'économie sociale. Vous devez avoir une facture pour chaque service. Ce crédit d'impôt peut vous être accordé même si vous n'avez pas d'impôt à payer.

Le remboursement de ce crédit d'impôt peut se faire chaque mois ou lors de votre déclaration de revenus.

Pour plus d'information, contactez Revenu Québec au 1 800 567-4692 ou consultez le site Internet au www.revenu.gouv.qc.ca.

PROGRAMME D'AIDE À DOMICILE (PAD)

Le programme d'aide à domicile est une aide financière pour toute personne vivant avec un handicap la limitant dans l'accomplissement de ses activités quotidiennes. Cette aide permet l'adaptation du domicile et l'installation d'équipements spécialisés. Le programme est offert par la Société d'habitation du Québec (SHQ) et les villes ou municipalités régionales de comté (MRC). Ce sont elles qui appliquent le programme. Pour connaître les conditions d'admission, les modalités du programme ainsi que les documents requis, vous devez communiquer avec votre CLSC.

Renseignements : 1 888 463-4315 ou www.habitation.gouv.qc.ca.

PROGRAMME ALLOCATION-LOGEMENT

Le programme Allocation-logement fournit une aide financière aux ménages à faible revenu qui consacrent plus de 30 % de leur revenu total à se loger. Cette aide s'adresse aux personnes seules de 50 ans et plus, aux couples, aux propriétaires, aux locataires et aux chambreurs. L'aide financière peut atteindre 80 \$ par mois.

Pour bénéficier de ce programme, vous devez avoir rempli une déclaration de revenus au Québec. Pour obtenir le formulaire « Demande d'allocation-logement », composez le 1 800 267-6299.

PROGRAMME D'EXONÉRATION FINANCIÈRE POUR LES SERVICES D'AIDE DOMESTIQUE (PEFSAD)

Il s'agit d'une réduction du tarif horaire des services domestiques rendus par une entreprise d'économie sociale en aide domestique (EESAD) reconnue par la Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ). Plusieurs services domestiques sont admissibles tels que l'entretien ménager léger (lessive, balayage, nettoyage) et lourd (grand ménage, lavage des fenêtres), entretien de vêtements, préparation des repas sans diète, aide à l'approvisionnement et aux courses. Toute personne détentrice de la carte d'assurance maladie du Québec a droit à une réduction qui peut varier en fonction des revenus.

Pour avoir accès au programme d'exonération financière pour les services d'aide domestique sur le territoire de la MRC des Chenaux, il faut vous adresser au Soutien à domicile des Chenaux au 418 362-3275.





AQDR

Des Chenaux

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE
DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES
ET PRÉRETRAITÉES

44, chemin Rivière-à-Veillet
Sainte-Geneviève-de-Batiscan (Qc) G0X 2R0
Tél : 819 840-3090
Télé : 418 362-2861
Courriel : aqdrdc@stegenevieve.ca



Remerciements

De chaleureux remerciements aux personnes qui ont participé à nos rencontres et qui ont bien voulu partager leurs expériences de changement de milieu de vie avec nous, à celles qui ont assisté aux conférences sur ce thème ainsi qu'à nos bénévoles qui s'impliquent toujours de si belle façon dans notre association. Merci également à notre infographiste pour son bon travail, aux gens du service de l'Aménagement et de l'Urbanisme de la MRC des Chenaux pour leur expertise, ainsi qu'à tous nos organismes partenaires pour leur agréable collaboration.

Ce guide n'aurait pas été aussi complet sans l'aimable autorisation de la Ville de Granby qui nous a permis de reprendre certains volets de son guide « Choisir mon chez-moi ».

Nous remercions également le Ministère de la Santé et des Services sociaux pour le soutien financier du programme *Québec ami des aînés* qui a permis la mise sur pied du projet *Vivre dans mon milieu* ainsi que la création de ce guide.