

6^e
ÉDITION
2023

Un toit pour soi

Guide
des milieux de
vie et services
aux aînés



**MAISONS
DES AÎNÉS**

HLM

**COOPÉRATIVE
D'HABITATION**

CHSLD

**MAINTIEN À
DOMICILE**

RI-RTF

OBNL

RPA

**COMMENT
CHOISIR ?**

**RESTER
CHEZ SOI ?**

DÉMÉNAGER ?

**BESOINS ET
BUDGET ?**

**DROITS ET
CHOIX ?**



*Table Action
Abus Aînés Mauricie inc.*

Cette 6^e édition est réalisée par

Le comité hébergement de la Table Action Abus Aînés Mauricie :

Mme Marie Lefebvre-directrice générale - Table Action Abus Aînés Mauricie

Mme Élodie Hartmann-doctorante en psychologie - Table Action Abus Aînés Mauricie

M. André Lecomte-président - Table Action Abus Aînés Mauricie

Mme Liette L. Lafontaine - secrétaire-trésorière - Table Action Abus Aînés Mauricie

Mme Rita Morin-vice-présidente - Table Action Abus Aînés Mauricie

Mme Diane Boisselle – directrice bénévole et vice 1^{ère} présidente - AQDR Trois-Rivières

Conception de la page couverture, mise en page et illustration :

Graffiks.ca, Trois-Rivières



6^e édition, Table Action Abus Aînés Mauricie
1-617, boulevard du Saint-Maurice,
Trois-Rivières, QC G9A 3P3
communication@abusainesmauricie.org

Le document peut être partagé gratuitement. Toute traduction, modification ou adaptation en tout ou en partie, est strictement interdite sans l'autorisation préalable de la Table Action Abus Aînés Mauricie inc.



AIDE MÉMOIRE



TABLE DES MATIÈRES

Préambule	1
La Table Action Abus Aînés Mauricie.....	2
Processus pour une prise de décision éclairée	3
Pistes de réflexion avant de débiter.....	4
Cibler vos besoins	5
Dans quelle région s’installer	17
Budget.....	18
État de vos revenus	18
État de vos dépenses.....	19
Sommaire du budget.....	20
Types d’hébergement	21
Habitations à loyer modique (HLM).....	22
Organisations sans but lucratif d’habitation (OSBL-H)	23
Coopératives d’habitation	24
Maisons des aînés ou Maisons alternatives	25
Ressources intermédiaires et de type familial (RI-RTF).....	26
CHSLD - Centre d’hébergement et de soins longue durée	27
Les résidences privées pour aînés (RPA)	28
Maintien à domicile	29
Crédit d’impôt pour frais engagés par un aîné pour maintenir son autonomie	29
Services à domicile du CIUSSS-MCQ	29
Services de prévention des chutes du CIUSSS-MCQ.....	30
Programme Viactive	30
Les centres de jour du CIUSSS-MCQ	31
Programme PAIR	31
Centres d’action bénévole.....	31
Les entreprises d’économie sociale d’aide à domicile - Aide chez soi.....	32
Comparer les options.....	33
Aspects administratifs et légaux.....	34
Mandat de protection.....	34
Signature d’un bail pour une résidence privée pour aînés (RPA)	35
Aide, insatisfactions et plaintes.....	36
Augmentation du loyer.....	36
Modification du bail	37
Résilier un bail	37
Vendre sa propriété.....	38
Maltraitance envers les aînés.....	39
Conclusion.....	42
Ressources	43

PRÉAMBULE

Fidèle à sa tradition, la Table Action Abus Aînés Mauricie publie la 6^e édition du guide sur le choix du meilleur milieu de vie pour les aînés.

Le guide «Un toit pour soi» s'adresse à tous ceux et celles qui se questionnent sur les différents types d'habitations offerts aux aînés. L'objectif est de rassembler les éléments de réponse à un seul endroit, afin de faciliter le processus de réflexion et la prise de décision éclairée.

En effet, le choix du milieu de vie implique de prendre en considération plusieurs éléments, tels que vos besoins particuliers, les services que vous jugez nécessaires ou que vous désirez avoir à proximité, votre réalité financière, etc. Choisir un endroit où vivre, c'est aussi bien vieillir dans un milieu de vie qui reflète nos désirs, en termes de liens et de participation sociale. Le choix d'une habitation deviendra sans aucun doute un milieu de vie où chacun d'entre vous pourra continuer à s'épanouir pleinement !

Pour certains, cette réflexion est un processus à long terme, alors que pour d'autres la décision doit être prise rapidement, selon l'état de santé, les changements, les deuils, etc. Qu'il s'agisse d'un changement qui s'inscrit dans un avenir proche ou éloigné, envisager de quitter son logement peut aussi être difficile émotionnellement.

Avec cette nouvelle édition, la Table souhaite vous offrir un outil d'analyse qui accompagnera votre réflexion dans le choix d'un milieu de vie, en vous permettant de connaître les différentes possibilités qui s'offrent à vous, en fonction de votre réalité.

Une version électronique du guide est disponible sur le site de la Table Action Abus Aînés Mauricie. <https://abusainesmauricie.org/>

À NOTER

Dans ce guide, nous référons au CIUSSS-MCQ (Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Mauricie et du Centre-du-Québec). Pour toutes autres régions, vous devez vous référer au CISSS ou CIUSSS de votre région.





Table Action Abus Aînés Mauricie inc.

La Table Action Abus Aînés Mauricie (TAAAM) est un organisme communautaire engagé dans la lutte contre la maltraitance et l'intimidation envers les aînés de même que l'identification de toutes les personnes aînées vulnérables.

Notre organisme ne relève pas du Ministère de la Santé et des Services sociaux, mais bien du Ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale. À titre d'organisme communautaire autonome, nous recevons notre financement du SACAIS, (Secrétariat à l'action communautaire autonome et aux initiatives sociales).

C'est dans ce contexte que la Table oriente et développe ses services et activités en mettant à l'avant-plan : LA PRÉVENTION, LA SENSIBILISATION, LA FORMATION, LA DÉFENSE DES DROITS AINSI QUE LA BIEN-TRAITANCE DES AÎNÉS. C'est avec conviction et détermination que nous croyons en la mise en place d'actions créatives et innovatrices afin de contrer la maltraitance et l'intimidation des aînés. Les activités et les services de la Table s'adressent aux aînés, au grand public, mais également aux intervenants auprès des aînés.

La Table Action Abus Aînés Mauricie regroupe plus de 20 organismes membres actifs œuvrant auprès de la clientèle aînée. Solidaires et ayant à cœur la lutte à la maltraitance des aînés, ses membres s'impliquent activement dans divers projets en partenariat avec la Table. C'est en unissant les forces de chacun que le bien-être et le bien-vieillir des aînés seront préservés et optimisés.

Par son côté novateur et autonome, la Table est soucieuse de s'adapter constamment aux nouvelles réalités vécues par les aînés afin de réaliser sa mission.



PROCESSUS POUR UNE PRISE DE DÉCISION ÉCLAIRÉE

Dans un premier temps, le guide présentera des éléments à prendre en considération afin de cibler vos besoins, de la manière la plus objective possible. Vous trouverez donc plusieurs tableaux qui vous permettront de déterminer les éléments essentiels à retenir dans votre recherche d'un milieu de vie.

