



RESSOURCES

pour les personnes de 50 ans et plus

La Table de concertation des aînés de Vaudreuil-Soulanges a pour mission de favoriser le regroupement des forces locales et le partenariat entre les organisations dans le but d'améliorer le mieux-être, les conditions de vie et les services offerts aux personnes âgées de cette région.

Ce bottin des ressources a été créé pour aider les personnes âgées et leurs proches à trouver rapidement de l'information et connaître les ressources disponibles sur le territoire de Vaudreuil-Soulanges. Nous sommes convaincus que d'avoir regroupé ces ressources par thématiques facilitera vos recherches.



ACTIVITÉS ET VIVACITÉ COGNITIVE

Centre communautaire des aînés Vaudreuil-Soulanges

Activités contribuant à l'enrichissement de la vitalité intellectuelle, émotionnelle, physique et sociale des personnes qui y participent, se déroulant dans plusieurs municipalités de Vaudreuil-Soulanges

**Secteur
Soulanges**
450 265-3548
poste 225

**Secteur
Vaudreuil**
450 424-8503

Montréal West Community Network (MWCN)

Développer une communauté anglophone forte et dynamique en Montréal-Ouest et dans Vaudreuil-Soulanges.

514 425-0399

COMQUAT

Alphabétisation, ateliers de lecture, écriture, conversation, français langue seconde et alphanumérique (ordinateur, tablette, cellulaire, réseaux sociaux). Service d'écrivain public. Offert aux résidents du Secteur Vaudreuil

514 453-3632

La magie des mots

Littérature numérique, alimentaire, santé, financière et maintien des fonctions cognitives. Offert aux résidents du Secteur Soulanges.

450 763-1331

Société Alzheimer du Suroît

Information, soutien individuel ou de groupe, ateliers de formation proches aidants, répit-stimulation (à domicile ou au centre d'activités halte-répît)

1 877 773-0303

ALIMENTATION

Centre d'action bénévole l'Actuel

Pour les résidents du secteur Vaudreuil
Dépannage alimentaire et cuisines collectives

450 455-3331

Centre d'action bénévole Soulanges

Pour les résidents du secteur Soulanges
Dépannage alimentaire et cuisines collectives

450 265-3134

Centre communautaire des aînés Vaudreuil-Soulanges

Popote roulante – livraison de repas chauds et de repas surgelés. Popote roulante pour emporter - repas surgelés

1 855 510-3548
poste 223
450 265-3548

Café de la débrouille

Dépannage alimentaire pour les résidents de Rigaud, Pointe-Fortune et Très-Saint-Rédempteur

450 206-1008

La Source d'entraide

Dépannage alimentaire pour les résidents de Saint-Lazare

450 455-8000

Dorion Dream Center

Dépannage alimentaire pour les résidents de Vaudreuil-Dorion

450 455-4532

Les Gardes-mangers partagés de Vaudreuil-Soulanges

Frigos communautaires et gardes-mangers en libre-service

/FrigoscommunautairesVS

DÉFENSES DE DROITS ET PLAINTES

Commissaire aux plaintes et à la qualité des services du CISSS de la Montréal-Ouest

Plaintes et améliorations des services

1 800 694-9920
poste 2280

Educaloi

Services d'information au public sur la loi, les droits et responsabilités

educaloi.qc.ca

Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes de la Montréal

Assister et accompagner les usagers qui désirent porter plainte parce qu'ils ne sont pas satisfaits des services offerts par un établissement du réseau de la santé et des services sociaux.

1 800 263-0670

AQDR Valleyfield-Suroît

Centre d'aide et d'accompagnement en défense de droits aux personnes de 50 ans et plus et leurs proches
Bilingue et gratuit

450 370-0204

Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC Montréal)

450 670-3400

LIGNES D'ÉCOUTE	
Ligne Tel-Aînés Ligne d'écoute pour les personnes âgées de 60 ans et plus	514 353-2463
Ligne de deuil Pour les personnes qui vivent un deuil	1 888 533-3845
Centre d'écoute Montérégie Briser l'isolement chez les aînés	450 658-8509

LOGEMENT	
Tribunal administratif du logement (TAL) Renseignement sur les droits et les obligations des locataires et des locateurs	514 873-2245
Soutien d'aide à la recherche de logement, ORHVS Service d'aide à la recherche de logement. Accompagner les ménages dans leurs démarches et les guider vers les ressources.	450 218-6994 poste 4226
Hébergement La Passerelle Service d'hébergement offert aux femmes victimes de violence conjugale Ligne téléphonique 24/7 pour les femmes victimes de violence conjugale et leur entourage	450 424-6010
L'Aiguillage Service d'intervention de première ligne qui offre entre autres de l'hébergement d'urgence	450 218-6418
Société protectrice des animaux de l'Ouest (SPCA Ouest)	514 566-5678
Mon logement, mes droits Services de consultations, d'éducation et d'information quant aux droits des locataires.	438 308-5973

