

RESSOURCES POUR LES AÎNÉS À LONGUEUIL

Greenfield Park | Saint-Hubert | Vieux-Longueuil (LeMoyne)

Accompagnement/soutien

Aide domestique

Alimentation

Information

Logement

Proches aidants

Sécurité/urgence

Transport

Travailleur de milieu

Visite/téléphone d'amitié

Loisirs

Ce dépliant a été réalisé en collaboration avec les organismes du milieu membres des tables de concertation pour aînés oeuvrant sur le territoire de la Ville de Longueuil.

La conception a été réalisée grâce au travail du comité de communication de l'ACVL qui regroupe la COOP aide Rive-Sud, la Ville de Longueuil et le Centre de Bénévolat de la Rive-Sud qui a également réalisé le montage graphique.

Ce projet s'inscrit dans les objectifs de la démarche Municipalité amie des aînés de la Ville de Longueuil.

Légende:

Vieux-Longueuil 

Greenfield Park 

Saint-Hubert 

LeMoyne 

ACCOMPAGNEMENT/SOUTIEN

ACEF 

Consommation, défense de droits, planification budgétaire, endettement

450 677-6394

Albatros en Montérégie 

Accompagnement des malades et accompagnement en fin de vie

438 455-4558

Amélys 

Service d'assistance à la personne

450 466-8444

Aphasie Rive-Sud 

Soutien aux aphasiques

450 550-4466

Association québécoise de prévention du suicide 

1 866 277-3553

Carrefour le Moutier 

Accueil et écoute

450 679-7111

Centre d'action bénévole de Saint-Hubert 

Prêt de matériel orthopédique

450 656-9110

Centre communautaire des aînés et aînées de Longueuil 

Réconfort, soutien, écoute, accueil et aide

450 677-6677 #212

Centre de crise l'Accès 

Intervention situation de crise 24/7

450 679-8689

Centre de soutien entr'Aidants 

Soutien psychosocial et accompagnement aux aidants

450 465-2520 #201

Centre d'écoute Montérégie 

Réconfort, soutien, écoute, accueil et aide

450 658-8509 | 1877 658-8509

Équijustice **VL LMSH GP**
Médiation citoyenne
450 647-9024

La Mosaïque **LM GP**
Intervention psychosociale
450 465-1803

L'Entraide Chez-nous **VL LMSH GP**
Aide aux endeuillés
450 468-1726

Les Petits Frères **VL LMSH GP**
Jumelage téléphonique pour les aînés de 75 ans et plus.
1 877 805-1955

Maison internationale de la Rive-Sud **VL LMSH GP**
Accueil, soutien et écoute offerts aux aînés immigrants
450 445-8777

Regroupement des aveugles et amblyopes du **VL LMSH GP**
Montréal métropolitain
Accompagnement aux rendez-vous médicaux, aide aux courses,
sortie de loisir et autres
514 277-4401

South Shore Community Partners Network **GP**
Information, soutien, accompagnement, aide aux endeuillés
450 463-7100 #4812

TRAVAILLEUR DE MILIEU

Travailleur de milieu pour aînés

Aide et accompagnement pour les aînés en situation difficile

- Centre communautaire des aînés et aînées de Longueuil
438 520-7747 | 438 498-6777 **VL**
- Centre de Bénévolat de la Rive-Sud
438 503-6130 **LM GP**
438 503-5281 **VL**
- La Vigie Rive-Sud
514 961-9415 **LM SH GP**



AIDE DOMESTIQUE

Amélys **VL****LM****SH****GP**

Ménage, grand ménage, aide au bain, coiffure
450 466-8444

Coop aide Rive-Sud **VL****LM****SH****GP**

Ménage, grand ménage, aide au bain, coiffure
450 679-2433 #223

Guichet d'accès aux services à domicile du **LM****SH****GP**

CISSS de la Montérégie Centre

450 445-4452 #2430

Guichet d'accès aux services à domicile du **VL**

CISSS de la Montérégie Est

450 468-8404



CRÉDIT PHOTO: COOP AIDE RIVE-SUD

ALIMENTATION (AIDE AU REPAS, POPOTE ROULANTE, DÉPANNAGE)

