

Bottin des Aînés

Rivière

-des-

Prairies

Dernière mise à jour : mai 2017

TABLE DES AÎNÉS

La Table de concertation des aînés de Rivière-des-Prairies réunit les acteurs du milieu qui se sentent interpellés par le mieux-être des aînés du quartier.

On y retrouve :

- des organisations publiques (comme la Bibliothèque, le CIUSSS ou le SPVM par exemple) ;
- des organismes communautaires (CAB RDP, AQDR-PDÎ, Tandem, CDC RDP, etc) ;
- des citoyens ;
- des résidences d'aînés ;
- une entreprise d'économie sociale (Centre Évasion).

Il ne s'agit ici que de quelques participants. Pour la liste complète des organisations ou pour vous informer, contactez la CDC RDP (voir page 4).

Bonne lecture!



[→ Table des Matières ←](#)

SERVICES D'URGENCE

Pompiers, Police, Ambulance

911

Info-Santé

811

Centre Antipoison

1 (800) 463-5060

Suicide

1 (866) 277-3553

Abus Aînés

1 (888) 489-2287

Police de Quartier

(514) 280-0145

Agressions sexuelles

1 (888) 933-9007

Info-Aînés

211

MISE À JOUR

MAI 2017





La dernière version du bottin est toujours disponible sur le site internet de la CDC RDP, du CAB RDP et de l'AQDR-PDÎ. La version papier de ce bottin est réimprimée uniquement, si les modifications sont substantielles depuis la précédente impression ET si les moyens financiers le permettent. Si une coordonnée n'est pas valide dans la version papier, nous vous conseillons de vous référer à la version électronique.

La Table des aînés de RDP remercie les bénévoles ainsi que le Centre d'action bénévole RDP pour avoir participé à la mise à jour d'avril 2017. Bénévoles ayant collaboré à la révision : Mesdames Juliette Driess, Soraya Ait Hammouda et Diane Lamontagne. Un merci particulier également à Mme Christeline Saint-Pierre pour son apport considérable à cette dernière mise à jour.

Pour toute modification ou ajout, ou pour obtenir le document original afin le faire imprimer vous-même, contactez la CDC RDP.

Téléphone : (514) 494-8883
Courriel : adjointe@cdcrdp.org
Site Internet : cdcrdp.org

LÉGENDE

-  Locaux accessibles aux personnes à mobilité réduite (en tout ou en partie)
-  Aide pour malentendant
-  Aide pour difficultés visuelles
-  xx Bus accessible à moins de 5 min à pied

En plus du français, certains organismes offrent officiellement leurs services dans plus d'une langue, identifiée ici par les icônes suivantes :

- | | |
|--|---|
|  Servizio in italiano |  Sèvis nan lang panyòl |
|  Service in english |  Servicio en español |

NOTE :

L'acronyme RDP (Rivière-des-Prairies) est utilisé pour faciliter la lecture du bottin.

***Important :** La plupart des services publics (ministères, ville, cliniques, hôpitaux, résidences, taxis) sont généralement adaptés aux personnes handicapées et offerts en français et anglais, parfois même dans d'autres langues. Veuillez contacter le service désiré par téléphone afin de vérifier quels sont les dispositions et accommodements disponibles selon votre situation personnelle.*

TABLE DES MATIÈRES

ORGANISMES COMMUNAUTAIRES .10

ACEF de l'Est de Montréal.....	10
ACSM.....	10
Les Amis de l'est.....	11
L'APPUI.....	11
AQDR-PDÎ.....	11
AQPS.....	12
Bonhomme à lunettes.....	12
CAB RDP.....	13
CALACS.....	13
CAVAC.....	14
Centre d'entraide aux familles.....	14
Centre communautaire Mont-Sinaï.....	14
Centre des femmes RDP.....	15
Cercle de fermières RDP.....	15
CFHI.....	15
Chevaliers de Colomb.....	16
CLIC.....	16
Club d'aînés.....	16
Club optimiste, Sisco Québec.....	18
CDC RDP.....	18
Dépendances.....	19
Déprimés anonymes.....	19
ÉCO-PAP.....	20
Service des crises résolution.....	20
Épisole.....	20
Équipe RDP.....	21
Évasion.....	21
Gai-Écoute.....	21
La gentiane.....	22
InfoLogis.....	22
Intergénération Québec.....	22

Jeunesse au soleil	23
Ligne Référence-Aînés	23
Magasin partage	23
Maison Monbourquette	24
Observatoire vieillissement et société	24
OMHM	24
Option Consommateur	25
Passeport Santé	25
Les petits frères	25
Phobies Zéro	26
Promis	26
Regroupement des aidantes et aidants naturels de Montréal.....	26
Répit-Ressource	27
Réseau Hommes Québec.....	27
Rien que du gratuit	27
Société canadienne du cancer.....	27
Société Alzheimer de Montréal	28
Société Historique RDP	28
Société de soins palliatifs.....	28
Société St-Vincent-de-Paul	29
SOS Violence conjugale	29
SPCA.....	30
Suicide Action Montréal	30
Tandem.....	30
Tel- Aînés	31
UTAPI	31

