

MRC des Maskoutains

# Guide d'information pour les aînés



Édition 2026

MRC des  
Maskoutains



# TABLE DES MATIÈRES

---

<b>PRÉSENTATION</b> .....	<b>4</b>
<b>PUBLICATIONS DE LA MRC ET DATES À RETENIR</b> .....	<b>5</b>
<b>MRC DES MASKOUTAINS</b> .....	<b>6</b>
Carte du territoire .....	7
<b>ORGANISMES RÉGIONAUX</b>	
Action Emploi .....	8
Aide pédagogique aux adultes et aux jeunes (APAJ)	
Association coopérative d'économie familiale (ACEF) Montérégie-Est	
Association des personnes aphasiques du Richelieu-Yamaska (APARY)	
Association des stomisés de la Montérégie	
Association des traumatisés cranio-cérébraux de la Montérégie (ATCCM)	
Association féminine d'éducation et d'action sociale (Afeas régionale Richelieu-Yamaska) .....	9
Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) Richelieu-Yamaska	
Association québécoise pour le loisir des personnes handicapées (AQLPH)	
Carte accompagnement loisir (CAL)	
Centre d'action bénévole Région Saint-Hyacinthe	
Centre de femme L'Autonomie en soiE	
Centre de la Famille St-Pie .....	10
Centre de réadaptation en dépendance (CRD) Le Virage (accueil centralisé)	
Centre Louise Bibeau	
Centre psychosocial Richelieu-Yamaska	
Collectif de défense des droits de la Montérégie (CDDM)	
Comité Logemen'mêle	
Conseil des aveugles de Saint-Hyacinthe inc. ....	11
Contact Richelieu-Yamaska	
Coopérative aux p'tits soins	
Entraide pour hommes	
Équijustice Richelieu-Yamaska	
FADOQ — Région Richelieu-Yamaska	
Fédération de la famille Richelieu-Yamaska .....	12
Groupement des Associations de Personnes Handicapées de Richelieu-Yamaska (GAPHRY)	
Institut Nazareth et Louis-Braille	
JAG organisme LGBT+	
La Clé sur la Porte	
La Maison de la Famille des Maskoutains	
La Mie Comptoir alimentaire .....	13
La Moisson Maskoutaine	
Le Phare Saint-Hyacinthe et régions inc.	
Les Amis du Crépuscule	
Maison alternative de développement humain (MADH)	
Office d'habitation des Maskoutains et d'Acton (OHMA)	

Parrainage civique des MRC d'Acton et des Maskoutains .....	14
Regroupement maskoutain des utilisateurs du transport adapté (RMUTA)	
Sclérose en plaques St-Hyacinthe - Acton	
Société Alzheimer des Maskoutains - Vallée des Patriotes	
Société canadienne du cancer	
Trait d'union Montérégien (TUM)	
Université du troisième âge.....	15
Zone Loisir Montérégie	
<b>ACTIVITÉS DE SENSIBILISATION .....</b>	<b>15</b>
Aîné-Avisé	
Dans la peau d'un aîné	
<b>AIDE AUX AÎNÉS .....</b>	<b>15</b>
Café des aînés l'Harmonie	
RADAR	
<b>SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX .....</b>	<b>16</b>
Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP)	
CLSC des Maskoutains	
Hôpital Honoré-Mercier	
Centre d'hébergement de l'Hôtel-Dieu-de-Saint-Hyacinthe	
Centre d'hébergement Andrée-Perrault	
Info-Santé 811	
Urgence 911	
La Popote roulante	
<b>SERVICES D'AIDE ET D'ÉCOUTE .....</b>	<b>17</b>
Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC)	
Centre d'aide pour victimes d'agression sexuelle (CAVAS)	
Centre d'Écoute Montérégie	
Ligne Aide Maltraitance Adultes Aînés	
SOS Violence conjugale	
Tel-Aide	
<b>TRANSPORT .....</b>	<b>18</b>
Transport adapté de la MRC des Maskoutains	
Transport collectif régional de la MRC des Maskoutains	
Transport urbain, Ville de Saint-Hyacinthe	
Taxi Windsor Saint-Hyacinthe inc.	
Les Taxis Maska	
EXO	
<b>SERVICES GOUVERNEMENTAUX .....</b>	<b>19</b>
Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ)	
Service Canada	
Services Québec	
<b>LIENS ET INFORMATIONS UTILES .....</b>	<b>19</b>
TOUGO	
Programme Intégré d'Équilibre Dynamique (PIED)	



**Monsieur Simon Giard**

Préfet de la MRC des Maskoutains  
Maire de Saint-Simon



**Madame Louise Arpin**

Présidente de la Commission permanente de la famille  
Mairesse de La Présentation

## Grandement apprécié, en particulier par les aînés!

Nous sommes fiers de vous présenter la 5<sup>e</sup> édition du *Guide d'information pour les aînés* de la MRC des Maskoutains, un document qui répertorie les services offerts aux aînés sur notre territoire tout en leur fournissant les coordonnées des organismes locaux.