Par exemple, vous trouverez une liste des services de santé requis, une grille des services que vous souhaitez retrouver dans votre milieu de vie (ex. services alimentaires, buanderie, coiffure, etc.), ainsi qu'un tableau pour vous aider à définir un budget réaliste.

Finalement, vous trouverez une description de chaque type de milieu de vie et des précisions sur les services offerts par chacun d'eux.

Au terme de votre analyse, vous pourrez contacter des établissements afin de vérifier s'ils correspondent à vos besoins. Vous trouverez des coordonnées et des liens vous permettant d'avoir accès au répertoire des résidences ou des différents types d'habitations pour aînés offerts en Mauricie.

En ce sens, vous verrez que les tableaux comportent également trois colonnes où vous pourrez inscrire le nom de l'établissement contacté. Cela permettra d'inscrire de l'information, comme la disponibilité des services requis et leur coût, afin de déterminer rapidement si le milieu répond à vos besoins. Il s'agit donc d'un outil afin de faciliter la prise d'information lorsque vous communiquerez avec les différents milieux ou lorsque vous effectuerez une visite des lieux d'habitation.

Voici un exemple :

AMÉNAGEMENTS				ÉTABLISSEMENTS		
Pour moi, c'est	Neutre ou pas important	Important	Très important	Nom:	Nom:	Nom:
Appartement complet avec cuisine				Résidence ABC	Résidence XYZ	
Chambre privée fermée à clé						
Meublé ou semi-meublé		X		60\$/mois	Non Dispo.	



Parfois, nous avons tendance à sous-estimer nos besoins et surestimer nos capacités.

Aussi, si vous avez la possibilité d'en discuter avec une autre personne de votre famille, votre médecin ou votre pharmacien, cela peut permettre d'avoir un portrait plus juste de la situation.



Piste de réflexion avant de débiter...



Le choix d'un milieu de vie peut provenir d'une réflexion personnelle ou d'un changement dans votre situation, que cela concerne votre santé, votre autonomie, vos finances ou même votre état civil. Il arrive également que vos proches s'inquiètent pour vous et qu'ils vous encouragent à déménager.

Plusieurs facteurs sont donc à prendre en considération et peuvent susciter du stress, voire des conflits lorsque les opinions diffèrent. L'objectif est donc de prendre le temps de déterminer à ce qui vous amène à réfléchir sur votre milieu de vie, afin que cette décision soit la meilleure pour vous et qu'elle tienne compte de votre réalité.

Qu'est-ce qui m'amène à évaluer les différents milieux de vie ?

Si vous avez l'impression que des personnes exercent une pression sur vous, vous pouvez communiquer avec les organismes suivants afin de vérifier vos droits



CENTRE DE JUSTICE
DE PROXIMITÉ
Mauricie

Centre de Justice de Proximité de la région
819 415-5835 ou 1888 542-1822

Commission des droits de la personne
et des droits de la jeunesse
1 800 361-6477



AQDR de Trois-Rivières
819 697-3711

Si vous avez besoin de soutien et d'écoute,
vous pouvez communiquer avec les organismes suivants:

INFO-SOCIAL

811

OPTION 2



La ligne **1-888-489-2287**
Aide Abus Aînés



Table d'Action
Abus Aînés, Mauricie inc.

819 697-3146

CIBLER VOS BESOINS

Voici un tableau à compléter afin de cibler vos besoins en fonction de différents critères. Cette section sera particulièrement utile lors de votre visite des milieux de vie, mais des éléments peuvent également servir à cibler des aménagements que vous pourriez faire à votre domicile actuel.

Il est important de savoir que plusieurs services peuvent engendrer des coûts supplémentaires, qu'il faudra considérer dans le budget.

AMÉNAGEMENTS

Pour moi, c'est	Neutre ou pas important	Important	Très important	
Appartement complet avec cuisine				
Chambre privée fermée à clé				
Meublé ou semi-meublé				
Possibilité d'apporter des meubles /réfrigérateur				
Salle de bain privée Barre d'appui dans le bain et près de la toilette				
Luminosité et dimension des fenêtres				
Espace de rangement sous clé				
Air climatisé				
Insonorisation des pièces				
Balcon personnel				
Contrôle du chauffage				
Qualité de la vue extérieure				
Espace extérieur (jardin, balançoire)				
Salle de lavage dans le bâtiment				
Propreté des lieux				
Garde-robe et penderie				
Mains courantes dans les corridors et escaliers				
Revêtements de plancher (tapis, bois, tuile)				

AUTRES CONSIDÉRATIONS / AMÉNAGEMENTS

Pour moi, c'est	Neutre ou pas important	Important	Très important	
Ligne téléphonique privée ou centrale*				
Câble (télévision)*				
Accès Internet, WiFi*				
Animal de compagnie autorisé*				
Droit de fumer dans la chambre ou le logement*				
Casier postal personnel				
Stores et rideaux inclus				
Autres :				

*Ces services peuvent engendrer des coûts supplémentaires (\$)

SÉCURITÉ

Pour moi, c'est	Neutre ou pas important	Important	Très important	
Système de surveillance électronique				
Surveillance par un gardien (jour, soir, nuit)				
Interphone à la porte d'entrée				
Judas optique ou chaîne de sûreté sur la porte du Logement				
Portes codées ou doubles clés				
Système d'appels d'urgence				
Sortie de secours à l'étage				
Extincteur portatif dans le logement				
Détecteur de fumée dans la chambre ou l'appartement				
Système de gicleur (incendie)				

ÉTABLISSEMENTS

Nom:	Nom:	Nom:

ÉTABLISSEMENTS

Nom:	Nom:	Nom:

SERVICES D'AIDE ET DE SOINS DE SANTÉ

Pour moi, c'est	Neutre ou pas important	Important	Très important	
Assistance pour l'habillement*				
Assistance pour l'alimentation*				
Assistance pour les déplacements à l'intérieur*				
Assistance pour les déplacements à l'extérieur*				
Soins d'hygiène corporelle*				
Assistance au bain*				
Soins reliés à l'incontinence*				
Soins des pieds*				
Infirmière sur place				
Médecin sur place				
Prise de sang*				
Prise de tension artérielle*				
Prise de glycémie*				
Gestion de médicaments*				
Service de coiffure*				
Autres:				

*Ces services peuvent engendrer des coûts supplémentaires (\$)

ACCESSIBILITÉ

Pour moi, c'est	Neutre ou pas important	Important	Très important	
Ascenseur				
Rampe d'accès				
Sans escalier				
Adapté aux fauteuils roulants				
Stationnement extérieur*				
Stationnement intérieur*				
Déneigement				
Service d'accompagnement*				
Transport adapté*				
Navette pour l'épicerie				
Autres:				

*Ces services peuvent engendrer des coûts supplémentaires (\$)

ÉTABLISSEMENTS À PROXIMITÉ

Pour moi, c'est	Neutre ou pas important	Important	Très important	
Église				
Institution financière				
Pharmacie				
Centre commercial				
Centre d'activités physiques				
Transport en commun				
Épicerie				
Cinéma				
Autre:				

ÉTABLISSEMENTS

Nom :

Nom :

Nom :

ÉTABLISSEMENTS

Nom :

Nom :

Nom :



SERVICES ALIMENTAIRES (SI APPLICABLES)