AUTRES ORGANISATIONS.....32

Aide juridique de Montréal	32
J'Arrête	32
Barreau de Montréal	32
Centre de référence du Grand Montréal	33
Chambre des notaires.....	33
Clinique d'information juridique.....	33

Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse du Québec	34
Complexe sportif Marie-Victorin	34
Le cyberconsommateur averti.....	34
École de musique 7000	35
Programme Pair.....	35
Service ATS	35

GOUVERNEMENT DU CANADA36

Agence du Revenu du Canada	36
Pensions et Prestations	36
Autres services	36

GOUVERNEMENT DU QUÉBEC37

Agressions sexuelles	37
CIUSSS	37
Curateur Public	39
Institut Nazareth & Louis-Braille.....	39
Ligne Aide Abus Aînés	40
OPHQ.....	40
OPC.....	40
Protecteur du citoyen	41
RAMQ.....	41
Régie du logement.....	41
RRQ.....	41
Revenu Québec.....	42
SAAQ.....	42
Services pour malentendants.....	42
SHQ.....	43
SPVM	43
STM.....	43
Transport Québec.....	44
Autres services	44

SERVICES MUNICIPAUX45

311	45
Bibliothèque	45
Centre aquatique	46
Centre communautaire	46
Centre récréatif	46
Ligne éthique	46
Maison de la culture	47
Service de sécurité Incendie de Montréal	47

CLINIQUES MÉDICALES.....48

HOPITAUX49

RÉSIDENCES POUR AÎNÉS.....51

TAXIS53

NOTES PERSONNELLES.....54

ACEF DE L'EST DE MONTRÉAL

Association coopérative d'économie familiale

☞ (514) 257-6622

☞ acefest.ca

☞ 5955, rue de Marseille   M-Cadi11ac



Offre des services de consultation budgétaire, de défense des droits et une clinique d'impôt.

ACSM

Association canadienne pour la santé mentale

☞ (514) 521-4993 

☞ acsm.qc.ca



Offre de l'information par téléphone et internet sur tout ce qui a trait aux problèmes de santé mentale. Possibilité d'ateliers et de conférences.



LES AMIS DE L'EST

pour la déficience intellectuelle



☎ (514) 648-0254

🌐 lesamisdelest.com

📍 12230, 6^e Avenue   43, 49

Offre des services de répit et des activités aux personnes ayant une déficience intellectuelle.

L'APPUI

pour les proches aidants d'aînés

☎ 1 (855) 852-77784 

🌐 lappui.org/montreal



Vise l'amélioration de la qualité de vie des proches aidants d'aînés sur son territoire.

AQDR-PDÎ

Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et pré-retraitées de la Pointe-de-l'Île de Montréal

☎ (514) 643-0930

🌐 aqdr-pointedelile.org

📍 9140, boul. Perras   43, 48, 49, 449



Défense des droits des aînés : soutien, information, références, conférences. Offre aussi des activités de socialisation et de formation.

AQPS

Association québécoise de prévention du suicide

☎ 1 (866) 277-3553 

👉 aqps.info



Service d'aide d'urgence pour la prévention du suicide ou de crise pouvant mener à avoir des idées noires. Offre aussi du suivi post-tentative aux personnes et à leurs proches.

BONHOMME À LUNETTES

Philippe Rochette, opticien

☎ (514) 303-4315

👉 bonhommealunettes.org/



Opticien d'ordonnances qui se déplace à domicile ou dans les organismes. Lunettes de qualité à 20 \$.

CAB RDP

Centre d'action bénévole de RDP



☎ (514) 648-2323

☎ benevolatrdp.ca/fr/accueil

☎ 9140, boul. Perras   43, 48, 49, 449

Accueil, formation, orientation des bénévoles.
Clinique d'impôt, Activités intergénérationnelles,
accompagnement aux rendez-vous médicaux et
autres services.

CALACS

Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel



☎ 1 (877) 717-5252

☎ rqcalacs.qc.ca

Services gratuits d'aide, d'écoute, d'information, de
références et d'accompagnement.

CAVAC

Centre d'aide aux victimes d'acte criminel



➔ (514) 277-9860 ➔stm M-Beaubien

➔ (514) 645-9333 ➔stm M-Cadillac

➔ cavac.qc.ca



Offre des services gratuits et confidentiels : écoute, information, assistance, orientation et accompagnement aux victimes, ainsi qu'aux proches et témoins.


CENTRE D'ENTRAIDE AUX FAMILLES

➔ (438) 875-5523

Dépannage alimentaire et matériel.