Le présent guide constitue une importante source d'information pour les citoyens et citoyennes de tous âges ainsi que pour les municipalités, les intervenants du milieu et les proches aidants.

La MRC a adopté sa première Politique des aînés il y a plus de dix ans déjà, après avoir entrepris une démarche pour devenir une Municipalité amie des aînés (MADA). C'est aussi depuis ce temps qu'elle publie et met à jour, chaque deux ans, son *Guide d'information pour les aînés*, qui fait dorénavant partie du paysage maskoutain tant il est apprécié.

En plus du Guide, la MRC publie un bulletin d'information papier et une infolettre intitulés *La MRC, amie des aînés* qui sont offerts gratuitement et qui fournissent des renseignements sur les services disponibles sur le territoire et sur divers sujets d'actualité. Nous vous invitons à vous abonner sur le site de la MRC pour recevoir l'infolettre qui est diffusée quatre fois par année.

En ce qui concerne le Guide, n'hésitez pas à nous faire part de vos commentaires ou suggestions à [info@mrcdesmaskoutains.ca](mailto:info@mrcdesmaskoutains.ca) ou en communiquant avec nous au 450 774 3141, poste 3134.



*La MRC, amie des aînés*, édition papier et infolettre, sont diffusés gratuitement quatre fois par année.

Visitez le site web de la MRC pour vous abonner à l'infolettre :

**[mrcmaskoutains.qc.ca](http://mrcmaskoutains.qc.ca)**



La *Politique régionale des aînés de la MRC* est disponible en ligne sur notre site :

**[www.mrcmaskoutains.qc.ca/mrc-amie-des-aines](http://www.mrcmaskoutains.qc.ca/mrc-amie-des-aines)**.

Pour vous procurer une version papier, veuillez transmettre votre demande à **[info@mrcdesmaskoutains.ca](mailto:info@mrcdesmaskoutains.ca)** ou communiquer avec nous au **450 774-3141, poste 3134**.



La MRC des Maskoutains propose également aux citoyens et citoyennes de son territoire une infolettre mensuelle portant sur divers sujets d'actualité régionale. Il est possible de s'y abonner directement à partir de la page d'accueil de notre site : **[mrcdesmaskoutains.ca](http://mrcdesmaskoutains.ca)**

Sur notre site Web ainsi que dans les journaux locaux, vous pouvez également lire nos chroniques intitulées *La MRC vous informe*, lesquelles sont aussi accessibles en ligne.

## DATES À RETENIR



### 15 JUIN

Journée mondiale de sensibilisation à la maltraitance des personnes âgées

### 1<sup>er</sup> OCTOBRE

Journée internationale des personnes âgées

# MRC DES MASKOUTAINS

---



## LA PRÉSENTATION

450 796-2317 / [municipalitelapresentation.qc.ca](http://municipalitelapresentation.qc.ca)



## SAINT-BARNABÉ-SUD

450 792-3030 / [saintbarnabesud.ca](http://saintbarnabesud.ca)



## SAINT-BERNARD-DE-MICHAUVILLE

450 792-3190 / [saintbernarddemichaudville.qc.ca](http://saintbernarddemichaudville.qc.ca)



## SAINT-DAMASE

450 797-3341 / [st-damase.qc.ca](http://st-damase.qc.ca)



## SAINT-DOMINIQUE

450 774-9939 / [municipalite.saint-dominique.qc.ca](http://municipalite.saint-dominique.qc.ca)



## SAINTE-HÉLÈNE-DE-BAGOT

450 791-2455 / [sainteheleenedebagot.com](http://sainteheleenedebagot.com)



## SAINTE-MADELEINE

450 795-3822 / [stemadeleine.quebec](http://stemadeleine.quebec)



## SAINTE-MARIE-MADELEINE

450 795-6272 / [sainte-marie-madeleine.ca](http://sainte-marie-madeleine.ca)



## SAINT-HUGUES

450 794-2030 / [saint-hugues.com](http://saint-hugues.com)



## SAINT-HYACINTHE

450 778-8300 / [st-hyacinthe.ca](http://st-hyacinthe.ca)



## SAINT-JUDE

450 792-3855 / [saint-jude.ca](http://saint-jude.ca)



## SAINT-LIBOIRE

450 793-2811 / [st-liboire.ca](http://st-liboire.ca)



## SAINT-LOUIS

450 788-2631 / [saint-louis.ca](http://saint-louis.ca)



## SAINT-MARCEL-DE-RICHELIEU

450 794-2832 / [saintmarcelderichelieu.ca](http://saintmarcelderichelieu.ca)