Pour moi, c'est	Neutre ou pas important	Important	Très important	
Repas offerts par la résidence A. Déjeuner B. Dîner C. Souper				
Service à la salle à manger				
Service à la chambre ou au logement				
Collations				
Cuisinière accessible aux résidents				
Menus •Plats au choix à chaque repas •Rotation des menus •Allergies •Diabète •Végétarien				
Horaire des repas				
Possibilité de garder de la nourriture sèche dans la chambre				
Possibilité de crédit pour les repas non consommés en cas d'absences prolongées				
Possibilité de recevoir des invités pour les repas (avec réservation).				
Autres:				

SERVICES D'ENTRETIEN

Pour moi, c'est	Neutre ou pas important	Important	Très important	
Service de buanderie • Literie • Vêtements • Nettoyage à sec				
Service d'entretien ménager • Hebdomadaire • Bimensuel • Mensuel				
Autres:				

SERVICES DES LOISIRS ET ENVIRONNEMENT

Pour moi, c'est	Neutre ou pas important	Important	Très important	
Salle commune				
Local réservé au culte et offices religieux				
Ambiance et décor				
Activités organisées • À l'intérieur • À l'extérieur				
Salle de conditionnement physique				
Service des loisirs				
Présence d'un animateur sur place				
Billard / quilles / pétanque				
Piscine				
Association/comité de résidents comité de milieu de vie				

ÉTABLISSEMENTS

Nom :	Nom :	Nom :

ÉTABLISSEMENTS

Nom :	Nom :	Nom :

DANS QUELLE RÉGION S'INSTALLER

Afin d'orienter vos recherches, vous devrez être en mesure d'identifier dans quel quartier, dans quel secteur de la ville ou encore dans quelle région vous souhaitez habiter. Cela est essentiel pour orienter vos recherches, puisque les quartiers ont aussi une incidence sur le coût des logements.

Le choix de la ville ou du quartier dépend largement de vos préférences, bien que d'autres variables soient à prendre en considération, telles que la distance des services de santé, de l'épicerie ou de la pharmacie, ainsi que la distance des centres d'activités que vous fréquentez. Cette réflexion peut également inclure la proximité des personnes que vous côtoyez, qu'ils soient membres de la famille ou amis.

En effet, le sentiment d'être isolé ou le manque d'autonomie peut affecter votre bien-être. Aussi, bien qu'il soit possible que vous possédiez une voiture ou que vous ayez accès à un moyen de transport actuellement, il peut être intéressant d'envisager les alternatives qui pourraient s'avérer nécessaires dans le futur (transport en commun, transport adapté, navette, etc.).

Pour moi, il est important d'être à proximité de...

Ville, quartier ou secteur désiré:

BUDGET \$

Afin de faire un choix éclairé, il est important de prendre en considération vos revenus et d'établir un budget réaliste, incluant les différents types de dépenses. L'objectif est d'éviter, autant que possible, de ressentir un stress financier en raison des imprévus.

Vos revenus peuvent également inclure ceux de votre conjoint/conjointe.

ÉTAT DE VOS REVENUS

REVENUS MENSUELS APPLICABLES	MES REVENUS	CONJOINT OU CONJOINTE <small>SI APPLICABLE</small>
Pension de la sécurité de la vieillesse (PSV)		
Supplément de revenu garanti (SRG)		
Rentes du Québec (RRQ)		
Revenus de régimes privés de retraite		
Revenus d'emplois		
Revenus de placements		
Revenu d'un REER ou FERR		
Rentes diverses (ex : veuf)		
AUTRES		
TOTAL DE VOS REVENUS POSSIBLES	\$	\$

Le saviez-vous?

Il existe différents crédits d'impôt qui sont offerts à partir de l'âge de : 60 ans, 65 ans, 70 ans et plus: (ex: prolongation de carrière, maintien à domicile, activités des aînés etc..)
Pour vérifier votre admissibilité aux différents crédits d'impôt offerts, contactez Revenu Québec ou consultez le site web suivant :
<https://justepourtous.revenuquebec.ca/fr/profils/aines>

ÉTAT DE VOS DÉPENSES

Dans cette section, il s'agit d'estimer de façon réaliste les dépenses que vous faites. Comme certaines dépenses sont difficiles à estimer mensuellement, il est possible d'inscrire le montant annuel que vous pourrez additionner.

DÉPENSES	MENSUELLES	ANNUELLES
Assurances: vie, biens et responsabilité civile, automobile		
Téléphone, câble, internet		
Alimentation (épicerie, restaurant)		
Transport en commun / essence		
Permis de conduire, immatriculation		
Entretien et réparations de voiture		
Vêtements		
Médicaments et soins de santé		
Dentiste, optométriste, prothésiste, etc.		
Loisirs, sorties et vacances		
Activité physique (abonnement ou cours)		
Journaux, livres et loteries		
Soins personnels (coiffure, pédicure, etc.)		
Remboursement de dettes		
Acomptes provisionnels (impôts)		
Autres :		
TOTAL DE VOS DÉPENSES	\$	\$

SOMMAIRE DU BUDGET

Le budget dont vous disposez pour l'habitation correspond à votre revenu moins vos dépenses.

Néanmoins, il se peut que le milieu de vie couvre une partie des dépenses, tels que la téléphonie ou le service de télévision, qui peuvent être comprises dans le montant du loyer. Ainsi, lorsque vous aurez à comparer des options, n'oubliez pas de vérifier ce que vous avez inclus dans la section dépenses (tableau p.21).

SOMMAIRE DE MON BUDGET POUR L'HABITATION

Revenus mensuels	
Dépenses mensuelles	
Vos revenus moins vos dépenses.	

**Une fois le montant du bail versé
à la résidence, me reste-t-il
suffisamment d'argent pour me
payer des petites gâteries ?**



TYPES D'HÉBERGEMENT

Maintenant que vous connaissez le montant qui pourra être consacré à votre habitation, c'est le moment d'identifier ce qui convient à votre réalité et à vos besoins. Les personnes âgées devraient avoir la possibilité de choisir le milieu de vie qui leur convient, y compris le maintien dans le domicile actuel. Néanmoins, il va sans dire que le choix dépend de certains facteurs, tels la condition financière, l'état de santé, le sentiment de sécurité et plus encore.

Milieu de vie: milieu où vous pouvez habiter et qui convient le mieux pour subvenir à vos besoins, que ce soit au niveau de l'alimentation, la réalisation des activités quotidiennes, le sentiment de sécurité, les relations interpersonnelles, les loisirs, les soins de santé, et autres.

Les hébergements peuvent également s'adresser à des clientèles spécifiques, soit des personnes autonomes, semi-autonomes, en perte d'autonomie, en convalescence, ou ayant des pertes cognitives. Ces éléments peuvent être pertinents à prendre en considération lorsqu'on souhaite faire un choix à long terme. Par exemple, certains milieux sont dits évolutifs et permettent à un résident d'y vivre même si son état change. Pour avoir accès aux milieux de vie régis par le CIUSSS-MCQ, une évaluation préalable doit être effectuée par un travailleur social du réseau de la santé (perte d'autonomie, maladie, etc.).

Dans les prochaines pages, nous vous présenterons les milieux de vie suivants :

- **Organismes sans but lucratif d'habitation** (OSBL-H)
- **CHSLD**
- **Coopératives d'habitation**
- **Résidences privées pour personnes âgées** (RPA)
- **Maisons des aînés ou Maisons alternatives**
- **Maintien à domicile**
- **Ressources intermédiaires et de type familial** (RI-RTF)
- **HLM - Habitations à loyer modique**

LE SAVIEZ-VOUS ?