CENTRE COMMUNAUTAIRE MONT-SINAÏ

➔ (514) 494-1675

➔ 9570, boul. Maurice-Duplessis  ➔stm 48,183

Aide alimentaire de fruits et de légumes 3 fois par mois. Distribution de denrées non périssables 1 fois par mois. Aide aux devoirs, cours de français et d'informatique de base.

CENTRE DES FEMMES RDP



➔ (514) 648-1030 | 

➔ cdfrdp.qc.ca

➔ 12017, Avenue Alexis Carrel  43, 49

Accompagne les femmes dans leurs démarches individuelle et collective : relation d'aide, activités éducatives, documentation, halte-garderie et information.

CERCLE DE FERMIERES RDP

➔ (514) 648-9780

➔ cfq.qc.ca

➔ 9140, boul. Perras   43, 48, 49, 449




Maintien et transmission du patrimoine culturel et artisanal du Québec : tissage, bricolage, couture.

CFHI

Centre de la famille haïtienne et interculturelle

➔ (514) 643-1333 

➔ 7650, boul. Maurice-Duplessis  43, 49




Accompagne, soutient l'intégration des nouveaux arrivants et intervient en vue d'améliorer les conditions de vie de toutes les communautés ethnoculturelles.

CHEVALIERS DE COLOMB

➔ (514) 648-7901

➔ chevaliersdecolomb.com

➔ 7580, boul. Gouin Est  48, 432



Organisme au service des paroisses qui offre des services et différentes activités de bienfaisance et de bénévolat.

CLIC

Centre local d'initiatives communautaires en santé mentale du Nord-Est de Montréal

➔ (514) 494-6457

➔ 7995, ave. Blaise-Pascal  43, 49, 44, 449



Centre multiethnique de prévention et d'entraide en santé mentale. Support dans les activités de croissance, de bénévolat, de loisirs et de réinsertion sociale. Offre soutien et écoute. Dépannage alimentaire.

CLUB D'AÎNÉS



Association communautaire
Maria-Auxiliatrice

➔ (514) 648-9424 

➔ 8550, ave. Joliot-Curie   43, 49

Association Italienne d'aide aux personnes âgées RDP

☞ (514) 924-5941  

☞ 7650, boul. Maurice-Duplessis   43, 49

Club de l'âge d'or Butterfly

☞ (514) 648-9839 

☞ 9140, boul. Perras   43, 48, 49, 449


Club de l'âge d'or il Faro

☞ (514) 240-1909 

☞ (514) 648-5691 

Club de sport Bocce RDP

☞ (438) 930-1010 

☞ 7650, boul. Maurice-Duplessis  43, 49

Les doyens RDP

☞ (514) 648-2195

☞ lesdoyensderdp.blogspot.ca



Fédération Force Active de 50 ans et plus

☞ 1 (800) 828-3344

☞ montreal.fadoq.ca

Le Fiamme d'Oro

➔ (514) 494-7952 

➔ 7650, boul. Maurice-Duplessis   43, 49

Groupe folklorique Abruzzesse

➔ (514) 881-9144 

➔ 7650, boul. Maurice-Duplessis   43, 49

CLUB OPTIMISTE, SISCO QUÉBEC Colombo-Montréal

➔ (514) 494-5730



Promeut une vision optimiste de la vie, afin de toujours mieux servir les jeunes, les collectivités et le monde.

CDC RDP

Corporation de développement
communautaire de RDP

➔ (514) 494-8883

➔ cdcrdp.org

➔ 9140, boul. Perras   43, 48, 49, 449



Travaille au mieux-être de la communauté en favorisant la concertation et le développement communautaire. Est également mandataire de la Table de développement social du quartier.

DÉPENDANCES

Alcooliques Anonymes

➔ (514) 376-9230

➔ aa87.org



Al-Anon (pour les proches d'alcooliques)

➔ (514) 866-9803

➔ al-anonmontreal.org/accueil



Jeu

➔ 1 (800) 461-0140

➔ jeu-aidereference.qc.ca

Drogues

➔ 1 (800) 265-2626

➔ drogue-aidereference.qc.ca

DÉPRIMÉS ANONYMES

➔ (514) 278-2130

➔ deprimesanonymes.org



Service d'écoute et groupes d'entraide en santé mentale, difficultés psychologiques et émotionnelles. Service 7 jours de 8 h à minuit.

Éco-quartier de la Pointe-aux-Prairies

➔ (514) 648-9177 

➔ ecopap.ca

➔ 9140, boul. Perras   43, 48, 49, 449

Sa mission est d'améliorer de façon permanente la qualité de l'environnement par la participation et l'initiative des citoyens de l'arrondissement Rivière-des-Prairies Pointe-aux-Trembles.

SERVICE DES CRISES RÉOLUTION


➔ (514) 351-9592

Évaluation, référence et intervention lors de crises psychosociales ou psychiatriques, avec ou sans idées suicidaires : ligne téléphonique, hébergement temporaire. Support aux endeuillés. Services 24/7.