## SAINT-PIE

450 772-2488 / [villest-pie.ca](http://villest-pie.ca)



## SAINT-SIMON

450 798-2276 / [saint-simon.ca](http://saint-simon.ca)



## SAINT-VALÉRIEN-DE-MILTON

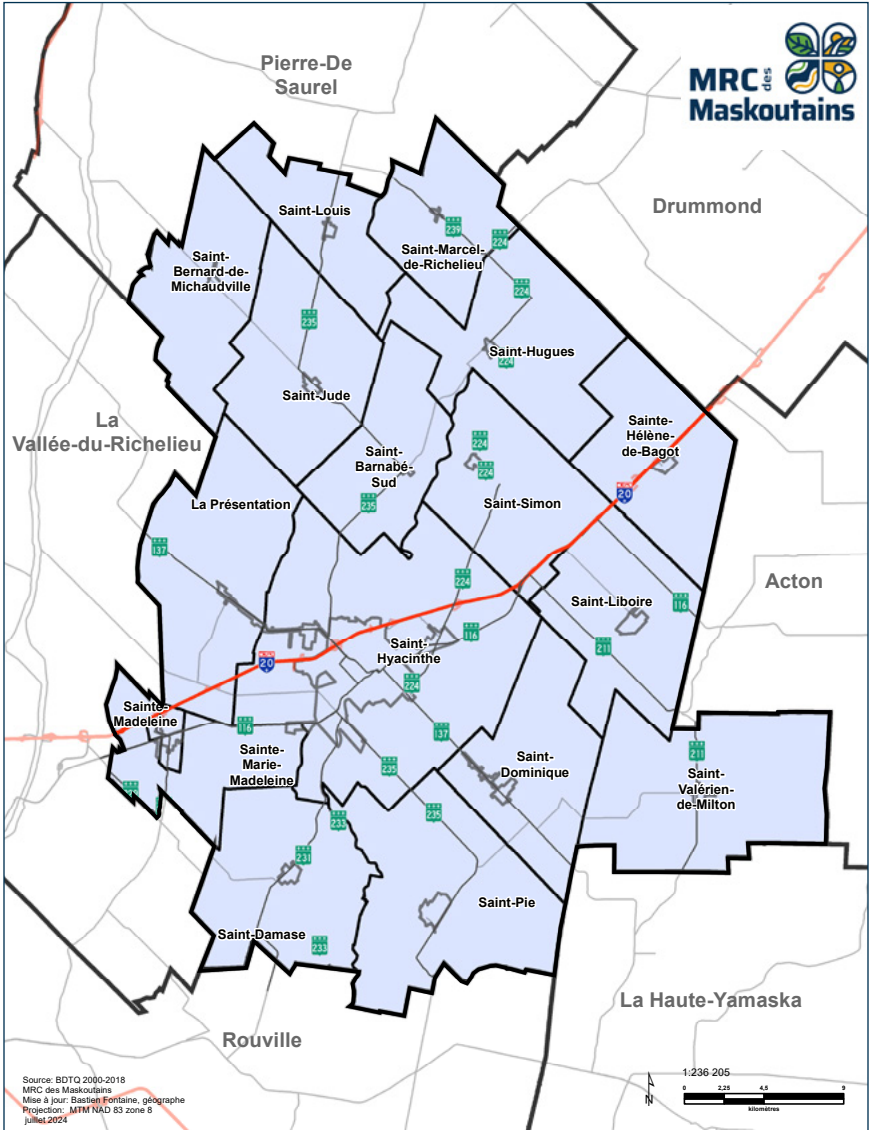
450 549-2463 / [st-valerien-de-milton.qc.ca](http://st-valerien-de-milton.qc.ca)



## MRC DES MASKOUTAINS

Superficie de 1 312 km<sup>2</sup>

17 municipalités



# ORGANISMES RÉGIONAUX

---



## **ACTION EMPLOI**

Offre un service spécifiquement dédié aux personnes de 50 ans et plus qui se cherchent un emploi.

**450 773-8888**

**centrevillesainthyacinthe.com/repertoire/**

**action-emploi-2**

**info@action-emploi.ca**



## **ASSOCIATION DES PERSONNES APHASIQUES DU RICHELIEU-YAMASKA (APARY)**

Informe, soutient et offre des services aux personnes aphasiques et à leurs proches.

**450 768-3760**

**aphasieapary.org**

**info@aphasieapary.org**



## **AIDE PÉDAGOGIQUE AUX ADULTES ET AUX JEUNES (APAJ)**

Vise à améliorer les compétences en lecture, écriture et calcul des adultes et des jeunes pour renforcer leur autonomie.