Amélys **VL****LM****SH****GP**

Préparation de repas
450 466-8444

Centre d'action bénévole de Saint-Hubert **SH**

Repas frais et congelés livrés à domicile
450 656-9110

Centre de Bénévolat de la Rive-Sud

Popote roulante. Service de repas livrés à domicile

450 677-5281 **VL**

450 465-6130 **LM**

Dépannage alimentaire

Pour connaître l'organisme desservant votre quartier, appelez le Centre de Bénévolat de la Rive-Sud

450 677-5281 **VL**

450 465-6130 **LM****GP**



Coop Aide Rive-Sud 

Préparation de repas à domicile et en résidence

450 679-2433 #223

La maison Tremplin de Longueuil 

Service de repas complet le midi (à petit prix), mets cuisinés congelés.

450 442-4019

La Petite Cuillère 

Repas congelés livrés à domicile

450 748-4918

Repas du passant 

Restaurant populaire (repas complet à prix modique), repas congelés et épicerie solidaire

450 679-5114

INFORMATION

Accorderie de Longueuil 

Échange de service et coopération entre citoyen

514 915-1726

Centre communautaire des aînés et aînées de Longueuil 

Information et références

450 677-6677

Centre d'action bénévole de Saint-Hubert 

Infos-références et information sur le bénévolat

450 656-9110

Centre de service aux citoyens (Ville de Longueuil) 
311

Centre de Bénévolat de la Rive-Sud 

Infos-références et information sur le bénévolat

450 677-5281 

450 465-6130 

Centre de référence du Grand Montréal 

Information sur les services communautaires

211

Centre de soutien entr'Aidants 

Information et référence

450 465-2520 #201

Info Santé 

811

La Mosaïque 

Centre d'action bénévole et communautaire, info-références

450 465-1803

Maison Internationale de la Rive-Sud 

Informations et références, services offerts aux aînés immigrants

450 445-8777

Regroupement des aveugles et amblyopes du Montréal métropolitain 

Défense des droits pour les personnes vivant avec une difficulté visuelle

514 277-4401

Soutien spécialisé aux ressources
communautaires (SSARC) VL LMSH GP

Information, référence pour les aînés d'expression anglaise
514-605-9500

LOGEMENT

211 Grand Montréal VL LMSH GP

Informations sur les logements pour aînés (OBNL)
211

Comité Logement Rive-Sud VL LMSH GP

Défense des droits des locataires
450 332-3331

Habitations Paul-Pratt VL

Habitations communautaires pour aînés
450 670-0006 #1

La Seigneurie du Tremblay VL

Habitations communautaires pour aînés
450 448-2255

Office municipale d'habitations de Longueuil VL LMSH GP

Logements sociaux
450 670-2733

Réseau d'Habitation Chez Soi VL LMSH GP

Défenses de droits, aide aux locataires
450 676-8940



LES HABITATIONS PAUL-PRATT, LE MANOIR

Regroupement québécois des
résidences pour aînés VL LMSH GP

Répertoire des résidences privées pour aînés
514 526-3777

PROCHES AIDANTS

Action-Services Aux proches aidants de Longueuil VL

Répit pour l'aïdant, groupe d'entraide, écoute et accompagnement/soutien, ateliers et conférences
450 928-0776

Amélys VL LMSH GP

Répit
450 466-8444

Centre de jour du CISSS ME, secteur Pierre-Boucher **VL**
Activités thérapeutiques adaptées
450 674-4948

Centre de soutien entr'Aidants **LM SH GP**
Répit pour l'aidant, groupe de soutien, écoute, conférences, accompagnement, soutien psychosocial
450 465-2520 #201

Coop aide Rive-Sud **VL LM SH GP**
Répit
450 679-2433 #223

Ligne Réseau Aidants **VL LM SH GP**
1 866 396-2433

Maison des Tournesols **VL LM SH GP**
Répit Alzheimer, soutien
450 445-9290

Regroupement des aveugles et amblyopes du Montréal métropolitain **VL LM SH GP**
514 277-4401