ÉPISOLE

ÉPICERIE SOLIDAIRE de l'Est

➔ (514) 965-1887

➔ 12253, boul. Langelier, suite 4  48+33, 43, 49

Offre à moindre coût une épicerie avec livraison à domicile où l'engagement communautaire de chacun est mis à contribution.

ÉQUIPE RDP



➔ (514) 419-5648

➔ 9140, boul. Perras  43, 48, 49, 449

**Volet loisir (situé au centre communautaire)*

Contribue au développement social et à l'amélioration de la qualité de vie de la population en offrant des programmes de loisirs et d'intervention sociale.

ÉVASION

Centre de jour alternatif



➔ (514) 738-5151

➔ centreevasion.com

Offre de répit pour les proches aidants d'aînés en perte d'autonomie : service offert de jour, possibilité de répit à domicile. Point de service dans l'Est de Montréal.

GAI-ÉCOUTE

➔ (514) 866-0103 

➔ gaiecoute.org



Services relatifs à l'orientation sexuelle. Écoute, information, clavardage et aide à la navigation dans Internet. Confidentiel, anonyme et gratuit.

LA GENTIANE

➔ lagentiane.org



Site internet d'entraide. Conseils de base sur la façon de vivre un deuil, ainsi qu'entraide et accompagnement mutuels.

INFOLOGIS

➔ (514) 354-7373 

➔ infologis.ca



Informe les locataires sur leurs droits et obligations en ce qui a trait au logement. Rencontre individuelle, préparation à l'audience et aide aux formulaires.

INTERGÉNÉRATIONS QUÉBEC

➔ (514) 382-0310

➔ intergenerationsquebec.org



Fait la promotion du rôle des échanges intergénérationnels dans le renforcement des mailles du tissu social.

J EUNESSE AU SOLEIL



➔ (514) 842-1214 

➔ (514) 842-6822

➔ sunyouthorg.com/fr

Services d'urgence (alimentaire, matériel, santé) et de loisir. Service à domicile sur demande.

LIGNE RÉFÉRENCE-AÎNÉS

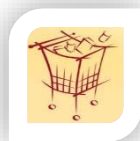


➔ (514) 527-0007 

➔ tcaim.org

Ouvert de 9 h 30 à 16 h en semaine, elle vous informe et vous guide dans les domaines de la santé, des services fédéraux, provinciaux, municipaux, régionaux, communautaires et d'utilité publique.

MAGASIN PARTAGE



➔ (514) 643-1333

➔ regroupementpartage.org

Épicerie communautaire : 2 fois par année, accessible pour les personnes à faible revenu (selon certains critères).

MAISON MONBOURQUETTE

➔ 1 (888) 533-3845

➔ maisonmonbourquette.com



Offre des ressources et du soutien aux personnes vivant un deuil à la suite du décès d'un proche, ainsi que des formations pour bénévoles, professionnels et de la sensibilisation grand public.

OBSERVATOIRE VIEILLISSEMENT ET SOCIÉTÉ

➔ (514) 340-3540 #3927 

➔ ovs-oas.org



A pour mission de promouvoir, étudier et défendre l'aîné dans tous les domaines de la société.

OMHM

Office municipal d'habitation de Montréal

➔ (514) 872-6442

➔ omhm.qc.ca



Organisme public responsable de l'habitation et de la gestion des habitations à loyer modique (H.L.M.) pour l'île de Montréal.

OPTION CONSOMMATEUR

➔ (514) 598-7288

➔ option-consommateurs.org/



Association qui a pour mission de promouvoir et de défendre les intérêts des consommateurs ainsi que de veiller à ce qu'ils soient respectés.

PASSEPORT SANTÉ

➔ passeportsante.net



Offre de l'information pratique, fiable, objective et indépendante sur la prévention de la maladie et l'acquisition de saines habitudes de vie.

LES PETITS FRÈRES

➔ (514) 527-8653 

➔ petitsfreres.ca



Accueille et accompagne les personnes seules, âgées de 75 ans et plus, afin de contrer leur isolement en créant autour d'elles une famille engagée et fidèle jusqu'à la fin de leur vie.

PHOBIES ZÉRO



➔ (514) 276-3105

➔ phobies-zero.qc.ca

Offre écoute et soutien aux personnes souffrant d'un trouble panique, d'un trouble obsessionnel compulsif (TOC) ou d'un autre trouble anxieux.

PROMIS

➔ (514) 345-1615 

➔ promis.qc.ca



Rencontres personnalisées et sessions de groupe. Accueil, intégration, francisation, aide à l'emploi, soutien scolaire, action alimentaire, hébergement et autres. Offert dans plus de 10 langues.

R

EGROUPEMENT DES AIDANTES ET AIDANTS NATURELS DE MONTRÉAL

➔ (514) 374-1056

➔ raanm.net



Contribue à l'amélioration des conditions de vie des proches aidants notamment par une offre de répit.