Toute certification garantit la conformité de l'établissement, en lien avec la réglementation en vigueur. Cette certification est généralement renouvelable tous les quatre ans. Avant de recevoir des locataires, chaque résidence privée doit obtenir une certification qui garantit aux futur(e)s locataires le respect de plusieurs mesures concernant, par exemple, l'hygiène et la sécurité. Le gouvernement met à la disposition des citoyens(ennes) un outil de recherche permettant d'accéder à une liste de résidences privées certifiées conformes.

<http://k10.pub.msss.rtss.qc.ca/k10accueil.asp>

Tiré du journal Clic Aînés, Novembre 2022, Vos droits et obligations en lien avec la signature d'un bail ou
Me Marie Allard, juriste, Centre de justice de proximité de la Mauricie



Certification des résidences
privées pour aînés MCQ
1325, avenue des Pensées, 5e étage
Bécancour (Québec) G9H 2T1
819-863-5806, poste 42237
04CertificationRPA@ssss.gouv.qc.ca

Habitations à loyer modique (HLM)

Description du milieu	L'Office Municipal d'Habitation est un organisme parapublic sans but lucratif. Il favorise le logement social des personnes à faible revenu, en permettant de contribuer selon le revenu disponible de chacun et chacune. Des logements sont réservés pour une clientèle aînée.
Aménagements	Appartement complet Appartement adapté
Clientèle	Personnes retraitées autonomes (50 ans +) Personnes ayant un handicap
Contact	Office Municipal d'Habitation de Trois-Rivières 660, rue Hertel, Trois-Rivières (Québec) G9A 1G8 819 378-5438

Il existe également le Programme de supplément au loyer (PSL) qui permet, selon certaines conditions, d'habiter dans un logement sur le marché, dans une coopérative d'habitation ou un OSBL, tout en payant un moindre coût. Une demande peut être faite auprès de l'Office municipal d'habitation.

Pour de plus amples informations, consultez les sites internet suivants en fonction du territoire choisi;

Trois-Rivières et environs:

www.omhtr.ca/centre-de-services/les-offices-d-habitation-de-la-mauricie

Shawinigan: www.omhshawinigan.com/

La Tuque: www.ville.latuque.qc.ca/fr/repertoire/2583/office-municipal-d-habitation-omh

Pour les conditions d'admission consultez le formulaire de demande:

www.omhtr.ca/fichiers/file/administratifs/4501_demande-logement_2022-06-13.pdf



Organismes sans but lucratif d'habitation (OSBL-H)

Description du milieu	Les habitations pour personnes âgées à but non lucratif offrent des logements abordables à des personnes ayant un faible revenu. Ces habitations sont issues d'initiatives citoyennes (organisations communautaires), administrées démocratiquement par un conseil d'administration. Elles peuvent parfois offrir des soins de santé pour personnes en perte d'autonomie.
Aménagements	Chambre individuelle, studio ou appartement Milieu adapté aux fauteuils roulants et déambulateurs Système d'appels d'urgence fixe Salle de lavage Salle communautaire et loisirs Repas
Clientèle	Personnes autonomes ou semi-autonomes
Contact	Fédération régionale des OSBL d'habitation de la Mauricie et du Centre-du-Québec 399A, boulevard Sainte-Madeleine, bureau 202, Trois-Rivières, Mauricie, QC, G8T 3M7 frohmca@gmail.com https://frohmca.org/ 819 697-3004

OSBL-H EN MAURICIE
Résidence Le Jardin
897, rue St-Pierre,
Trois-Rivières, Québec, G9A 4W5
819 374-0825
<https://residencelejardin.com>

Résidence Le Renaissance
547, rue Commerciale,
La Tuque, Québec, G9X 3A7
819 676-3030
<https://residencelerenaissance.com>

Résidence Christ-Roi
1190, Notre-Dame,
Shawinigan, Québec, G9N 3S4,
819-539-8874
<https://residencechristroi.ca>



Coopératives d'habitation

Description du milieu	<p>Les coopératives d'habitation pour personnes âgées offrent des logements à prix abordables, tout en favorisant la vie communautaire à l'intérieur de l'édifice. Les membres de la coop partagent des frais communs pour l'entretien de l'immeuble et du terrain. Ces habitations privées sont administrées de manière démocratique par un conseil d'administration. Les membres peuvent donc participer aux prises de décision concernant la coopérative, ses règlements et ses politiques, dans un souci d'équité et de solidarité.</p> <p>Les coopératives d'habitation pour personnes âgées favorisent la participation des membres, selon leurs désirs, autant au niveau du milieu de vie que par l'organisation d'activités sociales visant à réduire l'isolement et la solitude.</p>
Aménagements	<p>Chambre individuelle ou appartement complet Milieu adapté aux fauteuils roulants et déambulateurs Services de conciergerie Salle de lavage Salle communautaire et loisirs Salle à diner commune</p>
Clientèle	<p>Personnes autonomes</p>
Contact	<p>Fédération des coopératives d'habitation de la Mauricie et du Centre-du-Québec (LA FECHMACQ) 140, Rue Hériot Drummondville (Qc) J2C 1J8 1 888 477-6986 info@fechmacq.ca</p>

Pour en savoir plus, vous pouvez consulter les sites internet suivants:

Fédération des coopératives d'habitation de la Mauricie et du Centre-du-Québec (LA FECHMACQ)
<https://cooperativehabitation.coop/mauricie-et-centre-du-quebec/>

Pour rechercher une coopérative d'habitation en Mauricie:
https://cooperativehabitation.coop/cooperatives/?_sft_federations=fechmacq

Maisons des aînés ou Maisons alternatives

Description du milieu	<p>Nouveau modèle d'hébergement centré sur la personne et adapté à ses besoins, afin de favoriser la participation sociale et le maintien des capacités.</p> <p>Les établissements font partie des ressources intermédiaires (RI), gérés par des organismes publics gouvernementaux, et font partie intégrante du CIUSSS-MCQ.</p> <p>Il s'agit de maisons comprenant environ 12 chambres individuelles.</p> <p>*L'hébergement sera disponible en 2023</p>
Aménagements	<p>Chambres individuelles Toilettes et douches adaptées Aide à l'alimentation Aide à l'habillement Aide au bain Hygiène quotidienne Aide au lever Aide au coucher Aide aux déplacements Aide pour incontinence urinaire Aide pour incontinence fécale Assistance personnelle Gestion des médicaments Distribution des médicaments Administration des médicaments</p>
Clientèle	<p>Maisons des aînés: personnes âgées en perte d'autonomie</p> <p>Maisons alternatives: adultes vivant une situation de handicap en raison d'une déficience physique, intellectuelle ou un trouble du spectre de l'autisme</p>
Contact	<p>Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux à Trois-Rivières 858, Terrasse Turcotte, Trois-Rivières (Québec) G9A 5C5, Canada 819-375-3111</p>

Ressources non institutionnelles (RNI)

Ressources intermédiaires et de type familial (RI-RTF)