Répit aînés Montérégie **VL LM SH GP**
Répit (centre de jour). Les services sont offerts en anglais.
450 341-0487

Réseau des bibliothèques publiques de Longueuil **VL SH GP**
Programme Biblio-Aidants (cahiers d'information à l'intention des proches aidants accompagnés des répertoires de ressources locales)
450 463-7180

Société Alzheimer Rive-Sud **VL LM SH GP**
Soutien, répit, hébergement, formations, ateliers, conférences
450 442-3333

SÉCURITÉ/URGENCE

Centre de crise l'Accès **VL LM SH GP**
Intervention situation de crise 24/7
450 679-8689

Ligne Aide Abus Aînés **VL LM SH GP**
Signaler un cas d'abus ou de maltraitance envers les aînés
1 888 489-2287

Programme Pair **VL LM SH GP**
Appels de sécurité gratuits pour personnes seules (Centre de Bénévolat de la Rive-Sud)
450 679-5916 #239



Commissaire aux plaintes et à la qualité des services
Signaler un cas d'abus ou de maltraitance envers les aînés

CISSS Montérégie-Est **450 468-8447** VL

CISSS Montérégie-Centre **450 466-5434** LMSHGP

Secours adapté (Ville de Longueuil) VL LMSHGP

Programme d'assistance aux personnes à mobilité réduite en cas d'intervention d'urgence. Inscription obligatoire.

450 463-7038

Urgence VL LMSHGP
911

TRANSPORT

Amélys VL LMSHGP

Transport pour les courses

450 466-8444

Baladeur René de Longueuil VL LMSHGP

Transport de groupe

450 341-0909

Centre de Bénévolat de la Rive-Sud

Transport médical (Rive-Sud et Montréal) Transport pour les commissions

450 677-5281 VL

450 465-6130 LMGP

Coop aide Rive-Sud VL LMSHGP

Transport pour les courses

450 679-2433 #223

Courses et Café

Transport aux commissions en minibus

450 679-5916 #241 VL

450 465-6130 LMGP

Joyeux retraités VL

Transport médical (Rive-Sud) - Cécile Bouchard

514476-4825

La Mosaïque LMGP

Centre d'action bénévole et communautaire, transport médical et aide aux commissions

450 465-1803



CRÉDIT PHOTO: LA COOP AIDE RIVE-SUD

TRAVAILLEUR DE MILIEU (VOIR PAGE 3)

VISITE/TÉLÉPHONE D'AMITIÉ

Centre communautaire des aînés et aînées de Longueuil **VL**
Visite ou téléphone d'amitié
450 677-6677 #212

Centre d'action bénévole de Saint-Hubert **SH**
Visite d'amitié
450 656-9110

Centre de Bénévolat de la Rive-Sud **LMGP**
Visite d'amitié et appels bienveillants
450 465-6130

Conseil canadien des aveugles de Longueuil **VL LMSHGP**
450 463-7100 #4812

Diocèse de St-Jean-Longueuil **VL LMSHGP**
Visite d'amitié
450 679-1100 #282

Joyeux retraités **VL**
Téléphone d'amitié (en avant-midi seulement)
450 463-7100 #2404

L'Entraide Chez-nous **VL**
Visite ou téléphone d'amitié
450 468-1726

La Mosaïque **LMGP**
Centre d'action bénévole et comm., visite et téléphone d'amitié
450 465-1803

Les Petits Frères de Longueuil **VL LMSHGP**
Jumelage avec un bénévole et grandes fêtes 75 ans et plus
579 721-5115

Maison Internationale de la Rive-Sud **VL LMSHGP**
Appel d'amitié et visite d'amitié, services offerts aux aînés immigrants
450 445-8777

Regroupement des aveugles et amblyopes du Montréal métropolitain **VL LMSHGP**
514 277-4401



LOISIR RÉCRÉATIF

Les informations concernant les activités offertes par les groupes de loisirs sont inscrites à titre indicatif seulement. N'hésitez pas à les contacter afin de connaître leur programmation complète. L'arrondissement inscrit identifie le lieu où se déroulent principalement les activités. La reprise des activités se fait selon les mesures sanitaires en vigueur émise par la direction de la santé publique.