**450 261-0384**

**apaj.ca**

**info@apaj.ca**



## **ASSOCIATION DES STOMISÉS DE LA MONTÉRÉGIE**

Améliore la qualité de vie des personnes stomisées par l'accompagnement, le soutien, l'information et la représentation.

**450 768-3835**

**stomisesmonteregie.ca**

**info@stomisesmonteregie.ca**



## **ASSOCIATION COOPÉRATIVE D'ÉCONOMIE FAMILIALE (ACEF) MONTÉRÉGIE-EST**

Éduque, informe et sensibilise les consommateurs en matière de budget, d'endettement et de consommation responsable.

**450 252-0808**

**acefme.org**

**acefsainthyacinthe@gmail.com**



## **ASSOCIATION DES TRAUMATISÉS CRANIO-CÉRÉBRAUX DE LA MONTÉRÉGIE (ATCCM)**

Offre des services de soutien personnalisés aux personnes ayant subi un traumatisme cranio-cérébral ainsi qu'à leurs proches.

**450 446-1111**

**atccmonteregie.qc.ca**

**atcc@atccmonteregie.qc.ca**



### **ASSOCIATION FÉMININE D'ÉDUCATION ET D'ACTION SOCIALE (AFEAS RÉGIONALE RICHELIEU-YAMASKA)**

Permet aux Québécoises de faire entendre leur voix au niveau parlementaire et organise des rencontres d'échange et des conférences.

450 209-7011  
afeas.qc.ca  
afeasregionalrichelieuyamaska@gmail.com



### **CARTE ACCOMPAGNEMENT LOISIR (CAL)**

Accorde la gratuité d'entrée, dans les endroits participants, à l'accompagnateur d'une personne âgée de 5 ans et plus ayant une déficience ou un problème de santé mentale.

1833 693-2253  
carteloisir.ca  
cal@aqlph.qc.ca



### **ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE DÉFENSE DES DROITS DES PERSONNES RETRAITÉES ET PRÉRETRAITÉES (AQDR) RICHELIEU-YAMASKA**

Défend les droits culturels, économiques, politiques et sociaux des personnes à la retraite.

450 518-3795  
aqdr-ry.org  
aqdrry@aqdr.org



### **CENTRE D'ACTION BÉNÉVOLE RÉGION SAINT-HYACINTHE**

Offre divers services afin de répondre aux besoins des aînés : popote roulante, SécuriCAB, visites amicales, transport et accompagnement médical, clinique d'impôt, dépannage alimentaire, etc.

450 773-4966  
cabrsh.ca  
pavillongb@cabrsh.ca



### **ASSOCIATION QUÉBÉCOISE POUR LE LOISIR DES PERSONNES HANDICAPÉES (AQLPH)**

Encourage le développement du loisir pour les personnes handicapées et favorise leur participation sociale.

819 693-3339  
aqlph.qc.ca  
programme@aqlph.ca



### **CENTRE DE FEMMES L'AUTONOMIE EN SOIE**

Fait de l'éducation populaire, favorise l'entraide, apporte du soutien et de l'aide directe, et contribue à briser l'isolement chez les femmes.

450 252-0010  
cfautonomieensoie.wordpress.com  
infocfaes@gmail.com

# ORGANISMES RÉGIONAUX

---



## **CENTRE DE LA FAMILLE ST-PIE**

Café-causerie, conférences, cardio-aînés, ateliers intergénérationnels, activités de prévention, accompagnement, soutien et références, dont Grand-mère Caresse accueillant un nouveau-né.

**450 772-6828**

[centredelafamillestpie.com](http://centredelafamillestpie.com)

[centredelafamillestpie@gmail.com](mailto:centredelafamillestpie@gmail.com)



## **CENTRE PSYCHOSOCIAL RICHELIEU-YAMASKA**

Soutient la personne vivant avec un problème de santé mentale dans sa recherche d'une qualité de vie optimale au sein de la communauté.

**450 773-1022**

[centrepsychosocial.org](http://centrepsychosocial.org)

[info@cpsry.org](mailto:info@cpsry.org)



## **CENTRE DE RÉADAPTATION EN DÉPENDANCE (CRD) LE VIRAGE (ACCUEIL CENTRALISÉ)**

Aide les personnes qui souffrent d'une dépendance à l'alcool, aux drogues, aux médicaments ou au jeu.

**450 443-4413**

[santemonteregie.qc.ca/services/  
dependances](http://santemonteregie.qc.ca/services/dependances)

[accueil.dependance.cisssmo16@ssss.  
gouv.qc.ca](mailto:accueil.dependance.cisssmo16@ssss.gouv.qc.ca)



## **COLLECTIF DE DÉFENSE DES DROITS DE LA MONTÉRÉGIE (CDDM)**

Offre de l'aide et de l'accompagnement en promotion et respect des droits aux personnes ayant ou ayant eu un problème de santé mentale.