Description du milieu	<p>Les ressources intermédiaires et de type familial (RI-RTF) offrent un milieu de vie complémentaire au milieu naturel (maison) ou au milieu institutionnel, dans le cadre d'un partenariat avec les établissements publics. Ces milieux sont accessibles par l'intermédiaire d'une recommandation du réseau de la santé. Le montant à déboursier mensuellement est fixé par le gouvernement.</p> <p>L'objectif est de favoriser l'intégration sociale et l'autonomie de la personne adulte, en fournissant un milieu de vie qui se rapproche du milieu naturel.</p> <p>Les établissements sont classés en fonction du niveau d'intensité des services offerts : régulier, léger, élevé.</p>
Aménagements	<p>Chambre, studio ou appartement</p> <p>Services de base:</p> <ul style="list-style-type: none">·Service de repas·Entretien des vêtements·Entretien du milieu de vie·Assistance à l'usager dans ses activités courantes et son hygiène·Suivi avec les services de santé (suivi médical)·Gestion des médicaments·Gestion des allocations pour dépenses personnelles·Présence d'une personne responsable en tout temps <p>Certains types RI-RTF offrent également des services pour répondre aux besoins particuliers des usagers, incluant l'assistance pour l'alimentation, l'habillement, l'hygiène, l'élimination, la mobilité, le contrôle des impulsions, des émotions et des comportements, etc.</p>
Clientèle	Personnes autonomes, semi-autonomes, non autonomes
Contact	<p>Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux à Trois-Rivières Soutien à domicile: 819-370-2100</p> <p>*Vous pouvez téléphoner à la résidence de votre choix</p>

Si vous avez internet, le document suivant expose la répartition des frais entre l'usager et l'établissement : https://www.ciassca.com/clients/CISSCA/Services_offerts/H%C3%A9bergement/Adultes/Guide_frais_particuliers_03-08-2021_F.pdf

CHSLD

Centres d'hébergement et de soins de longue durée

Description du milieu	<p>Les CHSLD offrent un milieu de vie sécuritaire pour les personnes ayant une perte d'autonomie permanente ou une limitation importante, que ce soit au niveau physique ou cognitif. Ils assurent donc un suivi médical complet, ainsi que les soins d'hygiène.</p> <p>Les CHSLD peuvent être publics, privés conventionnés (associés au CIUSSS) ou privés non conventionnés (établissements entièrement privés). Le montant de la contribution financière des personnes hébergées est déterminé par la RAMQ.</p>
Aménagements	<p>Chambre</p> <p>Chaque établissement offre une gamme de services et d'aménagements, pouvant inclure des éléments tels que :</p> <ul style="list-style-type: none">· Services médicaux et de soins infirmiers· Services d'assistance (alimentation, déplacement, hygiène, etc.)· Services d'adaptation et de réadaptation· Soins palliatifs· Service de repas ou cafétéria· Buanderie· Maintenance· Bibliothèque· Chapelle· Jardin· Piscine· Salle à manger· Salle de conditionnement physique· Pharmacie· Service bancaire· Service de loisirs
Clientèle	<p>Personnes en perte d'autonomie permanente ou ayant une limitation importante (physique ou cognitive)</p>
Contact	<p>Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux à Trois-Rivières 858, Terrasse Turcotte, Trois-Rivières (Québec) G9A 5C5, Canada 819-375-3111 https://ciussmcq.ca/telechargement/956/nos-centres-d-hebergement-en-images/</p>

Les résidences privées pour personnes âgées (RPA)

Description du milieu	<p>Les établissements privés pour personnes âgées accueillent généralement les personnes de 65 ans et plus.</p> <p>Chaque exploitant d'une résidence privée pour aînés (RPA) doit détenir un certificat de conformité émis en vertu de la Loi sur les services de santé et les services sociaux (LSSSS) et l'afficher à l'entrée de la résidence.</p> <p>Certaines RPA sont dites évolutives, en permettant de demeurer au sein du même établissement, même si l'évolution de la situation du résident requiert un changement dans les soins ou l'assistance nécessaire (niveau cognitif ou physique).</p>
Aménagements	<p>Chambres, studios ou appartements</p> <p>L'offre de service dépend de chaque établissement. Elle peut inclure :</p> <ul style="list-style-type: none">·Les repas·Les soins infirmiers·L'aide domestique·Un service des loisirs·Un service de sécurité·Un service d'assistance personnelle·Etc.
Clientèle	<p>Personnes autonomes, semi-autonomes, non autonomes selon la résidence</p>
Contact	<p>*Vous pouvez téléphoner à la résidence de votre choix</p>

Si vous avez accès à internet, nous vous invitons à consulter le site du CIUSSS-MCQ, qui comprend une liste des RPA selon le secteur où vous souhaitez résider. Vous y trouverez également de l'information sur la réglementation qui mène à l'accréditation des RPA.

<https://ciusssmcq.ca/soins-et-services/soins-et-services-offerts/hebergement/residence-privee-pour-aines-rpa/>

Maintien à domicile

La réflexion sur le maintien à domicile est légitime lors de l'analyse des besoins quant à son milieu de vie.

Si vous souhaitez demeurer dans votre domicile, que ce soit dans votre maison, condo ou appartement, et ce, malgré des problèmes de santé ou une baisse de votre autonomie fonctionnelle, sachez qu'il existe des ressources pour vous. À cet effet, il existe des ressources qui peuvent vous aider à adapter votre maison, augmenter votre sentiment de sécurité, réaliser vos activités quotidiennes et plus encore.

Plusieurs ressources sont offertes en partenariat avec le centre local de santé et il existe des organismes communautaires ou des entreprises privées pour certains services également. **Une liste exhaustive des ressources est disponible au CIUSSS-MCQ.**

CRÉDIT D'IMPÔT POUR LES FRAIS ENGAGÉS PAR UNE PERSONNE ÂNÉE POUR MAINTENIR SON AUTONOMIE

Il existe un crédit d'impôt pour les personnes âgées âgées de 70 ans et plus, qui choisissent de louer ou acheter un système de sécurité, tel que le service d'appel automatisé, le détecteur de chutes, le bouton panique ou le bracelet GPS.

Vous pouvez vous renseigner auprès de votre comptable ou encore auprès de Revenu Québec ou de l'Agence du revenu du Canada afin de connaître les différents frais admissibles qui pourraient alléger votre charge financière, tout en demeurant dans votre domicile actuel.

SERVICES À DOMICILE DU CIUSSS-MCQ

Les services à domicile peuvent inclure de l'aide à domicile pour réaliser des activités quotidiennes auprès des personnes âgées, de même que des interventions telles que des soins infirmiers, un suivi nutritionnel, de la réadaptation ou de l'inhalothérapie, etc.

Trois-Rivières	819 370-2100, poste 0
Shawinigan	819 539-8371
La Tuque	819 523-4581
Louiseville	819 228-2731
Saint-Tite	418 365-7555
Sainte-Geneviève-de-Batiscan	418 362-2727



SERVICES DE PRÉVENTION DES CHUTES DU CIUSSS-MCQ

Le **Programme Debout** aborde les habitudes de vie à privilégier pour favoriser l'autonomie et la santé physique, notamment en privilégiant la sécurité du domicile, l'alimentation saine et les activités physiques, etc.

Trois-Rivières	819 370-2200, poste 43206
Shawinigan	1 833 419-1237, poste 5050
La Tuque	819 523-4581, poste 2872
Louiseville	819 228-9486, poste 334
Saint-Tite	418 365-7555, poste 5050
Sainte-Geneviève-de-Batiscan	418 362-2727, poste 5050

Le **Programme Pied** vise à favoriser l'équilibre afin de prévenir les chutes, en proposant des exercices de groupe ou à la maison. Il est offert gratuitement aux personnes de 60 ans et plus.

