



SAINT-VALLIER

Du soutien pour nos aînés

RÉPERTOIRE DE SERVICES

PRÉSENTATION

La Table de concertation des personnes âgées et leurs proches de Bellechasse vous offre ce carnet de référence pour vous permettre de trouver les ressources disponibles dans votre municipalité. Nous avons pris soins de sélectionner des services offerts aux aînés pouvant vous être utiles.

Les pages centrales sont spécifiques à votre municipalité.

La publication de ce bottin a été rendue possible grâce aux fonds en partenariat promotion/prévention du CSSS Alphonse-Desjardins.

En espérant qu'il vous soit utile, nous vous invitons à le conserver à portée de main.

Le numéro de téléphone que vous cherchez n'est pas dans ce document ?

Composez le 211

Le Service 211 est un service d'information et de référence centralisé qui dirige rapidement les personnes vers les ressources qui existent dans les régions de la Capitale-Nationale, de la Chaudière-Appalaches et de la MRC de la Haute-Yamaska. Un numéro à trois chiffres facile à retenir qui met en lien les gens avec la gamme complète de services offerts dans la collectivité. Concrètement, le Service 211 est un centre d'appels établi dans une collectivité afin de mieux la desservir. Des préposés spécialisés répondent aux appels, évaluent les besoins de l'appelant et le dirigent vers les services appropriés.

TABLE DES MATIÈRES

Présentation	2
Urgences.....	4
Aide et références	5
Aide et soins à la personne.....	6
Alimentation.....	7
Entretien ménager	8
Loisirs et culture	11
Finances.....	12
Santé et bien-être.....	13
Soutien aux proches aidants.....	14
Transport.....	15
Vos organismes	16



URGENCES

Centre Antipoison	418 654-2731
.....	1 800 463-5060
CLSC Saint-Lazare	418 883-2227
.....	1 888 883-2227
Ressources communautaires	211
Service Info-Santé	811
Sûreté du Québec	310-4141
Si vous appelez d'un téléphone cellulaire	*4141
Urgence (Ambulance, police, pompier)	911
Urgence détresse	1 866 277-3553



AIDE ET RÉFÉRENCES

Alcooliques Anonymes	418 835 1631
Drogue : aide et référence	1 800 265-2626
Gai-Écoute	1 888 505-1010
Jeu : aide et référence.....	1 800 461-0140
Ligne Info-Ainés.....	1 888 489-2287
Ressources communautaires.....	211
Service Canada	1 800 622-6232
Service Québec	1 877 644-4545
SOS Violence	1 800 363-9010
Tel-Écoute du Littoral.....	418 883-2246
Bureau véhicules (immatriculation) Saint-Raphaël.....	
.....	418 243-3526

Pour tout renseignement concernant les logements à prix modiques veuillez communiquer avec votre municipalité.



AIDE ET SOINS À LA PERSONNE



ALIMENTATION

CLSC Saint-Lazare **418 883-2227**
 **1 888 883-2227**
 Coopérative de services Rive-Sud **418 838-4019**

Les Frigos Pleins de Bellechasse **418 789-1399**
 **1 866 789-1399**
 Les Repas Desjardins **418 830-0055**
 Popote roulante (Entraide Solidarité Bellechasse) .. **418 883-3699**
 **1 877 935-3699**

notes

notes



ENTRETIEN MÉNAGER

Coopérative de services Rive-Sud**418 838-4019**

notes



LOISIRS ET CULTURE

- Alpha Bellechasse**418 883-1587**
- Bogym (St-Gervais).....**418 887-3111**
- Boisé des frères Marianistes (St-Anselme)**418 885-9190**
- Centre conditionnement physique (St-Nazaire).. **418 642-1515**
- Club de ski Bord-de-l'eau (St-Henri).....**418 882-0639**
- Cycloroute de Bellechasse**418 883-3347**
- Maison de la culture de Bellechasse**418 789-2588**
- Massif du sud (St-Philémon)**418 469-3676**
- Parc des chutes Rouillard (St-Anselme)**418 885-4977**
- Parc du Massif du Sud**418 469-2228**
- Parc des Chutes d'Armagh**418 466-2874**
- Parc Riverain de la rivière Boyer (St-Charles) ..**418 887-6084**
- Parc Vincennes (Beaumont)**418 833-3369**
- Sentiers pédestres de Standon (St-Léon).....**418 642-2434**
- Skimont St-Damien**418 789-2525**
- Théâtre Beaumont-Saint-Michel**418 884-3344**
- Viactive (Entraide Solidarité Bellechasse)**418 883-3699**