RÉPIT-RESSOURCE



☎ (514) 353-1479 

☎ repit-ressource.com

Entretien ménager pour les 65 ans et plus, à tarif variable.

RÉSEAU HOMMES QUÉBEC



☎ (514) 276-4545 #1

☎ rhquebec.org

Réseau de groupes d'écoute, de parole et d'entraide afin de permettre aux hommes d'accroître leur estime de soi et leur rayonnement personnel.

RIEN QUE DU GRATUIT



☎ rienquedugrattuit.ca

Répertorie tous les coupons, échantillons, sondages, concours et autres occasions de magasiner pour moins cher, voire gratuitement.

SOCIÉTÉ CANADIENNE DU CANCER



☎ (514) 255-5151 

☎ cancer.ca

Vise la disparition du cancer et l'amélioration de la qualité de vie des personnes atteintes. Offre du soutien aux personnes endeuillées par le cancer.

SOCIÉTÉ ALZHEIMER DE MONTRÉAL

➔ (514) 369-0800 

➔ alzheimer.ca/fr/montreal



Vise à alléger les conséquences sociales et personnelles de la maladie d'Alzheimer et des maladies apparentées, ainsi qu'à promouvoir la recherche de leurs causes et remèdes.

SOCIÉTÉ HISTORIQUE RDP

➔ (514) 332-0102

➔ societe-historique-rdp.org

➔ 9140, boul. Perras   43, 48, 49, 449



Organisme voué à promouvoir l'histoire et à diffuser l'information sur les différents sites du quartier.

SOCIÉTÉ DE SOINS PALLIATIFS

➔ (514) 272-7200 

➔ societedesoinspalliatifs.com



Offre soins et services à toute personne atteinte de cancer en phases préterminal et terminal, et qui désire vivre à domicile la dernière étape de sa vie.

SOCIÉTÉ ST-VINCENT-DE-PAUL

Vestiaire Ste-Marthe

➔ (514) 881-1655 

➔ 8280, boul. Gouin Est  44



Vestiaire St-Joseph

➔ (514) 643-0590 

➔ 11627, boul. Rivière-des-Prairies

Dépannage alimentaire, comptoir de vêtements, activités sociales. Contactez le vestiaire le plus proche de chez vous pour connaître ses services.

SOS VIOLENCE CONJUGALE

➔ 1 (800) 363-9010

➔ sosviolenceconjugale.ca



Service 24/7 offrant accueil, évaluation, références et hébergement pour toute personne confrontée à la violence conjugale.

SPCA

Société Canadienne pour la Prévention de la Cruauté envers les Animaux

➔ (514) 735-2711 #1 

➔ spca.com



Travaille à protéger les animaux contre la négligence, les abus et l'exploitation; représenter leurs intérêts et assurer leur bien-être; favoriser la conscientisation et la compassion du public.

SUICIDE ACTION MONTRÉAL

➔ (514) 723-4000 

➔ suicideactionmontreal.org



Service d'écoute 24/7, information et référence pour les intervenants, sentinelles et pour toute personne ou proche de personne ayant des idées suicidaires.

TANDEM

➔ (514) 648-8104 



Programme qui promeut la sécurité et le sentiment de sécurité dans la communauté par des actions préventives et l'implication citoyenne.

TEL- AINÉS

➔ (514) 353-2463

➔ tel-ecoute.org



Offre à toute personne en situation de précarité ou de détresse psychologique, des services gratuits, anonymes et confidentiels d'écoute active, de prévention du suicide et de référence. 7 jours, de 10 h à 22 h. Rencontres individuelles et de groupe.

UTAPI



Université du troisième âge à la pointe-de-l'île

➔ (514) 872-2264

➔ utapi.ca

Offre des cours et session d'études sur divers sujets. Aucun examen ni préalable académique. Cependant, obligation de payer une minime cotisation à chaque session pour en être membre.

AUTRES ORGANISATIONS

AIDE JURIDIQUE DE MONTRÉAL

➔ (514) 864-8833 

➔ ccjm.qc.ca

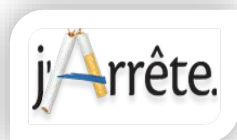


Aide juridique (faible revenu) en droit civil et social, familial, criminel, de la jeunesse et de l'immigration.

J'ARRÊTE

➔ (514) 642-4050 #77399

➔ jarrete.qc.ca



Service d'accompagnement, d'information, d'écoute et de stratégie pour cesser de fumer et contrer les effets du sevrage du tabac.

BARREAU DE MONTRÉAL

➔ (514) 866-9392 

➔ barreaudemontreal.qc.ca



Association d'avocats qui offrent des services liés au droit : accès à la justice, trouver un avocat, médiation, aide juridique, recours collectif.

CENTRE DE RÉFÉRENCE DU GRAND MONTRÉAL



➔ (514) 527-1375 

➔ info-reference.qc.ca

Offre de l'information sur les ressources sociales et communautaires de Montréal.