Trois-Rivières	819 370-2200, poste 2333
Shawinigan	819 539-7500, poste 8648
La Tuque	819 523-4581, poste 2872
Maskinongé	819 228-2731, poste 3353
Saint-Tite	418 365-7555, poste 3061
Sainte-Geneviève-de-Batiscan	418 362-2727, poste 3061

Le **Programme Viactive**. Des organismes de la région proposent un programme d'activités physiques incluant des exercices sécuritaires visant le tonus musculaire, la souplesse et la santé cardiovasculaire, en salle dans votre quartier. Selon les secteurs, les organismes peuvent également proposer des sorties en plein air ou des séances d'activités à la piscine. Les exercices sont présentés par un animateur et ils s'adressent aux personnes de 50 ans et plus.

Trois-Rivières	819 370-2200, poste 2415
Shawinigan	819 539-8371, poste 8218
La Tuque	819 523-4581, poste 2127
Maskinongé	819 228-9486, poste 3345
Mékinac	418 365-7556, poste 5522
Des chenaux	418 362-2728, poste 3522

« INFORMATION À RETENIR :

Les programmes de prévention des chutes, PIED, DEBOUT et VIACTIVE sont offerts en partenariat avec les organismes locaux. Afin de vous prévaloir des services, vous pouvez aussi entrer directement en lien avec les organismes communautaires de votre région ou votre municipalité.



LES CENTRES DE JOUR DU CIUSSS-MCQ

Les centres de jour offrent des programmes d'activités en groupe, qui visent à maintenir l'autonomie des personnes âgées, en favorisant le maintien des activités adaptées à la condition de la personne (autonome, semi-autonome ou en perte d'autonomie).

Trois-Rivières	819 370-2200, poste 0
	819 370-2100
Shawinigan	819 539-8371
La Tuque	819 523-4581
Louiseville	819 228-2731
Saint-Tite	418 365-7555
Sainte-Geneviève-de-Batiscan	418 362-2727

PROGRAMME PAIR

Le programme PAIR est un service de prévention offert gratuitement aux personnes âgées, vivant seule ou en couple, en partenariat avec des organismes locaux. Il s'agit d'un programme d'appels quotidiens visant à assurer la sécurité des personnes, en proposant un système d'intervention lorsqu'une personne n'est pas en mesure de confirmer son état (chute, perte de conscience, etc.). Le programme peut également inclure des rappels pour la prise de médicaments ou pour les rendez-vous et événements.

Les services peuvent être suspendus temporairement lorsque vous visitez vos proches.

Pour vous informer ou vous inscrire : **1-877-997-7247**

Consultez le site web suivant pour découvrir les organismes offrant ce service sur le territoire de la Mauricie : <https://programmepair.ca/en/trouver-votre-organisme-pair/>

CENTRES D'ACTION BÉNÉVOLE

Les Centres d'action bénévole offrent du soutien à la collectivité, en proposant une gamme de services visant à favoriser l'autonomie des personnes, ainsi que le maintien à domicile. Les services peuvent inclure la popote roulante (chaude, congelée ou réfrigérée), des rencontres hebdomadaires pour favoriser la socialisation et des accompagnements personnalisés pour des rendez-vous médicaux, faire l'épicerie ou les courses, etc.

Les Centres d'action bénévole peuvent également offrir d'autres services, tels des activités musicales, physiques et des activités favorisant les relations intergénérationnelles.

Centre d'action bénévole Laviolette	819 378-6050
Centre d'action bénévole MRC de Maskinongé	819 228-3224
Centre d'action bénévole du Rivage	819 373-1261
Centre d'action bénévole de Grand-Mère	819 538-7689
Centre d'action bénévole Le Trait d'Union	819 539-8844
Carrefour d'action bénévole du Haut St-Maurice	819 676-8951
Centre d'action bénévole de la Moraine	819 328-8600
Centre d'action bénévole des Riverains	418 325-3100

LES ENTREPRISES D'ÉCONOMIE SOCIALE D'AIDE À DOMICILE - AIDE CHEZ SOI

Ces entreprises présentes sur tout le territoire de la Mauricie, sous forme de coopératives ou d'organismes à but non lucratif, offrent des services à domicile, moyennant des frais. Les services incluent l'entretien ménager régulier ou l'entretien ménager lourd, la préparation de repas et les courses. Ces services vous sont offerts à moindre coût puisqu'une aide financière de la Régie de l'assurance-maladie (RAMQ) est disponible pour tous, selon vos revenus. D'autres formes de soutien s'offrent à vous tels que le répit et l'assistance personnelle. Tous ces services sont admissibles au crédit d'impôt pour le maintien à domicile.

Pour plus d'informations, nous vous invitons à consulter les sites internet : www.aidechezsoi.com et www.eesad.org/membres/

Vous pouvez aussi communiquer directement, aux numéros suivants, selon votre territoire :

Aide chez soi - Des Chenaux	418 362-3275
Aide chez soi - Énergie	819 537-6060
Aide chez soi - Coopérative d'aide à domicile de Maskinongé	819 228-1563
Les Aides Familiales Mékinac	418 289-2265
Aide chez soi - Trois-Rivières	819 379-5333

INTERVILLE

Interville est une coopérative de solidarité sociale, qui offre des soins et services aux personnes âgées ou en perte d'autonomie, dans le but de maximiser leur bien-être. Elle offre des services d'aide au ménage, de soins, d'aide à la personne, ainsi que des services de répit et de surveillance.

TÉLÉPHONE : 819 371-3243

COURRIEL : info@interville.ca

COOPÉRATIVE DE SOUTIEN À DOMICILE ET D'ENTRETIEN HAUTE-AURICIE

Coopérative de soutien à domicile et d'entretien Haute-Mauricie a le mandat d'offrir des services accessibles et de qualité, centrés sur le respect et la dignité des personnes. Entretien ménager, assistance et soins personnels.

TÉLÉPHONE : 819 523-7171

IMPORTANT

Il existe également des entreprises privées qui peuvent offrir des services, tel que l'entretien ménager léger ou lourd, l'accompagnement, des services de soins à domicile, etc.

COMPARER LES OPTIONS

À ce point-ci, il est possible que vous envisagiez plus d'une option. Il peut être pertinent de comparer les coûts entre certains types de milieux de vie, de même que les avantages de chacun et leurs possibles inconvénients. Par exemple, vous pouvez comparer le coût du maintien à domicile et une habitation pour personnes âgées, afin de pouvoir faire un choix éclairé.

Coûts et services reliés à l'habitation	Domicile Actuel Maintien à domicile	Option 1 Tous types de milieux de vie	Option 2 Tous types de milieux de vie
Service de repas ou épicerie Hebdomadaire ou mensuel			
Coûts estimés des services facturables (\$) <ul style="list-style-type: none"> Chauffage et électricité Service téléphonique, télévision, internet Stationnement ou déneigement 			
Assurances			
Entretien saisonnier, entretien ménager et réparations (maison)			
Transport <ul style="list-style-type: none"> Essence Transport en commun Service d'accompagnement 			
Éléments importants ou très importants pour vous (Voir les tableaux p. 8 à 19)			
Coûts fixes d'habitation - mensuel ou annuel			



ASPECTS ADMINISTRATIFS ET LÉGAUX

En choisissant un milieu de vie, vous devrez probablement signer un bail ou un contrat avec l'établissement où vous emménagerez. De plus, il est possible que ce changement vous amène à résilier un bail, ou même vendre votre propriété. Dans cette partie du guide, il sera donc question des éléments administratifs et légaux à prendre en considération durant ce processus.

