

RESSOURCES ET ACTIVITÉS LOCALES POUR PERSONNES ÂÎNÉES



Préparé par le bureau de comté
de la députée de La Pinière

Juillet 2025



Linda Caron, députée de La Pinière
Collection Assemblée nationale,
Claude Mathieu photographe.

Mot de la députée de La Pinière

Le document que vous tenez entre vos mains est un outil maison, préparé par l'équipe de mon bureau de circonscription, comme service à nos voisins et voisines.

Nous avons un objectif double :
fournir une liste de ressources utiles aux personnes âgées
et aux personnes proches aidantes, ainsi qu'une liste d'organismes
qui organisent des activités intéressantes pour socialiser.

Sans être exhaustif, cet outil maison vise à répondre
au besoin de savoir qu'il existe des ressources
qui peuvent vous aider, ou vous accueillir comme bénévole.

Vos commentaires sont les bienvenus!

RESSOURCES

Action intégration en déficience intellectuelle

☎ 450-676-5058

actionintegration.org

- ✓ Activités de jour
- ✓ Loisirs, répit
- ✓ Résidence supervisée

ACEF Rive-Sud

☎ 450-677-6394

acefrsm@acefrsm.com

acefrsm.com

- ✓ Budget, endettement, consommation
- ✓ Défense des droits
- ✓ Formations
- ✓ Fonds d'entraide

Aide Chez Soi Rive-Sud

☎ 450-679-2433, poste 223

cooprivesud.com

- ✓ Aide à la personne
- ✓ Entretien ménager léger/lourd
- ✓ Préparation de repas à domicile
- ✓ Courses et commissions
- ✓ Répit aux proches aidants
- ✓ Lavage et repassage
- ✓ Coiffure

Albatros en Montérégie

☎ 438-455-4558

albatrosenmonteregie.org

- ✓ Accompagnement en soins palliatifs
- ✓ Soutien et répit aux proches aidants
- ✓ Accompagnement au deuil
- ✓ Transport médical
- ✓ Formations et conférences

Alternative Centregens

☎ 450-651-0651

centregens.com

- ✓ Intervention psychosociale
- ✓ Activités sociales
- ✓ Art et créativité
- ✓ Sorties/activités extérieures
- ✓ Plusieurs activités bilingues

AMÉLYS

☎ 450-466-8444

amelys.ca

- ✓ Aide à domicile
- ✓ Assistance personnelle
- ✓ Répit aux proches aidants

RESSOURCES (suite)

Aphasie Rive-Sud

☎ 450-550-4466

aphasierivesud.ca

- ✓ Activités de loisir pour personnes aphasiques
- ✓ Art thérapie
- ✓ Conférences et séances d'information
- ✓ Sorties culturelles

Association québécoise de prévention du suicide

☎ 1 866 277-3553

aqps.info

- ✓ Écoute
- ✓ Service-conseil
- ✓ Formations

AQDR Rive-Sud de Montréal

☎ 514-714-4098

aqdr.org

- ✓ Informations pour aînés et personnes (pré)retraitées
- ✓ Cotisation annuelle de 20 \$
- ✓ Escomptes et avantages pour les membres de l'association

Carrefour Le Moutier

☎ 450-679-7111

carrefourmoutier.org

- ✓ Accueil
- ✓ Écoute téléphonique
- ✓ Accompagnement des nouveaux arrivants

Arthrite Rive-Sud

☎ 438-630-7215

arthriterivesud.org

- ✓ Services et activités adaptés aux personnes atteintes d'arthrite et à leurs proches
- ✓ Ateliers de mieux-être
- ✓ Programme « Mon arthrite je m'en charge »

Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP Montérégie)

☎ 450-347-0670 ou 1 877 767-2227

fcaap.ca

- ✓ Aide pour porter plainte en cas d'insatisfaction par rapport au réseau de la santé et des services sociaux, en cas de maltraitance ou de problème en lien avec un bail

RESSOURCES (suite)

Centre d'écoute Montérégie

☎ 450-658-8509 / 1 877 658-8509

ecoutemonteregie.org

- ✓ Réconfort
- ✓ Soutien pour personnes dans le besoin
- ✓ Écoute
- ✓ Accueil
- ✓ Aide

Chevaliers de Colomb de Brossard, conseil 9741

☎ 450-674-7259

www.chevaliersdecolomb.com

- ✓ Aide alimentaire
- ✓ Fournitures scolaires
- ✓ Services pour aînés
- ✓ Activités féminines
- ✓ Soupers spaghettis et brunchs

Centre de crise l'Accès

☎ 450-679-8689 | 24/7

- ✓ Services d'aide en situation de crise
par des intervenants spécialisés

Club des aînés de Brossard

☎ 514-816-8898

- ✓ Activités récréatives
- ✓ Activités sociales
- ✓ Activités physiques
- ✓ Activités culturelles