CHAMBRE DES NOTAIRES



➔ (514) 879-1793 

➔ cnq.org

Service d'information juridique de base. Aucun service d'avis juridique.

CLINIQUE D'INFORMATION JURIDIQUE

➔ (514) 398-6792 

➔ licm.mcgill.ca



Bilingue et gratuite, elle est opérée par des étudiants de l'Université McGill pour les populations marginalisées du Québec.

COMMISSION DES DROITS DE LA PERSONNE ET DES DROITS DE LA JEUNESSE DU QUÉBEC

⇒ (514) 873-5146 

⇒ cdpdj.qc.ca

⇒ 360, rue St-Jacques   49



Veille à la promotion et au respect des droits au seul bénéfice des citoyens et dans l'intérêt du public. Offre des services d'enquête, de médiation, de représentation judiciaire et de service-conseil.

COMPLEXE SPORTIF MARIE-VICTORIN

⇒ (514) 328-3828

⇒ complexesportifmarievictorin.com

⇒ 7000, boul. Maurice-Duplessis   49



Le complexe offre des activités sportives et récréatives variées.

LE CYBERCONSOMMATEUR AVERTI

⇒ consommateur.qc.ca/cyber/



Offre des conseils permettant de mieux se protéger lorsque l'on fait des achats en ligne.

ÉCOLE DE MUSIQUE 7000

➔ (514) 328-3817

➔ (514) 325-0150 #3878 (*spectacles*)

➔ salledesilets.com/ecole-de-musique

➔ 7000, rue Marie-Victorin  49

Pour apprendre un instrument de musique ou assister à des spectacles.

PROGRAMME PAIR

➔ 1 (877) 997-7247

➔ programmepair.com



Appel téléphonique automatisé qui joint les aînés à domicile pour s'assurer de leur bon état de santé.

SERVICE ATS

Pour malentendant



➔ Bell 1 (800) 268-9243

➔ Vidéotron (514) 380-7143

Offert par votre fournisseur de service téléphonique. Nécessite un décodeur. Un intervenant vous aidera à joindre la ressource désirée. Certaines ressources mentionnées dans ce bottin sont accessibles via ce service, il suffit de leur demander.

AGENCE DU REVENU DU CANADA



➔ Informations : 1 (800) 267-6999

➔ Impôts : 1 (800) 959-7383

➔ cra-arc.gc.ca/tx/ndvdl/sgmnts/snrs/menu-fra.html

PENSIONS ET PRESTATIONS

➔ 1 (800) 277-9915

➔ 1 (800) 277-9914

➔ servicecanada.gc.ca/fra/services/pensions/index.shtml

AUTRES SERVICES

➔ Information : 1 (800) 622-6232

➔ Information : 1 (800) 926-9105

GOVERNEMENT DU QUEBEC

Note : Cette section comprend les services ministériels, les sociétés d'État et le réseau de la santé.

AGRESSIONS SEXUELLES

➔ (514) 933-9007

➔ agressionssexuelles.gouv.qc.ca

Ressources d'aide pour victimes et agresseurs.

CIUSSS EIM

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Est-de-l'Île-de-Montréal

CLSC de RDP

➔ (514) 494-4924

➔ 8655, boul. Perras   43, 48

Offre des services aux aînés et aux personnes en perte d'autonomie incluant une évaluation de l'état de votre santé, des conseils sur la nutrition et les saines habitudes de vie, de la prévention sur les chutes, une évaluation des besoins en adaptation du domicile, un répit aux proches aidants, des soins d'assistance, des soins infirmiers, du soutien psychologique et de fin de vie, un service de vaccination, de l'entretien ménager, etc.

Centre d'éducation pour la santé

⇒ (514) 642-4050 #77506

Dédié à la promotion de saines habitudes de vie (alimentation, activité physique, non-tabagisme).

Commissaire aux plaintes

⇒ (514) 251-4000 #2920

Commissaire local prenant en compte les plaintes ou commentaires sur la qualité des services du CIUSSS.

Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes

⇒ (514) 861-5998

Service offert pour vous assister dans la formulation de vos diverses plaintes.

Médecin de famille

⇒ (514) 356-2572 #73612

Si vous recherchez un médecin de famille, appelez ce numéro. Vous pouvez également vous inscrire en ligne à l'adresse suivante :

www4.prod.ramq.gouv.qc.ca/GRL/LM_GuichAccesMdFamCitoy/fr

Info-santé

➔ 811

➔ sante.gouv.qc.ca/systeme-sante-en-bref/info-sante-8-1-1/

Service téléphonique 24/7 pour lequel une infirmière répond à certaines de vos questions sur la santé, vous renseigne sur les cliniques médicales les plus proches ou vous dirige vers le bon service dans le système de santé et des services sociaux.