MALTRAITANCE ENVERS LES PERSONNES ÂGÉES	
Ligne abus maltraitance adultes aînés (ligne d'écoute et de références)	514 489-2287
INFO-SANTÉ / INFO-SOCIAL	811
Carrefour bienveillance 50+ Activités d'information, sensibilisation et promotion de la bientraitance Service d'intervention individuelle Bilingue et gratuit	450 424-0111 poste 223
CAAPA Centre d'aide et d'accompagnement en défense de droits aux personnes de 50 ans et plus et leurs proches Bilingue et gratuit	450 807-2232 poste 2

IMPÔTS	
Centre d'action bénévole L'Actuel Pour les résidents du secteur de Vaudreuil	450 455-3331
Centre d'action bénévole Soulanges Pour les résidents du secteur de Soulanges	450 265-3134
Le Café de la débrouille Personnes ou familles à faible revenus	450 206-1008

SOUTIEN, AIDE ET ACCOMPAGNEMENT	
INFO-SOCIAL/ INFO-SANTÉ – CLSC Service de consultation téléphonique rapide, gratuit et confidentiel avec un professionnel en intervention psychosocial	811
CISSMO – Accueil centralisé	450 455-6171
Carrefour bienveillance 50+ Information, Soutien et Accompagnement pour 50 ans et plus	450 424-0111 poste 223
Le Tournant Pour les personnes en détresse ou suicidaire, leurs proches ou les personnes endeuillées par suicide	450 371-4090
L'Aiguillage Service d'intervention de première ligne qui offre entre autres de l'hébergement d'urgence	450 218-6418
Hébergement La Passerelle Ligne téléphonique 24/7 pour les femmes victimes de violence conjugale et leur entourage	450 424-6010
Centre d'action bénévole L'Actuel Visites d'amitié pour les résidents du secteur Vaudreuil	450 455-3331
Société Alzheimer du Suroît Information, soutien individuel ou de groupe, ateliers de formation proches aidants, répit-stimulation (à domicile ou au centre d'activités halte-répît)	1 877 773-0303
Organisme voué aux personnes atteintes de cancer et maladies graves (OVPAC) Pour les personnes atteintes de cancer et de maladies graves et leurs proches.	1 866 386-8722 et 450 371-5400 poste 1
SOS violence conjugale Service d'accueil, d'évaluation, d'information, de sensibilisation, de soutien et de référence bilingue, gratuit, anonyme et confidentiel (24 H SUR 24 – 7 jours sur 7)	1 800 363-9010
CALACS La vigie Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel : Suivi individuel, groupes de soutien et thématique et ateliers	450 371-4222
Institut Nazareth et Louis-Braille (INLB) Pour les personnes ayant des problèmes de vision causés par une maladie entraînant des incapacités importantes et persistantes qui ont des impacts sur les activités de votre vie quotidienne.	450 463-1710 1 800 361-7063

SOUTIEN AUX PROCHES AIDANTS

Société Alzheimer du Suroît

Information, soutien individuel ou de groupe, ateliers de formation proches aidants, répit-stimulation (à domicile ou au centre d'activités halte-répit)

1 877 773-0303

Organisme voué aux personnes atteintes de cancer et maladies graves (OVPAC)

Pour les personnes atteintes de cancer et de maladies graves et leurs proches.

**1 866 386-8722
et 450 371-5400
poste 1**

Carrefour bienveillance 50+

Soutien psychosocial individuel et activités de groupe

**450 424-0111
poste 223**

Info-Aidant

Service téléphonique d'écoute, d'information, de références professionnelles
Confidentiel et gratuit

1 855 852-7784

TRANSPORT MÉDICAL

Centre d'action bénévole L'Actuel

Pour les résidents de 65 ans et plus du secteur de Vaudreuil

450 455-3331

Centre d'action bénévole Soulanges

Pour les résidents du secteur de Soulanges

450 265-3134

Organisme voué aux personnes atteintes de cancer et maladies graves (OVPAC)

Pour les personnes atteintes de cancer et de maladies graves et leurs proches.

**1 866 386-8722
et 450 371-5400
poste 1**

Société de transport de Salaberry-de-Valleyfield

Transport collectif et transport adapté offert dans Coteau-du-Lac, Les Coteaux, Saint-Polycarpe, Saint-Zotique, Rivière Beaudette.

**450 370-0600
stsv.ca**

Un initiative de :



En collaboration
avec :



Et le soutien financier de :