**450 771-1164**

[cddm.qc.ca](http://cddm.qc.ca)

[st-hyacinthe@cddm.qc.ca](mailto:st-hyacinthe@cddm.qc.ca)



## **CENTRE LOUISE BIBEAU**

Offre du répit aux familles vivant avec une personne ayant une déficience intellectuelle, avec ou sans déficience physique.

**450 773-7321**

[centrelouisebibeau.com](http://centrelouisebibeau.com)

[centrelouisebibeau@outlook.com](mailto:centrelouisebibeau@outlook.com)



## **COMITÉ LOGEMEN'MÊLE**

Informe les locataires de leurs droits et obligations en matière de logement afin qu'ils s'approprient leur milieu de vie.

**450 502-5643**

[logemenmele.org](http://logemenmele.org)

[soutien@logemenmele.org](mailto:soutien@logemenmele.org)



### **CONSEIL DES AVEUGLES DE SAINT-HYACINTHE INC.**

Offre un service d'entraide pour la défense des droits des personnes ayant un handicap visuel.

**450 768-9322**

**bernard.meunier57@gmail.com**



### **ENTRAIDE POUR HOMMES**

Offre des services d'intervention pour les hommes en situation de violence conjugale et familiale.

**450 651-4447**

**entraidepourhommes.org**

**info@entraidepourhommes.org**



### **CONTACT RICHELIEU-YAMASKA**

Centre de crise et de prévention du suicide avec hébergement de courte durée, offrant des services d'aide et de soutien auprès des personnes vivant des difficultés en santé mentale ou des situations de crise de tout type. Services offerts : Ligne 24/7, rencontres individuelles, hébergement, postvention, formations et ateliers.

**450 774-6952 | 1 844 774-6952**

**contactry.qc.ca**

**info@contactry.qc.ca**



**RICHELIEU-YAMASKA**

### **ÉQUIJUSTICE RICHELIEU-YAMASKA**

Offre une expertise en matière de justice réparatrice et de médiation citoyenne dans la communauté, basée sur la communication et le dialogue. Gratuit et confidentiel.

**450 773-8940**

**equijustice.ca**

**richelieuyamaska@equijustice.ca**



### **COOPÉRATIVE AUX P'TITS SOINS**

Offre des services d'entretien ménager, d'aide à la vie quotidienne et de maintien à domicile.

**450 771-0605**

**coopauxptitssoins.com**

**info@coopauxptitssoins.com**



### **FADOQ — RÉGION RICHELIEU-YAMASKA**

Rassemble et représente les personnes de 50 ans et plus afin de préserver et d'améliorer leur qualité de vie. Défend et fait la promotion de leurs droits collectifs, tout en valorisant leur apport à la société par le biais de programmes, de services et d'activités.

**450 774-8111**

**fadoq.ca/reseau**

**info@fadoqry.ca**

# ORGANISMES RÉGIONAUX

---



## FÉDÉRATION DE LA FAMILLE RICHELIEU-YAMASKA

Travaille à l'amélioration de la qualité de vie des familles.

450 501-3375

ffry.ca

administration@ffry.ca



## JAG ORGANISME LGBT+

Offre des services à toute personne touchée de près ou de loin par la diversité affective, sexuelle et de genre, ou en questionnement. Le JAG se démarque par son ouverture et son approche humaine.

450 774-1349

lejag.org

info@lejag.org



## GROUPEMENT DES ASSOCIATIONS DE PERSONNES HANDICAPÉES DE RICHELIEU-YAMASKA (GAPHRY)

Regroupe des associations de personnes handicapées et de parents de personnes handicapées engagées dans la promotion des intérêts et la défense collective des droits des personnes handicapées.

450 771-1002

gaphry.com

info@gaphry.com



La clé sur la porte  
maison d'hébergement

## LA CLÉ SUR LA PORTE

Héberge et aide les femmes de 18 à 99 ans victimes de violence conjugale et leurs enfants. Gratuit et confidentiel, 24/7.

450 774-1843

clesurlaporte.org

info@clesurlaporte.org



## INSTITUT NAZARETH ET LOUIS-BRILLE

Aide à développer l'autonomie chez les personnes ayant une déficience visuelle.

1 800 361-7063

inlb.qc.ca

info.inlb@ssss.gouv.qc.ca



## LA MAISON DE LA FAMILLE DES MASKOUTAINS

Offre plusieurs services et activités visant le bien-être physique, psychologique et social des personnes âgées de 50 ans et plus et des proches aidants.

450 771-4010

mfm.qc.ca

accueil@mfm.qc.ca



### LA MIE COMPTOIR ALIMENTAIRE

Offre une aide alimentaire aux individus et aux familles dans le besoin.