Agadouce 

Artisanat

450 463-7100 #4812

Alternative Centregens 

Sorties, tricot, bricolage, création de bijoux, expression de soi etc. Pour les personnes vivant ou ayant vécues une problématique en santé mentale.

450 651-0651

Aphasie Rive-Sud 

Activités de loisir pour personnes aphasiques

450 550-4466

Artisans bricoleurs de Longueuil 

Travail du bois

450 463-7100 #4812

Arthrite Rive-Sud 

Rencontre d'entraide, brunch mensuel du dimanche

438 630-7215

Association de pétanque du Boulodrome de Longueuil 

450 463-7100 #4812

Association des aveugles de la Rive-Sud 

Activités de loisir adaptées aux personnes vivant avec une déficience visuelle

450 463-7100 #4812

Association des italiens de la Rive-Sud 

Billard, bingo, bocce, cartes, sacs de sable et autres

450 463-7100 #4812

Carrefour Mousseau 

Café-discussion, cuisine collective, atelier découverte

450 468-4926

Centre communautaire des aînés et aînées de Longueuil 

Activités variées, scrabble duplicate, peinture et créativité, cartes, et autres

450 677-6677

Centre communautaire Le trait d'union 

Activités variées, jeux de société, tricot, danse sociale, pétanque

450 647-1107 #202

Club Bel-âge de Saint-Hubert 

Baseball-poche, danse, quilles, pétanque et autres

450 463-7100 #4812

Club de cartes du mardi 

450 463-7100 #4812

Club FADOQ Greenfield Park 

Cartes, artisanat, sacs de sable, bridge, scrabble

450 463-7100 #4812

Club FADOQ Laflèche 

Billard, sorties, baseball-poche, cartes, quilles, danse, palet

450 463-7100 #4812

Club de l'âge d'or de LeMoyne (FADOQ) 

Sacs de sable, cartes

450 463-7100 #4812

Club de l'âge d'or de Saint-Hubert (FADOQ) 

Baseball-poche, billard, cartes, quilles et autres

450 463-7100 #4812

Club de l'âge d'or Bienville 

Sacs de sable, jeux de société, jeux de cartes (cribage et autres)

450 463-7100 #4812

Club de l'âge d'or italien de Saint-Hubert 

Cartes, billard, bocce, sacs de sable, sorties

450 463-7100 #4812

Club de l'âge d'or Jacques-Cartier 

Danse et souper

450 463-7100 #4812

Club de l'âge d'or Saint-Charles-Borromée 

Cartes, sacs de sable et pétanque-atout

450 463-7100 #4812

Club FADOQ Saint-Josaphat de LeMoyne 

Baseball-poche, cartes (bridge et whist-militaire), quilles

450 463-7100 #4812

Club informatique 

Club entraide informatique

450 463-7100 #4812

Conseil canadien des aveugles de Longueuil 

Cartes, quilles, rencontres

450 463-7100 #4812

Golden Jubilee Club of Greenfield Park 

Bingo, cartes, scrabble

450 463-7100 #4812

Greenfield Park Pioneer Men's Club 

Palet

450 463-7100 #4812

Intermission de Longueuil 

Soupers et sorties, déjeuners du dimanche pour personnes seules

450 679-7070

Joyeux retraités 

Baseball-poche, bingo, cartes (whist-militaire), chorale, tricot, danse, danse en ligne, voyages et autres

450 463-7100 #2404

Loisir Quévillion 

Billard

450 463-7100 #4812

Loisirs Saint-Vincent de Paul/Champlain Gamache 

Cartes et scrabble

450 646-8808



Maison des Tournesols **SH**

Centre de jour pour aînés, activités variées (autonome ou en perte d'autonomie), centre de jour pour personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer

450 445-9290

Maison internationale de la Rive-Sud **VL LMSH GP**

Activités diverses interculturelles offertes aux aînés immigrants

450 445-8777

Maison Le Réveil **VL**

Centre communautaire de loisirs pour les 50 ans et plus. Danse, danse en ligne, cartes, scrabble, café Le Réveil, bridge et autres

450 670-5268

Société d'Alzheimer **VL LMSH GP**

Centre de jour pour personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer

450 442-3333

Regroupement des aveugles et amblyopes du Montréal métropolitain **VL LMSH GP**

Activités de loisirs adaptées aux personnes vivant avec une déficience visuelle

514 277-4401

Rendez-vous Bellerive **VL**

Cartes, conférences

450 463-7100 #4812

South Shore Community Partners Network **GP**

Conférences

450 463-7100 #4812

Uni-club **VL**

Danse en ligne et soupers dansants

450 463-7100 #4812

LOISIR SPORTIF

Aînés en mouvement **SH**

Grande variété de cours d'activités physiques supervisées par des kinésiologues

450 465-2609

Alternative Centregens **VL**

Conditionnement physique, marche, plein air, etc pour les personnes ayant ou ayant vécues une problématique en santé mentale.

450 651-0651

Arthrite Rive-Sud

Cours d'exercices physiques adaptés aux personnes souffrant d'arthrite

438 630-7215

Association Bellerive 

Conditionnement physique léger, Zumba gold

450 463-7100 #4812

Association de pétanque du Boulodrome de Longueuil 

450 463-7100 #4812

Association des aveugles de la Rive-Sud    

Activités éducatives, culturelles, récréatives et sportives adaptées aux personnes vivant avec un déficience visuelle

450 463-7100 #4812

Association des italiens de la Rive-Sud 

Bocce intérieur et extérieur

450 463-7100 #4812

Bon Pied Bon Cœur 

Club de randonnée pédestre

450 468-3333

Centre communautaire des aînés et aînées de Longueuil 

Marche active, yoga sur chaise

450 677-6677 #202

Centre communautaire Le trait d'union 

Grande variété de cours d'activités physiques, forfait santé disponible, marche nordique, yoga, danse sociale, conditionnement physique et autres

450 647-1107

Centre d'activités physiques préventives pour adultes 

450 463-7100 #4812

Club Bel-Âge de Saint-Hubert 

Pétanque

450 463-7100 #4812

Club de fer Arsène-Lafrance 

Pétanque et fer

450 463-7100 #4812

Club de l'âge d'or Bienville 

Pétanque

450 463-7100 #4812

Club de l'âge d'or de LeMoyné 

Pétanque

450 463-7100 #4812

Club FADOQ Laflèche 

Pétanque, conditionnement physique, essentrics

450 463-7100 #4812

Club de marcheurs du Centre Cousineau 

Marche extérieure en groupe

450 463-7100 #4812

Club de pétanque de Greenfield Park 

450 463-7100 #4812

Club de pétanque Saint-Charles 

450 463-7100 #4812

Club des italiens de Saint-Hubert 

Bocce extérieur

450 463-7100 #4812

Club FADOQ de Greenfield Park 

Activités physiques (vie active), danse en ligne

450 463-7100 #4812



Club FADOQ Saint-Josaphat de Le Moyne **VL**

Pétanque

450 463-7100 #4812

Greenfield Park Oldtimers Hockey Tournament **GP**

Hockey

450 463-7100 #4812

Joyeux retraités **VL**

Conditionnement physique, aquaforme, danse en ligne, pétanque et autres

450 463-7100 #2404

Ligue de pétanque Saint-Vincent-de-Paul **VL**

450 463-7100 #4812

Loisir du Vieux-Longueuil **VL**

Différentes activités physiques. Tai chi, Zumba gold, yoga

450 646-6720

Maison internationale des aînés **VL LMSH GP**

Activités diverses interculturelles offertes aux aînés immigrants

450-445-8777

La Ville de Longueuil offre une programmation de loisir variée dans ses différentes installations: aquaforme, conditionnement physique, yoga, peinture, dessin, sculpture, et bien d'autres. Consultez le site Internet de la Ville au longueuil.quebec pour connaître toute la programmation. Pour toutes questions supplémentaires, n'hésitez pas à contacter le 311.