CURATEUR PUBLIC

➔ 1 (800) 363-9020

➔ curateur.gouv.qc.ca

S'assure que toute décision relative aux personnes ou à leurs biens est prise dans leur intérêt, le respect de leurs droits et la sauvegarde de leur autonomie.

INSTITUT NAZARETH & LOUIS-BRAILLE

➔ (450) 463-1710

➔ inlb.qc.ca 



Centre de réadaptation au service des personnes ayant une perte de vision partielle ou totale.

LIGNE AIDE ABUS AÎNÉS

➔ (514) 489-2287

➔ aideabusaines.ca



Ligne d'écoute et de référence spécialisée en matière de maltraitance envers les aînés.

OPHQ

Office des personnes handicapées du Québec

➔ 1 (800) 567-1465

➔ 1 (800) 567-1477

➔ ophq.gouv.qc.ca

Ressource d'aide pour les personnes handicapées.

OPC

Office de protection du consommateur

➔ (514) 253-6556

➔ opc.gouv.qc.ca

Surveille l'application des lois sous sa responsabilité, informe les consommateurs, les éduque et reçoit leurs plaintes.

PROTECTEUR DU CITOYEN



➔ 1 (800) 463-5070

➔ protecteurducitoyen.qc.ca

Examine les plaintes des personnes, entreprises, associations ou groupes qui croient avoir été traités de manière injuste ou incorrecte par un ministère ou un organisme du gouvernement du Québec ou du réseau de la santé et des services sociaux.

RAMQ

Régie de l'assurance-maladie du Québec

➔ (514) 864-3411

➔ ramq.gouv.qc.ca

Pour toute information sur l'assurance-maladie.

RÉGIE DU LOGEMENT

➔ (514) 873-2245

➔ rdl.gouv.qc.ca

Informe sur les droits et obligations reliés au bail, favorise l'entente entre propriétaires et locataires.

RRQ

Régime des rentes du Québec

➔ (514) 873-2433

➔ rrq.gouv.qc.ca

Pour toute information sur les rentes et pensions.

REVENU QUÉBEC

- ➔ Programme d'aide, d'impôt et de crédits
(514) 864-6299
- ➔ Crédit d'impôt pour solidarité
(514) 940-1481
- ➔ revenuquebec.ca/fr/citoyen/situation/aines/default.aspx

SAAQ

Société de l'assurance automobile du Québec

- ➔ (514) 873-7620
- ➔ saaq.gouv.qc.ca

Immatriculation, permis, assurances, etc.

SERVICES POUR MALENTENDANTS

- ➔ (514) 873-4455 

Pour obtenir les services du gouvernement avec un appareil téléphonique adapté aux personnes malentendantes.

SHQ

Société d'habitation du Québec

➔ 1 (800) 463-4315

➔ habitation.gouv.qc.ca

Favorise l'accès des citoyens à des conditions adéquates de logement. Contribue aussi à l'amélioration de l'habitat et soutient les initiatives communautaires, la recherche et le développement dans l'industrie de l'habitation.

SPVM

Service de Police de la Ville de Montréal

Poste 45

➔ (514) 280-0145

➔ spvm.gc.ca/fr/pdq45

➔ 8200, boul. Maurice-Duplessis ➔ [stm](#) 43, 49



Renseignements sur le service de police de votre quartier, c'est-à-dire le Poste 45.

STM

Société de Transport de Montréal

➔ (514) 786-4636

➔ stm.info

➔ stm.info/fr/infos/reseaux/bus/navettes-or



Services courants et Navette Or.

TRANSPORT QUÉBEC

➔ 511

➔ quebec511.info

Pour connaître l'état des routes au Québec.

AUTRES SERVICES

➔ (514) 644-4545

➔ (514) 873-4626 

Pour toute information générale sur les services offerts par le gouvernement du Québec.

SERVICES MUNICIPAUX

311

➔ **Information générale : 311**

➔ ville.montreal.gc.ca

➔ accessculture.com



➔ *Le site internet de la ville est accessible aux personnes qui ont des difficultés de lecture et à celles qui ont des incapacités intellectuelles.*

BIBLIOTHÈQUE

➔ **(514) 872-9425**

➔ Service biblio-courrier : **(514) 872-2901**


➔ bibliomontreal.com

➔ 9001, boul. Perras  43, 48, 49, 449

Programmation diversifiée et axée sur la culture.
Calendrier culturel disponible.

CENTRE AQUATIQUE

➔ (514) 872-9322

➔ 12515, boul. Rodolphe-Forget  43, 48, 49, 449

Piscine publique.

CENTRE COMMUNAUTAIRE


➔ (514) 872-9815

➔ 9140, boul. Perras  43, 48, 49, 449

Offre des services de loisirs et héberge plusieurs organismes communautaires.

CENTRE RÉCRÉATIF

➔ (514) 872-2900

➔ 7650, boul. Maurice-Duplessis  43, 49

Offre des services de loisirs.