450 774-0494

la-mie.com

info@la-mie.com



### LES AMIS DU CRÉPUSCULE

Accompagne les personnes en fin de vie en soins palliatifs, ainsi que les personnes endeuillées par le décès d'un être cher.

450 252-2737

lesamisducrepuscule.com

admin@lesamisducrepuscule.com



### LA MOISSON MASKOUTAINE

Récupère et centralise les denrées disponibles du territoire et les distribue aux organismes qui soutiennent la population vivant en situation de vulnérabilité. Offre également des ateliers de Cuisines collectives.

450 261-1110

lamoissonmaskoutaine.qc.ca

info@lamoissonmaskoutaine.qc.ca



### MAISON ALTERNATIVE DE DÉVELOPPEMENT HUMAIN (MADH)

Propose un programme de réinsertion sociale aux personnes ayant des problèmes de santé mentale et leur offre de l'hébergement temporaire.

450 774-6139

madh.ca

madh@madh.ca



### LE PHARE SAINT-HYACINTHE ET RÉGIONS INC.

Accompagne et offre des services aux membres de l'entourage d'une personne qui présente des manifestations cliniques reliées à un trouble majeur de santé mentale.

450 773-7202

lephare-apamm.ca

reception@lephare-apamm.ca



### OFFICE D'HABITATION DES MASKOUTAINS ET D'ACTON (OHMA)

Gère des logements destinés aux personnes à faible revenu ou ayant des besoins particuliers en habitation.

450 774-5188

ohma.ca

reception@ohma.ca

# ORGANISMES RÉGIONAUX



## PARRAINAGE CIVIQUE DES MRC D'ACTON ET DES MASKOUTAINS

Améliore la participation sociale de personnes vivant avec une déficience intellectuelle, une incapacité physique ou un trouble du spectre de l'autisme par le biais d'activités de sensibilisation, d'intégration et de jumelage avec des citoyens bénévoles.

450 774-8758

[parrainagecivique.org](http://parrainagecivique.org)

[parrainageciviqueam@gmail.com](mailto:parrainageciviqueam@gmail.com)



## SOCIÉTÉ ALZHEIMER DES MASKOUTAINS - VALLÉE DES PATRIOTES

Soutient et aide les personnes atteintes de la maladie et leurs proches.

450 768-6616

[alzheimermvp.com](http://alzheimermvp.com)

[direction@alzheimermvp.com](mailto:direction@alzheimermvp.com)



## REGROUPEMENT MASKOUTAIN DES UTILISATEURS DU TRANSPORT ADAPTÉ (RMUTA)

Défend les droits et les intérêts des personnes handicapées à l'égard du transport adapté.

450 771-7723

[rmuta.org](http://rmuta.org)

[rmuta.direction@gmail.com](mailto:rmuta.direction@gmail.com)



Société  
canadienne  
du cancer

## SOCIÉTÉ CANADIENNE DU CANCER

Informe, soutient et offre des services aux personnes atteintes d'un cancer et à leurs proches.

450 773-1003

1 888 939-3333

[cancer.ca/fr](http://cancer.ca/fr)

[info@cancer.ca](mailto:info@cancer.ca)



## SCLÉROSE EN PLAQUES ST-HYACINTHE ACTON

Contribue à l'amélioration de la qualité de vie des personnes vivant avec la sclérose en plaques, ainsi que de leurs proches, en leur offrant un ensemble de services, d'activités et de soutiens favorisant l'autonomie, la participation sociale et le mieux-être.

450 773-6285

[scleroseenplaques.org](http://scleroseenplaques.org)

[info@scleroseenplaques.org](mailto:info@scleroseenplaques.org)



## TRAIT D'UNION MONTÉRÉGIE (TUM)

Brise l'isolement social par un jumelage avec un-e bénévole. En jumelage, on jase, on prend un café et on fait des sorties, selon les intérêts des personnes accompagnées. Offert aux personnes vivant ou ayant vécu de la détresse émotionnelle, un trouble de santé mentale, ainsi qu'aux personnes de 55 ans et plus souffrant d'isolement.

450 223-1252

[tumparraine.org](http://tumparraine.org)

[info@tumparraine.org](mailto:info@tumparraine.org)



### UNIVERSITÉ DU TROISIÈME ÂGE

Offre des formations aux personnes de 50 ans et plus qui désirent poursuivre leurs apprentissages près de chez elles.

1 800 267-8337, poste 67630  
usherbrooke.ca/uta  
uta@usherbrooke.ca



### ZONE LOISIR MONTRÉGIE

Soutient les organisations de la Montérégie vers le loisir inclusif.

450 771-0707  
zlm.qc.ca  
info@zlm.qc.ca

## ACTIVITÉS DE SENSIBILISATION



### AÎNÉ-AVISÉ

Donne des séances d'information et de prévention sur des notions liées à la maltraitance, à la fraude et à l'intimidation envers les aînés.