LOISIR CULTUREL

Atelier Théâtral de Longueuil **VL**

450 463-7100 #4812

Carrefour Mousseau **VL**

Art créatif

450 468-4926

Centre communautaire Le trait d'union **VL**

Danse sociale, peinture, théâtre, guitare, brunchs spectacles

450 647-1107

Cercle des sculpteurs sur bois de Saint-Hubert **SH**

Sculpture sur bois

450 463-7100 #4812

Club FADOQ Laflèche **SH**

Peinture

450 463-7100 #4812



CRÉDIT PHOTO: APLA PHOTO

Groupe Folklorique de la Troupe Joyeuse VL

Danse folklorique

450 463-7100 #4812

Maison internationale de la Rive-Sud VLLMSHGP

Activités diverses interculturelles offertes aux aînés immigrants

450 445-8777

Maison Le Réveil VL

Peinture

450 670-5268

Pattes et Patrimoines VL

Danse traditionnelle québécoise avec musicien

450 463-7100 #4812

Seaway Swingers GP

Danse carrée moderne

450 463-7100 #4812

Société de généalogie de Longueuil VL

Conférences et ateliers sur la généalogie

450 463-7100 #4812

Société de généalogie de Saint-Hubert SH

Conférences et ateliers sur la généalogie

450 463-7100 #4812

Société d'histoire de Longueuil VL

Recherche historique, archive et diffusion du patrimoine

450 674-0349

Société historique et culturelle du Marigot VL

Recherche historique, archive et diffusion du patrimoine

450 463-7100 #4812

Société philatélique de la Rive-Sud VLLMSHGP

Rencontres pour les collectionneurs de timbres

450 463-7100 #4812

FORMATION/CONFÉRENCE

Action-Services Aux proches aidants de Longueuil

Répit pour aidant, groupe d'entraide, écoute

450 928-0776

Arthrite Rive-Sud

Conférences et ateliers mieux-être; programme «Mon arthrite je m'en charge»

438 630-7215

Carrefour Mousseau

Déjeuner-conférence

450 468-4926

Centre communautaires des aînés et aînées de Longueuil

Conférence, cours de tablette et atelier

450 677-6677 #212

Centre communautaire Le trait d'union

Cours d'informatique, cours de langues (anglais, italien, espagnol)

450 647-1107

Centre d'information sur l'environnement de Longueuil

Promotion et éducation pour un environnement sain

450 463-7100 #4812

Club d'ornithologie de Longueuil

Conférences et ateliers pour les amateurs d'ornithologie

450 463-7100 #4812

Rendez-vous Bellerive

Conférences sur des sujets variés touchant les femmes (Mardi socio-cultur'elle)

450 463-7100 #4812

Réseau des bibliothèques publiques de Longueuil

Initiation à l'informatique, initiation à Facebook, initiation à Ms Word, conférences grand public

450 463-7180

Société Alzheimer Rive-Sud

Formations, conférences

450 442-3333

Société d'histoire de Longueuil

Conférences sur l'histoire

450 674-0349

Société d'histoire de Saint-Hubert

Conférences sur l'histoire

450 463-7100 #4812

Société d'horticulture et d'écologie de Longueuil

Conférences, cours et ateliers

450 463-7100 #4812

Société historique et culturelle du Marigot

Conférences sur l'histoire

450 463-7100 #4812

South Shore Community Partners Network

Conférences

450 463-7100 #4812

Université du 3^e âge

Formations continues sur des sujets variés

450 670-5027

SYSTÈME D'ALERTE AUTOMATISÉ



PARCE QUE CHAQUE MINUTE COMPTE

Outil important qui permet au personnel de la sécurité publique de la Ville de Longueuil de vous informer rapidement lors de situations d'urgence qui pourraient survenir dans votre quartier ou sur l'ensemble du territoire. Pour vous assurer de recevoir les alertes de la Ville, vous devez vous inscrire à la liste d'envoi en remplissant le formulaire d'inscription à longueuil.quebec/on-vous-appelle

Adhérez à ce programme sans tarder, c'est gratuit!

Si vous n'avez pas de connexion Internet à la maison et que vous souhaitez vous inscrire, nous vous conseillons :

- de téléphoner au 311
- de vous présenter dans l'une succursales du Réseau des bibliothèques publiques de Longueuil



*Centre de Bénévolat
de la Rive-Sud*

longueuil