Centre de soutien entr'Aidants

☎ 450-465-2520, poste 204

centredesoutienentraidants.com

- ✓ Informations
- ✓ Soutien aux proches aidants
- ✓ Soutien de groupe ou individuel
- ✓ Répit pour les proches aidants

Club FADOQ de Brossard

☎ 450-443-3355

clubfadoqdebrossard.org

- ✓ Activités physiques
- ✓ Activités sociales
- ✓ Activités culturelles
- ✓ Activités éducatives

RESSOURCES (suite)

Com'Femme

☎ 450-676-7719
comfemme.org

- ✓ Service d'écoute pour femmes
- ✓ Café et discussion
- ✓ Informations et références
- ✓ Ordinateurs et internet en libre-service

Diabète Montérégie

☎ 450-928-3422
diabetemonteregie.com

- ✓ Référer et diriger les personnes diabétiques aux professionnels de la santé
- ✓ Informer les personnes et leur famille sur le diabète

Comité logement Rive-Sud

☎ 450-699-3060
comite-logement.org

- ✓ Défense des droits des locataires
- ✓ Service d'information
- ✓ Ateliers d'éducation populaire
- ✓ Services d'accompagnement

Espace Proche Aidance

☎ 450-928-0776
asapal.org

- ✓ Écoute et soutien psychosocial
- ✓ Café-échange
- ✓ Conférences
- ✓ Discussion entre hommes seulement

Cuisines de l'Amitié

☎ 450-443-6770
cuisinesdelamitie.org

- ✓ Cuisine collective
- ✓ Distribution de repas
- ✓ Café en toute Amitié
- ✓ Atelier et cours de couture
- ✓ Éducation culinaire

Guichet d'accès aux services à domicile du CISSS de la Montérégie-Centre

☎ 1 833 774-2772

- ✓ Services d'aide à domicile
- ✓ Services sociaux
- ✓ Soins infirmiers à domicile
- ✓ Ergothérapie et physiothérapie
- ✓ Répit aux proches aidants

RESSOURCES (suite)

Inform'elle

☎ 450-443-3442

informelle.org

- ✓ Information en droit familial
- ✓ Café rencontre
- ✓ Formation et ateliers
- ✓ Médiation

Lunch Club Soleil

☎ 450-466-2795

- ✓ Rencontre hebdomadaire pour contrer l'isolement des personnes âgées

Kéroul

☎ 514-252-3104

www.keroul.qc.ca

- ✓ Services aux voyageurs handicapés pour découvrir les lieux accessibles
- ✓ Projet de service de taxi adapté

Maison de la famille de Brossard

☎ 450-678-5222

mfdebrossard.org

- ✓ Activités enfants
- ✓ Activités pour les 6-12
- ✓ Activités parents-enfants
- ✓ Activités parents (répit, groupe de soutien, outils, café causerie)
- ✓ Activités sexologiques

Les Petits Frères

☎ 579-721-5115

petitsfreres.ca

- ✓ Jumelage avec un bénévole pour une marche ou un café (75 ans et plus)

Maison d'entraide Saint-Alphonse (MESA)

☎ 450-676-3712

paroisselaresurrectionbrossard.org/mesa/

- ✓ Aide alimentaire
- ✓ Friperie

Ligne Aide Abus Aînés

☎ 1 888 489-2287

- ✓ Signaler un cas d'abus ou de maltraitance envers une personne âgée

RESSOURCES (suite)

Maison internationale de la Rive-Sud

☎ 450-445-8777

mirs.qc.ca

- ✓ Café des aînés
- ✓ Accueil et intégration des nouveaux arrivants
- ✓ Francisation, aide à l'emploi
- ✓ Jumelage interculturel

Parkinson Montérégie

☎ 514-943-7583

parkinsonquebec.ca/services/dans-votre-region/monteregie/

- ✓ Assure aux personnes atteintes et à leur entourage l'accès à des moyens et des services visant à les soulager

Maison Tournesols

☎ 450-445-9290

maisontournesols.org

- ✓ Répit pour proches aidants de personnes atteintes d'Alzheimer
- ✓ Service de repas congelés à prix modique livrés à domicile
- ✓ Accompagnement personnalisé pour soutenir les aînés

Popote roulante de Brossard

☎ 450-465-6130

benevolatrivesud.qc.ca

- ✓ Préparation de repas
- ✓ Livraison de repas à domicile

Mission Nouvelle Génération

☎ 450-486-7667

missionnouvellegeneration.org

- ✓ Banque alimentaire
- ✓ Jardin communautaire
- ✓ Transformation alimentaire et déshydratation