450 774-8111  
aineavise.ca  
aine-avise@fadoqry.ca



### DANS LA PEAU D'UN AÎNÉ

Offre un atelier proposant aux participants jusqu'à six activités qui simulent les impacts du vieillissement humain, afin de favoriser des comportements et des attitudes de bienveillance envers les personnes aînées.

450 774-8111  
bienveillance.ca  
info@fadoqry.ca

## AIDE AUX AÎNÉS



### CAFÉ DES AÎNÉS L'HARMONIE

Rencontres conviviales autour d'un bon café. Conférences et activités diverses proposées.

450 773-4966, poste 2000  
cabrsh.ca  
info@cabrsh.ca



### RADAR

Contribue au maintien et au mieux-être des aînés dans leur milieu de vie naturel, dans un environnement optimal de santé et de sécurité.

1 877 658-8509 / 450 658-8509  
projetradar.org  
info@projetradar.org



## **CENTRE D'ASSISTANCE ET D'ACCOMPAGNEMENT AUX PLAINTES (CAAP)**

Apporte du soutien aux usagers qui vivent une insatisfaction des services du réseau de la santé. Assistance et accompagnement en matière de bail pour locataires en résidences privées pour aînés.

**450 252-6620**

[caapmonteregie.ca](http://caapmonteregie.ca)

[liaison@caapmonteregie.ca](mailto:liaison@caapmonteregie.ca)

## **CLSC DES MASKOUTAINS**

1015, rue Gauthier

Saint-Hyacinthe QC J2S 8T2

1225, rue des Cascades, 2<sup>e</sup> étage  
Saint-Hyacinthe QC J2S 3H2

938, rue du Centre  
Saint-Jude QC J0H 1P0

**450 778-2572**

[santemonteregie.qc.ca](http://santemonteregie.qc.ca)

## **HÔPITAL HONORÉ-MERCIER**

2750, boulevard Laframboise  
Saint-Hyacinthe QC J2S 4Y8

**450 771-3333**

[santemonteregie.qc.ca](http://santemonteregie.qc.ca)

## **CENTRE D'HÉBERGEMENT DE L'HÔTEL-DIEU-DE- SAINT-HYACINTHE**

1800, rue Dessaulles

Saint-Hyacinthe QC J2S 2T2

**450 771-3333**

[santemonteregie.qc.ca](http://santemonteregie.qc.ca)

## **CENTRE D'HÉBERGEMENT ANDRÉE-PERRAULT**

1955, avenue Pratte

Saint-Hyacinthe QC J2S 7W5

**450 771-4536**

[santemonteregie.qc.ca](http://santemonteregie.qc.ca)

## **INFO-SANTÉ 811**

Offre un service de consultation téléphonique. Gratuit et confidentiel 24 h par jour, 7 jours par semaine.

[santemonteregie.qc.ca](http://santemonteregie.qc.ca)

## **URGENCE 911**

Répond aux appels d'urgence. Gratuit et confidentiel 24 h par jour, 7 jours par semaine.

[santemonteregie.qc.ca](http://santemonteregie.qc.ca)

## **LA POPOTE ROULANTE**

Offert par le Centre d'action bénévole Région Saint-Hyacinthe. Service de livraison de repas chauds et de produits congelés à prix abordables destiné aux personnes aînées.

**450 773-4966, poste 2**

[cabrsh.ca/services-a-la-population/popote-roulante](http://cabrsh.ca/services-a-la-population/popote-roulante)



**La Popote  
roulante**

Propulsée par





## **CENTRE D'AIDE AUX VICTIMES D'ACTES CRIMINELS (CAVAC)**

Aide à surmonter les conséquences physiques, psychologiques et sociales d'un acte criminel.

**450 670-3400**

**1 888 670-3401**

**cavac.qc.ca**

**infocavac@cavacmonteregie.com**



**Ligne Aide  
Maltraitance  
Adultes Aînés**

## **LIGNE AIDE MALTRAITANCE ADULTES AÎNÉS**

Ligne téléphonique provinciale d'écoute, de référence et d'accompagnement spécialisée en matière de maltraitance envers les aînés et les adultes en situation de vulnérabilité.

**1 888-489-2287**

**lignemaltraitance.ca/fr**



## **CENTRE D'AIDE POUR VICTIMES D'AGRESSION SEXUELLE (CAVAS)**

Aide aux personnes victimes d'agressions sexuelles, récentes ou passées, et à leurs proches.