LISTE DES COMMERCES SAINT-VALLIER

Municipalité	418 884-2559
Bibliothèque	418 884-3190
Bureau de poste	418 884-3928
Caisse Desjardins	418 887-3337
Fabrique	418 884-3454
Boulangerie La levée du jour	418 884-2715
Fromagerie du Terroir de Bellechasse Inc.	418 884-4027
Casse-croûte Ma-Mi-Jo	418 804-3336
Coop. La Mauve	418 884-2888
Ferme Dave Bolduc	418 884-3587
Ferme des petits plaisirs	418 884-3225
Marché St-Vallier (Ami)	418 884-3269
Verger Corriveau	418 884-3135
Éco-chic	418 933-2389
Unicoop, Coop Agricole	418 884-2854
Salon de coiffure Rachel	418 884-3372
Salon coiffure Biancy	418 884-3807



Coiffure Claudia Bernier	418 884-2407
Clinique vétérinaire Saint-Vallier	418 884-3594
Avocat, Jean-Marc Corriveau	418 884-3659
Centre de Yoga, Un moment Donné	418 804-0780
Service conseil informatique	418 804-3381
Centre de l'auto Guy Alain inc.	418 884-2897
Ébeniste, Laurant Boulanger	418 884-3057
Remboursement, Julien Tanguay	418 884-3898

notes



FINANCES

- ACEF Rive-Sud (Association coopérative économie familiale)
..... **418 835-6633**
..... **1 877 835-6633**
- Clinique d'impôt (maison de la famille de Bellechasse)
..... **418 883-3101**
- Pension de la sécurité de la vieillesse,
Supplément de revenu garanti,
Allocation au survivant **1 800 277-9915**
- Régie des rentes du Québec **1 800 463-5185**
- Revenu Canada **1 800 959-1954**
- Revenu Québec **1 800 267-6299**



SANTÉ ET BIEN-ÊTRE

- Accueil-Sérénité **418 883-2121**
- Clinique médicale Saint-Henri **418 882-2268**
- Clinique médicale Saint-Anselme **418 885-9625**
- Clinique médicale Sainte-Claire **418 883-2890**
- Clinique médicale Saint-Raphaël **418 243-2115**
- Clinique médicale Armagh **418 466-3053**
- Clinique médicale Saint-Charles **418 887-6603**
- Info-Santé **811**
- Coopérative de santé des monts de Bellechasse
..... **418 789-2007**
- CLSC Saint-Lazare **418 883-2227**
..... **1 888 883-2227**
- Hôpital de Montmagny **418 248-0630**
- Hôpital de l'Hôtel-Dieu de Lévis **418 835-7121**
- Société Alzheimer Chaudière-Appalaches .. **418 387-1230**
..... **1 888 387-1230**



SOUTIEN AUX PROCHES AIDANTS

- Accueil – sérénité **418 883-2121**
- Centre-Femmes de Bellechasse **418 883-3633**
- Regroupement des proches aidants **418 883-1587**
de Bellechasse **1 866 523-4484**
- Société Alzheimer Chaudière-Appalaches... **418 387-1230**
..... **1 888 387-1230**
- Société Canadienne du Cancer **418 683-8666**

notes



TRANSPORT

- Bureau d'immatriculation des véhicules de Saint-Raphaël
 **418 243-3526**
- Bureau d'immatriculation des véhicules de Ste-Claire
 **418 883-2290**
- Entraide Solidarité Bellechasse **1 877 935-3699**
- Transport accompagnement bénévole
 (Entraide Solidarité Bellechasse) **418 883-3699**
 **1 877-935-3699**
- Transport adapté **418 883 4218**
 **1 888 883-3347**
- Transport collectif **418 883-2437**

notes

VOS ORGANISMES

Accueil – sérénité 418 883-2121

Soutien psychosocial aux personnes ayant reçu un diagnostic de cancer et à leurs proches dès l'annonce du diagnostic

