

---

## Services et références utiles pour les aînés (es)

---

- ✓ Entretien ménager
- ✓ Alimentation à domicile et cuisines collectives
- ✓ Hébergement
- ✓ Transport



Pour les secteurs suivants :

- *Chute-aux-Outardes*
- *Pointe-aux-Outardes*
- *Ragueneau*



**2019**



## Transport, accompagnement

### **Centre d'action bénévole de la MRC Manicouagan (CAB)**

896, Puyjalon, bureau 202 à Baie-Comeau

**Téléphone :** 418 294-1445 demander Madame Vicky Tremblay

#### Service d'accompagnement transport-bénévole :

Seulement pour les déplacements des personnes en perte d'autonomie vers les établissements de santé, incluant visite à l'hôpital d'un proche hospitalisé. Référé par les médecins, les travailleurs sociaux. Il est aussi possible d'être accompagné pour les emplettes.

#### Frais de déplacement pour les secteurs suivants :

Ragueneau ou Pointe-aux-Outardes vers Mingan .....	14 \$ - Aller / retour
Ragueneau ou Pointe-aux-Outardes vers Marquette .....	19 \$ - Aller / retour
Chute-aux-Outardes, Buissons ou Pointe-Lebel vers Mingan .....	9 \$ - Aller / retour
Chute-aux-Outardes, Buissons ou Pointe-Lebel vers Marquette.....	14 \$ - Aller / retour

#### **Réserver 48 heures à l'avance!**

## Transport adapté – 1ère étape

Pour les personnes âgées ayant un handicap permanent, une marchette, un fauteuil roulant ou encore pour les personnes non-voyantes, la première démarche consiste à compléter le formulaire de demande d'admission.

Pour admission, contactez **Madame Guylaine Bérubé** au services des transports à la Ville de Baie-Comeau : **418 589-1516**, ou par courriel à l'adresse suivante :

[transport@ville.baie-comeau.qc.ca](mailto:transport@ville.baie-comeau.qc.ca)

Il faut environ 45 jours avant d'avoir une réponse du comité.

## Transport adapté – 2ème étape

C'est le Groupe de la Côte Inc., division transport adapté et ses 4 véhicules adaptés qui gèrent le transport pour les gens ayant une déficience physique ou intellectuelle.

Le bureau est ouvert du lundi au vendredi de 8 h 30 à 16 h 00 (vous pouvez aussi y demander le formulaire d'inscription)

**Coût : 3,50 \$ pour l'aller et 3,50 \$ pour le retour.**

Il existe une passé mensuelle à 80 \$ ou un livret de 10 billets à 33 \$.

**Appelez 24 heures à l'avance!** (et avant 15 h).

**Téléphone : 418 589-8397**

Les personnes non admissibles peuvent se prévaloir du transport Service du Groupe de la Côte Inc., par exemple, si vous êtes en convalescence à court terme et que vous devez vous déplacer en fauteuil roulant à l'hôpital.

**Pour information sur les tarifs, appelez 24 h à l'avance au : 418 589-8397 et demandez Madame Véronique Tremblay.**

Ou par courriel : [transport@groupedelacote.org](mailto:transport@groupedelacote.org)



# Hébergement

Les services reliés à l'hébergement pour les personnes âgées sont classés en lien avec l'autonomie des personnes. Le tableau suivant illustre les services existants :

Niveau d'autonomie	Types de services	Lieux d'hébergement
0 perte d'autonomie et légère	Domicile sans services	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Soins à domicile : CISSSCN 567-2274</li> <li>• Centre d'action bénévole Manicouagan</li> <li>• Centre communautaire des aînés Ragueneau</li> </ul>
0 perte d'autonomie et légère	Domicile avec services	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Maison pour retraités :</li> <li>• Château Bellevue</li> <li>• Oasis des Pionniers</li> <li>• Villa Ragueneau</li> </ul>
Perte légère d'autonomie	RTF (résidence types familiale – famille d'accueil)	Lieu d'hébergement à Baie-Comeau et Chute aux-Outardes
Perte moyenne d'autonomie	RI (résidence intermédiaire)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Résidence Humanis</li> <li>• Havre de paix</li> <li>• Boisé sur mer</li> </ul>
Autonomie fortement en baisse	3 ½ h de soins et plus par jour CHSLD	<ul style="list-style-type: none"> <li>• N.-A. Labrie</li> <li>• Boisvert</li> </ul>