**450 778-9992**

**1 844 778-9992 (sans frais)**

**cavas-info.org**

**service@cavas-info.org**



**VIOLENCE  
CONJUGALE  
1800 363-9010**

## **SOS VIOLENCE CONJUGALE**

Offre un service d'écoute pour les victimes ou témoins de violence conjugale. Gratuit et confidentiel, 24/7. Par téléphone, clavardage ou texto.

**1 800 363-9010**

**Texte : 438 601-1211**

**sosviolenceconjugale.ca**



## **CENTRE D'ÉCOUTE MONTRÉGIE**

Brise l'isolement, en assurant un appel amical chaque semaine aux aînés qui en font la demande ou qui sont recommandés par les partenaires.

**450 658-8509**

**1 877 658-8509**

**ecoutemonteregie.org**

**info@ecoutemonteregie.org**



## **TEL-AIDE**

Offre un service d'écoute gratuit en français et en anglais, anonyme et confidentiel, 24/7.

**514 935-1101**

**telaide.org**

**info@telaide.org**

# TRANSPORT



## TRANSPORT ADAPTÉ DE LA MRC DES MASKOUTAINS

Offre un service de transport en commun, de porte-à-porte, adapté aux personnes ayant des limitations et dédié aux personnes admissibles sur tout le territoire de la MRC des Maskoutains.

**450 774-8810, option 3**  
[mrcmaskoutains.qc.ca](http://mrcmaskoutains.qc.ca)

## TRANSPORT COLLECTIF RÉGIONAL DE LA MRC DES MASKOUTAINS

Offre un service de transport collectif sur l'ensemble du territoire de la MRC des Maskoutains. Pour utiliser ce service, une personne doit préalablement être inscrite.

**450 774-8810, option 3**  
[mrcmaskoutains.qc.ca](http://mrcmaskoutains.qc.ca)



Les Studios François Larivière | @ MRC des Maskoutains

## TRANSPORT URBAIN, VILLE DE SAINT-HYACINTHE

Offre, tous les jours, un service de transport en commun, sur le territoire de Saint-Hyacinthe.

**450 778-8300, option 9**  
[st-hyacinthe.ca](http://st-hyacinthe.ca)  
[communications@st-hyacinthe.ca](mailto:communications@st-hyacinthe.ca)

## TAXI WINDSOR SAINT-HYACINTHE INC.

Offre un service de taxi privé, taxis réguliers et adaptés.

**450 774-2222**  
[taxiwindsor.ca](http://taxiwindsor.ca)

## LES TAXIS MASKA

Offre un service de taxi indépendant centralisé à Saint-Hyacinthe.

**450 700-3000**  
[taxismaska.com](http://taxismaska.com)

## EXO

Offre différents circuits de transport en commun vers Longueuil et Montréal avec plusieurs arrêts sur le parcours et aussi le circuit trains-bus, vers la gare de Mont-Saint-Hilaire.

**450 464-6174**  
[exo.quebec](http://exo.quebec)



## **SOCIÉTÉ DE L'ASSURANCE AUTOMOBILE DU QUÉBEC (SAAQ)**

Délivre des vignettes de stationnement pour personnes handicapées; permis de conduire et immatriculation.

**1 800 361-7620**  
[saaq.gouv.qc.ca](http://saaq.gouv.qc.ca)

## **SERVICES QUÉBEC**

informe les citoyens sur les services offerts dans les différents ministères du gouvernement du Québec. Consulter le site Internet, section aîné, pour connaître les services.

**1 877 644-4545**  
[quebec.ca/services-quebec](http://quebec.ca/services-quebec)

## **SERVICE CANADA**

Donne de l'information sur la sécurité de la vieillesse et les autres services du gouvernement fédéral.

**1 800 622-6232**  
[servicecanada.ca/fr](http://servicecanada.ca/fr)

# LIENS ET INFORMATIONS UTILES



## **TOUGO**

Présente une campagne de promotion des saines habitudes de vie visant à augmenter l'activité physique et à favoriser une meilleure alimentation.

[montougo.ca](http://montougo.ca)  
[info@montougo.ca](mailto:info@montougo.ca)

## **PROGRAMME INTÉGRÉ D'ÉQUILIBRE DYNAMIQUE (PIED)**

Visé à augmenter l'autonomie et l'espérance de vie en bonne santé et est offert dans tous les CLSC.

[santemonteregie.qc.ca](http://santemonteregie.qc.ca)  
[nicolas.hebert.csssry16@ssss.gouv.qc.ca](mailto:nicolas.hebert.csssry16@ssss.gouv.qc.ca)

## **NOTES**

---

---

---

---

---



## **MRC DES MASKOUTAINS**

3271, boulevard Laframboise - Bureau 200  
Saint-Hyacinthe, (Québec) J2S 4Z6

Téléphone : 450 774-3141  
Télécopieur : 450 774-7161  
info@mrcdesmaskoutains.ca  
**mrcmaskoutains.qc.ca**