Si, à un moment ou l'autre, vous avez l'impression que vos droits ne sont pas considérés, il est possible de communiquer avec les ressources suivantes. Des conseillers pourront répondre à vos questions.

Si vous avez l'impression que des personnes exercent une pression sur vous, vous pouvez communiquer avec les organismes suivants afin de vérifier vos droits



Centre de Justice de Proximité de la région
819 415-5835 ou 1888 542-1822

Commission des droits de la personne et
des droits de la jeunesse
1 800 361-6477



AQDR de Trois-Rivières
819 697-3711

MANDAT DE PROTECTION

Un mandat de protection vous permet de choisir la personne qui aura la charge de prendre des décisions à votre place, en cas d'incapacité. Les décisions peuvent porter sur le lieu de résidence, les soins de santé, la gestion de vos biens, etc.

Lorsque qu'une personne est déclarée incapable, que ce soit en raison d'une perte d'autonomie majeure ou de troubles cognitifs suite à une évaluation médicale ou psychosociale. Le mandat doit être homologué par le tribunal afin d'être effectif. **Il est donc recommandé de consulter un avocat ou un notaire durant cette démarche.**

Vous pouvez consulter le site du gouvernement afin de connaître les étapes à suivre pour faire votre mandat de protection. Des exemples sont également téléchargeables sur le site.

<https://www.quebec.ca/justice-et-etat-civil/protection-legale/mandat-de-protection/faire-votre-mandat-de-protection>

Signature d'un bail dans une résidence privée pour personnes âgées (RPA)

Le bail est un contrat qui définit les engagements respectifs d'un locataire et d'un exploitant d'une habitation, en ce qui concerne la location d'un logement ou d'une chambre. Il détermine les conditions générales de votre entente avec la résidence. On y retrouve notamment le coût du loyer de base et les services généraux inclus ou exclus au bail. Dans la plupart des cas, vous devez signer un bail de 12 mois.

Lors de visites de résidences, ne vous engagez pas par écrit, ni même verbalement auprès de plus d'un exploitant. Vous pouvez demander quelques jours pour lire le document d'accueil. Le document d'accueil, doit détailler le coût et la fréquence des services et des soins personnels offerts par la résidence que vous décidez d'inclure ou non à votre bail. Il est important de savoir que si vous êtes admissible vous avez le droit de profiter des mesures mises en place par le gouvernement pour favoriser le maintien de votre autonomie (Services offerts par le CLSC et auprès de Revenu Québec -Maintien à domicile d'une personne âgée).

Avant de signer le bail, assurez-vous d'avoir les informations suivantes :

- Le prix mensuel
- Les inclusions et exclusions
- La liste des services complémentaires offerts et leurs coûts (services à la carte). Assurez-vous de choisir des services que vous avez vraiment besoin!
- Document d'accueil (code de vie, règlements, code d'éthique)
- La certification de l'établissement
- La clientèle desservie (autonome, semi-autonome etc...)

Si vous avez des questions concernant des caractéristiques personnelles, des valeurs ou des éléments qui sont importants pour vous, mais qui n'ont pas été abordés dans ce document, n'hésitez pas à écrire vos questions afin de pouvoir les poser lors de votre visite ou votre appel.

Exemples :

- Diètes particulières (végétarien, végétalien, cœliaque, etc.)
- Orientation et diversité sexuelles
- Religion
- Handicap ou limitation
- Crédits accordés lors d'absences prolongées

**Consultez des personnes de confiance,
mais rappelez-vous que c'est votre décision qui compte.**

AIDE, INSATISFACTIONS ET PLAINTES

Pour obtenir de l'information supplémentaire ou être accompagné dans votre démarche en lien avec la signature ou de renouvellement de votre bail, vous pouvez contacter Le Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP) Mauricie-Centre-du-Québec. Leurs services sont gratuits et confidentiels. Vous pouvez parler avec une conseillère de votre situation particulière ou valider votre démarche. Vous pouvez les contacter au **819-840-0451** ou au **1 877 767-2227**.

Si vous croyez que vos droits ont été lésés ou que vous vivez ou avez vécu une situation difficile et que voulez porter plainte, le CAAP est également là pour vous accompagner dans votre démarche de plaintes auprès de la Commissaire aux plaintes et à la qualité des services. (Mauricie et Centre-du-Québec).



Vous pouvez également interpellier directement la Commissaire aux plaintes et à la qualité des services du CIUSSS MCQ en appelant au :
1 888 693-3606 ou le **819 233-2111** poste 18302.

AUGMENTATION DU LOYER

Lors de la reconduction du bail, l'exploitant d'une habitation peut demander une augmentation du loyer, selon ses propres critères. Cette demande doit être formulée par écrit. Une augmentation importante devrait être justifiée par des réparations majeures ou l'ajout de services. Dans tous les cas et suite à l'avis d'augmentation de loyer, prenez le temps de réfléchir à la proposition. Vous disposez de 1 mois pour donner votre réponse. Ce délai doit clairement être indiqué sur le document transmis. Sachez que vous pouvez refuser une augmentation, en signifiant par écrit à l'exploitant votre refus. Ce refus doit être envoyé par la poste recommandée, ou assurez-vous d'avoir une signature ou un suivi.

Lors d'un refus, c'est l'exploitant qui a la responsabilité de faire une démarche auprès du Tribunal administratif du logement, dans les 30 jours suivant votre refus. Le tribunal administratif du logement analysera le dossier et vous convoquera afin de rendre une décision quant au montant de l'augmentation du loyer. L'exploitant choisira peut-être de discuter avec vous afin de trouver un terrain d'entente. Sachez que la conciliation existe aussi! La conciliation est une procédure de règlement à l'amiable de litige. En aucun cas, il ne peut vous contraindre à quitter votre domicile, même si vous refusez l'augmentation. C'est ce qu'on appelle le droit au maintien dans les lieux.

À NOTER

- L'exploitant ne peut en aucun cas augmenter le prix mensuel de location plus d'une fois par année, (dans les 12 derniers mois) à la date de renouvellement.
- Pour une construction neuve, une nouvelle phase distincte, ou un édifice existant qui a été transformé à des fins locatives depuis moins de 5 ans, le coût du logement n'est pas réglementé par la Régie du logement. L'augmentation est laissée à la discrétion de l'exploitant de la résidence. Si vous refusez cet avis de modification, vous devrez quitter votre logement à la fin de votre bail, puisque le droit au maintien dans les lieux n'existe que pour un bâtiment de plus de 5 ans. (Voir la section F du bail)
- Les coopératives d'habitation doivent faire mention des modalités de reconduction. (Voir la section F du bail)

Néanmoins, l'exploitant ne peut pas modifier unilatéralement les conditions de votre bail et vous imposer différents changements sous ce prétexte. Le tribunal administratif du logement demeure compétent si vous souhaitez contester les autres décisions de votre propriétaire, peu importe le nombre d'années d'existence de votre immeuble. (Source: Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes Mauricie-Centre-du-Québec)

MODIFICATION DU BAIL

L'exploitant d'une habitation ne peut pas modifier votre bail une fois que celui-ci est signé, et ce, pour toute sa durée. Les services prévus au bail et à l'annexe 6 doivent être maintenus en quantité et en qualité sans modification de prix. Une modification aux services ne peut se faire en cours de bail qu'avec votre accord.