LIGNE ÉTHIQUE

➔ 1 (866) 232-8803

Pour signaler tout acte répréhensible en lien avec la gestion des affaires de la Ville. Confidentiel.

MAISON DE LA CULTURE

➔ (514) 872-9814

➔ 8000, boul. Gouin Est

Favorise l'accès à la culture pour tous. Contact avec des manifestations culturelles et professionnelles sous diverses formes.

SERVICE DE SÉCURITÉ INCENDIE DE MONTRÉAL

Éducation au public

➔ (514) 872-4684

➔ ville.montreal.qc.ca/sim




Prévention, inspection, plainte

➔ (514) 280-0879

CLINIQUES MÉDICALES

Clinique médicale GMF 8260 & Physiothérapie RDP

☎ (514) 643-1113

☎ 8260, boul. Maurice-Duplessis  43, 49

Clinique RDP

☎ (514) 494-1603

☎ 12021, 15^e Avenue  43, 49

GMF Centre médical Saint-André

☎ (514) 648-6888

☎ 8113, ave. André-Ampère

HOPITAUX

Note : Ceci est une liste partielle des hôpitaux.

Hôpital général de Montréal

- ➔ (514) 934-1934 #43008 pour le bénévolat
- ➔ (514) 934-1934 (info générale)
- ➔ cusc.ca/mgh/dashboard
- ➔ 1650, ave. Cedar

Hôpital Maisonneuve-Rosemont

- ➔ (514) 252-3400
- ➔ maisonneuve-rosemont.org
- ➔ 5415, boul. de l'Assomption

Centre Hospitalier de l'Université de Montréal

- ➔ (514) 890-8000
- ➔ chumontreal.qc.ca
- ➔ 1560, rue Sherbrooke Est

Hôpital Santa-Cabrini

- ➔ (514) 252-6000
- ➔ santacabrini.qc.ca
- ➔ 5655, rue St-Zotique Est

Institut universitaire en santé mentale de Montréal

➔ (514) 251-4000

➔ iusmm.ca

➔ 7401, rue Hochelaga

Institut universitaire de gériatrie de Montréal

➔ (514) 340-2800

➔ iugm.qc.ca

➔ 4565, chemin Queen-Mary

Institut de cardiologie

➔ (514) 376-3330

➔ icm-mhi.org

➔ 5000, rue Bélanger

Une large banque d'interprètes est disponible sur demande.

RÉSIDENCES POUR AINÉS

Note : Liste non exhaustive des résidences du quartier.

Important : Veuillez vérifier avec la résidence quels sont les accommodements et dispositions disponibles selon votre situation personnelle.

Au fil de l'eau

☞ (514) 327-4411

☞ aufildeleau.net

☞ 7015, boul. Gouin Est  33,48X,0r-252,0r-257

Château Beaurivage

☞ (514) 323-7222

☞ residencesazur.com

☞ 6880, boul. Gouin Est  33,48X,0r-252,0r-257

Cité-Rive

☞ (514) 329-4000

☞ citerive.com

☞ 7095, boul. Gouin Est  33,48X,0r-252,0r-257

Complexe Gouin-Langelier

☞ (514) 324-8673

☞ residencesazur.com

☞ 6700, boul. Gouin Est  33,48X,0r-252,0r-257

Lionel-Bourdon

☞ (514) 648-9505

☞ residencesenharmonie.qc.ca

☞ 12100, boul. Rodolphe-Forget  48, 48X, 49, Or-257

Marcel-Roy

☞ (514) 321-9328

☞ 7130, rue Marie-Victorin  Or-257

Pavillon Montfort

☞ (514) 323-5332

☞ lesresidences.com

☞ 7250, rue Marie-Victorin  Or-257

Rivière-des-Prairies

☞ (514) 648-2010

☞ 9900, boul. Gouin Est  Or-257

Tours Gouins

☞ (514) 322-7532

☞ lestoursgouin.com/index.html

☞ 6835, boul. Gouin Est  33, 48X, Or-252, Or-257

TAXIS

Taxi Boisjoly, Rosemont, Villeray   

➔ (514) 252-1313

➔ taxirosemont.com

Taxi Coop de l'est    

➔ (514) 352-6000

➔ coopdelesttaxi.com

Taxi para-adapté 

➔ (514) 277-3344

NOTES PERSONNELLES

Un bottin utile et agréable

La Table des aînés de Rivière-des-Prairies a pour mandat de permettre à tous de reconnaître l'importance des aînés dans notre société.

Lors de l'écriture du plan d'action 2014-2017, les participants de la Table se sont donnés comme objectif de mettre à jour l'outil de référence pour les ressources aînées disponibles dans le quartier.

Ce bottin regroupe donc la plupart des organisations offrant des services aux aînés. Il a été conçu pour être facile à lire et à utiliser.

Nous espérons ainsi que cet outil saura répondre à vos attentes!



Table de concertation des aînés
de Rivière-des-Prairies