Alpha Bellechasse 418 883-1587 poste 1

Augmentation des habiletés en lecture, écriture, calcul et informatique afin d'améliorer les conditions de vie et l'autonomie des personnes

Liaison Immigration Bellechasse 418 885 1587

Service d'accueil et d'intégration sociale et culturelle s'adressant aux personnes immigrantes de Bellechasse * aide à l'installation et présentation des ressources du milieu

Association des personnes handicapées de Bellechasse 418 789-3328

Promotion et défense des droits et intérêts des personnes ayant un handicap * amélioration de leur qualité de vie et de leur intégration sociale

Centre de vie de Bellechasse 418 883-4058

Activités de loisir, défense des droits et promotion des intérêts des aînés en légère perte d'autonomie * maintien et amélioration de leur qualité de vie en brisant l'isolement et en facilitant l'intégration sociale

VOS ORGANISMES

La Barre du jour 418 887-7100

Aide aux personnes vivant ou ayant vécu des difficultés de santé mentale à maintenir ou améliorer leur qualité de vie et recouvrer l'autonomie

Centre-femmes de Bellechasse 418 883-3633

Amélioration de la condition de vie des femmes

Coop de service Rive-Sud 418 838-4019

Fournir des services d'aide à la personne, flexibles et de qualité, axés sur les besoins de ses membres en perte d'autonomie ou actifs à leur domicile ou ailleurs.

Coopérative de santé des monts de Bellechasse 418 789-2007

Clinique médicale ayant une offre globale de services de santé dans votre milieu; médecins de famille, infirmière praticienne spécialisée, prévention et promotion, conférence sur la santé et prise en charge des citoyens

Entraide Solidarité Bellechasse 418 883-3699

Service de maintien à domicile aux personnes aînées en perte d'autonomie ou en convalescence. Promotion des intérêts et de la qualité de vie des aînés. Transport accompagnement, popote roulante, visite d'amitié et Viactive

VOS ORGANISMES

Frigos pleins (Les) 418 789-1399

Aide relative aux besoins alimentaires des personnes * insertion socio-professionnelle * participation au développement durable du milieu

Maison de la famille de Bellechasse 418 883-3101

Soutien et référence aux familles et individus

L'Oasis St-Damien 418 789-3147

Résidence pour personnes âgées leur permettant de maintenir et stimuler leurs facultés et capacités, tout en procurant assistance et services essentiels au bien-être physique, psychologique et social.

Regroupement des proches aidants de Bellechasse 418 883-1587 #4

Amélioration des ressources de soutien rehaussant la qualité de vie et le bien-être des proches aidants

Ressourcerie Bellechasse 418 642-5627

Récupération, revalorisation et revente des matières résiduelles, meubles, vêtements et électroménagers.

Société Alzheimer Chaudière-Appalaches 418 387-1230

Soulager la détresse et l'incapacité causées par la maladie d'Alzheimer ou les affections associées en œuvrant auprès des personnes atteintes, de leurs proches, des intervenants concernés et du public.



Table de concertation
pour les **personnes âgées**
et leurs **proches**

B e l l e c h a s s e

Centre de vie de Bellechasse

Centre-Femmes de Bellechasse

Coopérative de services Rive-Sud

CSSS Alphonse-Desjardins

Entraide Solidarité Bellechasse

L'Oasis St-Damien

Regroupement des proches aidants de Bellechasse

Société Alzheimer Chaudière-Appalaches

Sûreté du Québec

La publication de ce bottin a été rendue possible grâce aux fonds en partenariat promotion/prévention du CSSS Alphonse-Desjardins.