Regroupement des organismes montérégiens d'aidants naturels

☎ 514-747-4511

aidantsnaturels.org

- ✓ Formations pour proches aidants
- ✓ Répit
- ✓ Activités de concertation
- ✓ Intervention auprès des hommes aidants

Office d'habitation de Longueuil

☎ 450-670-2733

ohlongueuil.com

- ✓ Logements sociaux

RESSOURCES (suite)

Santé mentale Québec Rive-Sud

☎ 450-616-1569

smqrivesud.ca

- ✓ Prévention en santé mentale
- ✓ Conférences
- ✓ Ateliers
- ✓ Accompagnement individuel
- ✓ Références

Société Alzheimer Rive-Sud

☎ 450-422-3333

alzheimer.ca/rivesud/fr

- ✓ Centre de jour pour personne atteinte de troubles neurocognitifs
- ✓ Soutien psychosocial et formation
- ✓ Répit à domicile

Seniors Respite Montérégie

☎ 450-486-4722

seniorsrespitemonteregie.ca

- ✓ Répit pour proches aidants (centre de jour)
- ✓ Activités à domicile
- ✓ Activités en résidence ou à l'hôpital
- ✓ Services en anglais ou bilingues

South Shore Community Partners Network

☎ 450-466-1325

- ✓ Soutien aux personnes endeuillées
- ✓ Accompagnement
- ✓ Informations et renseignements sur le deuil
- ✓ Services en anglais

Soutien aux proches aidants en oncologie du Québec

☎ 438-379-4131

ospaoq.org

- ✓ Accompagnement des proches aidants en oncologie
- ✓ Conférences

Vigie Rive-Sud

☎ 514-961-9415

lavigierivesud.org

- ✓ Intervenante de milieu (ITMAV) pour aînés isolés
- ✓ Services d'écoute pour prévenir le suicide chez les personnes aînées
- ✓ Formations pour bénévoles

AUTRES RESSOURCES

CHSLD Champlain

5050, place Nogent
Brossard J4Y 2K3
450 443-0000

Centre d'accueil Marcelle-Ferron

8600, boul. Marie-Victorin
Brossard J4X 1A1
450 923-1430

CHSLD Vigi Brossard

5955, Grande-Allée
Brossard J4Z 3G4
450 656-8500

CLSC Samuel-de-Champlain

5811, boul. Taschereau, bureau 100
Brossard J4Z 1A5
450 445-4452

**VACCINS, DÉPISTAGES,
PRÉLÈVEMENTS****Point de service local - Brossard**

1575, av. Panama
Brossard J4W 2S8
Prendre rendez-vous sur Clic Santé
ou composer le 1 877 817-5279

**Agente en prévention, vigilance et
relation avec la communauté du SPAL**

Josée Gagné
450 463-7100, poste 4872
Josee.Gagne@longueuil.quebec

ACTIVITÉS

Bridge Amical Montérégie

☎ 450-468-0356

- ✓ Tournoi de bridge

Chorale Les Mélodistes

melodistes@hotmail.com

melodistesbrossard.ca

- ✓ Chorale niveau avancé
- ✓ Concerts annuels

FORMATIO

☎ 450-656-3348

formatio.info

- ✓ Formations en informatique pour personnes âgées, de groupe ou individuelles

Institut de taoïsme Fung Loy Kok

☎ 450-679-1018

taoist.org

- ✓ Tai chi taoïste
- ✓ Séance d'introduction et séance continue

Jardins potagers de Brossard

☎ 450-443-3442

- ✓ Jardins communautaires

Les Joyeux Scrabbleurs

☎ 450-443-5840

(Téléphone personnel de la responsable)

- ✓ Parties de Scrabble duplicate francophone une fois par semaine

Loisirs LNDB

☎ 450-466-2795

www.lndbbrossard.com

- ✓ Activités socioculturelles
- ✓ Arts martiaux et visuels
- ✓ Conditionnement physique
- ✓ Sports d'équipe
- ✓ Cours de danse et de théâtre

Université du 3^e âge

☎ 450-670-5027, poste 61747

usherbrooke.ca/uta/prog/monteregie

- ✓ Formations continues sur des sujets variés

Zèbre jaune

☎ 438-504-0688

lezebrejaune.com

- ✓ Club de danse récréatif
- ✓ Théâtre intergénérationnel

Linda Caron

Députée de La Pinière

Porte-parole de l'opposition officielle pour les aînés et les proches aidants, en matière de soins à domicile et responsable de la région de la Montérégie

Bureau de circonscription

6300, avenue Auteuil, bureau 425

Brossard (Québec) J4Z 3P2

T. 450 678-0611

Linda.Caron.LAPI@assnat.qc.ca

www.lindacaron.ca