Pour les résidences privées avec services, les aînés peuvent s'informer et réserver eux-mêmes :

- ✓ **Villa Ragueneau** (Office municipal d'habitation) .....418 589-9906
- ✓ Oasis des Pionniers, Baie-Comeau .....418 589-6625
- ✓ Château Bellevue, Baie-Comeau.....418 589-2225
- ✓ \*Villa des retraités, Baie-Comeau .....418 293-9098  
\*hébergement 75 ans et plus ou en perte légère d'autonomie

Pour les résidences **RTF – RI – CHSLD**, les demandes doivent faire l'objet d'une évaluation par l'accueil du CISSSCN au 418 296-2572 poste 312000.

## Entretien ménager, préparation de repas et accompagnement pour les courses

La **coopérative Aspire-tout** offre des services partout sur le territoire. Les gens sont appelés à payer une part sociale de 10 \$ (une seule fois). La coopérative offre des services d'entretien ménager régulier et lourd (grand ménage) ainsi que de l'aide aux soins à domicile telle que : bain, aide au lever, etc.

Pour réservation et pour déterminer votre tarif, téléphoner à **Madame Jasmine Martel** au : **418 589-2753**. Les locaux sont situés au 896, Puyjalon, local 205 à Baie-Comeau.

Par courriel : [gpoussete@hotmail.com](mailto:gpoussete@hotmail.com)

## Alimentation à domicile, cuisine collective et comptoir alimentaire

Le **Centre communautaire pour les aînés de Ragueneau** offre un popote roulante trois fois par mois, les mardis, et ce, de septembre à juin avec possibilité de service en juillet et août. Les personnes doivent être en perte d'autonomie ou en convalescence. Cette popote est préparée par des aînées cuisinières bénévoles à partir de recettes de type traditionnelles pour les secteurs Chute-aux-Outardes, Pointe-aux-Outardes et Ragueneau. Les locaux sont situés au 521, Route 138 à Ragueneau.

**Coût : 5 \$ du repas**

**Carte de membre : 8 \$**

**Pour réservation (24 h à l'avance – le lundi) : 581-643-1300.**

Le **Centre d'action bénévole de la MRC Manicouagan** offre aussi la popote tous les mardis et jeudi à Chute-aux-Outardes, Pointe-aux-Outardes et Ragueneau. Règle générale il faut avoir 60 ans ou plus ou être en convalescence ou en maladie confirmée par un médecin. Les coûts sont de 6,75 \$ par repas.

Pour s'inscrire, **contacter Madame Vicky Tremblay au : 418 294-1445.**



### **Comptoir alimentaire :**

Le **Carrefour familial de Chute-aux-Outardes** tient un comptoir alimentaire pour les citoyens, familles et aînés dans le besoin. Nécessite une rencontre pour évaluer vos besoins, demandez **Madame Line Thibeault au : 418 567-8920.**

### **Cuisines collectives**

**Carrefour familial** : vous pouvez vous inscrire à une cuisine collective, ouverte à tous, où vous cuisinerez des repas économiques et nutritifs, demandez **Madame Marianne Laforce au : 418 567-8920.**

**Pointe-aux-Outardes** : la cuisine collective se tient au centre des loisirs au 493, rue Principale. Pour information et inscription : **418 567-2177**, demander **Madame Joëlle Bernier**. Présentement il n'y a pas de groupe mais les inscriptions sont prises pour un redémarrage éventuel.