RÉSILIER UN BAIL

Si votre état de santé vous force à déménager, sachez qu'il est possible de résilier un bail en cours pour deux raisons principales :

Vous pouvez résilier votre bail dans les situations suivantes uniquement :

- 1 En raison d'un handicap qui empêche désormais d'occuper le logement ;
- 2 En raison d'une admission, à cause de l'état de santé,
 - Dans un CHSLD
 - Une ressource intermédiaire
 - Une résidence privée pour aînés où sont offerts les soins de santé que nécessite votre état.
 - Tout autre lieu lui fournissant des soins de santé nécessaires à votre état
 - Un tribunal a décidé que vous deviez être relogé.

Dans ces deux situations, un avis doit être envoyé pour informer la résidence privée de la résiliation. Le bail sera alors résilié deux mois après l'envoi de cet avis. C'est donc dire que la personne qui annule son bail en cours pour ces motifs devra payer deux mois de loyer*. **À noter que la même règle s'applique pour les locataires de logements ou de condominiums.**
*Le mot loyer, selon la loi, n'inclut pas les services fournis prévus à l'Annexe 6. Pour ces services, le locataire qui résilie son bail n'aura qu'à assumer les frais des services utilisés à la date de son départ.

En cas de décès du locataire

Le liquidateur ou les héritiers pourront résilier le bail par l'envoi d'un avis similaire. Un délai de deux mois s'appliquera également et les frais de services seront seulement facturés en fonction de ce qui aura été utilisé.

Tiré du journal Clic Aînés, Novembre 2022, Vos droits et obligations en lien avec la signature d'un bail ou d'un contrat, Me Marie Allard, juriste, Centre de justice de proximité de la Mauricie



VENDRE SA PROPRIÉTÉ

Le choix d'un milieu de vie peut entraîner un déménagement ou même la mise en vente de votre propriété. Il est possible d'avoir recours à un courtier immobilier détenteur d'un permis, tout comme il est possible de vendre par vous-même votre résidence, individuellement ou en ayant recours à un organisme comme Du Proprio, et ce, à un faible coût.

En ce sens, il sera important d'évaluer le prix de la maison en ayant recours à un évaluateur agréé ou vous pouvez estimer sa valeur en comparant votre maison à celles qui sont disponibles sur le marché, dans votre quartier. Par exemple, le site Centris (centris.ca/fr) regroupe l'ensemble des propriétés sur le marché, peu importe le courtier, alors que Du proprio (duproprio.com) regroupe les propriétés qui sont mises en vente par le propriétaire directement.

Bien qu'il soit possible de vendre avec ou sans garantie légale, votre résidence peut être inspectée par un professionnel agréé en bâtiments. Les frais sont payables par l'acheteur. Vous devrez également avoir recours aux services d'un notaire afin d'officialiser la vente.

L'Organisme d'autoréglementation du courtage immobilier du Québec (OACIQ) a pour objectif de protéger le public, lors du recours à un service de courtage immobilier. L'organisme fournit un guide du vendeur et de l'acheteur, afin de vous guider et vous outiller dans le processus.

Sans frais : 1 800 440-7170

Site internet : oaciq.com/fr

Guide du vendeur : oaciq.com/fr/guide-vendeur

Guide de l'acheteur : oaciq.com/fr/guide-acheteur



L'Ordre des évaluateurs agréés du Québec octroie les permis aux évaluateurs en s'assurant de leur formation, dans le but de protéger le public. L'organisme peut également émettre des sanctions disciplinaires en cas de manquement au Code de déontologie ou aux normes de pratiques professionnelles.

Téléphone : 514 281-9888

Courriel : oeaq@oeaq.qc.ca

Site internet : <https://oeaq.qc.ca/>



Maltraitance envers les personnes âgées

Il existe plusieurs types de maltraitance et ceux-ci peuvent prendre diverses formes, notamment la violence ou la négligence. Il y a maltraitance quand une attitude, une parole, un geste ou un défaut d'action appropriée, singulier ou répétitif, se produit dans une relation avec une personne, une collectivité ou une organisation où il devrait y avoir de la confiance, et que cela cause, intentionnellement ou non, du tort ou de la détresse chez une personne adulte.

Les informations suivantes sont tirées du document Reconnaître et agir ensemble, plan d'action gouvernemental pour contrer la maltraitance envers les personnes âgées 2022-2027.

Violence : Malmener une personne, la forcer, agir contre sa volonté par la force, l'intimidation.

Négligence : Ne pas se soucier de la personne, absence d'action pour répondre aux besoins.

MALTRAITANCE PSYCHOLOGIQUE

Gestes, paroles ou attitudes qui constituent une atteinte au bien-être ou à l'intégrité psychologique

Manifestations : manipulation, humiliation, insultes, infantilisation, rejet, indifférence, menaces, surveillance exagérée, etc.

MALTRAITANCE PHYSIQUE

Gestes ou actions inappropriés, ou absence d'action appropriée, qui portent atteinte au bien-être ou à l'intégrité physique.

Manifestations : brutalité, coups, brûlures, alimentation forcée, utilisation inappropriée de contention, conditions de vie non sécuritaires.

MALTRAITANCE SEXUELLE

Attitudes, paroles, gestes ou défaut d'actions appropriées à connotation sexuelle non consentis, qui portent atteinte au bien-être, à l'intégrité sexuelle.

Manifestations : attitudes ou propos suggestifs, blagues à caractère sexuel, comportements exhibitionnistes, atouchements non désirés, relations sexuelles imposées, privation d'intimité, etc.

MALTRAITANCE MATÉRIELLE OU FINANCIÈRE

Obtention ou utilisation frauduleuse, illégale, non autorisée ou malhonnête des biens ou des documents légaux de la personne, absence d'information ou mésinformation financière ou légale.

Manifestations : pression pour modifier un testament, transactions bancaires sans consentement, détournements de fonds, transactions forcées ou dissimulées, signature du bail sous pression, gestion des biens qui nuit aux intérêts de la personne, etc.

MALTRAITANCE ORGANISATIONNELLE

Toute situation préjudiciable créée ou tolérée par les pratiques ou les procédures d'organisations (privées, publiques ou communautaires) responsables d'offrir des soins ou des services de tout type aux personnes âgées.

Manifestations : exclusion du processus de prise de décision, absence de directives, offre de soins inadéquats aux besoins, formation inadéquate du personnel, procédure administrative trop complexe.

ÂGISME

Discrimination en raison de l'âge, par des attitudes hostiles ou négatives, des gestes préjudiciables ou de l'exclusion sociale.

Manifestations : Imposition de restrictions ou de normes sociales en raison de l'âge, réduction de l'accessibilité à certaines ressources ou à certains services, préjugés, infantilisation, mépris, etc.

VIOLATION DES DROITS

Toute atteinte aux droits et libertés individuels et sociaux.

Manifestations : Imposition d'un traitement médical, déni du droit de choisir, de voter, d'avoir son intimité, d'être informé, de prendre des décisions ou des risques, de recevoir des appels téléphoniques ou de la visite, d'exprimer son orientation sexuelle ou son identité de genre, de pratiquer sa religion ou sa spiritualité, etc.

Comprendre la maltraitance y faire face et simplement dire NON; c'est se protéger! Cela peut paraître simple à première vue, mais la maltraitance est insidieuse et s'imisce bien souvent dans des situations complexes et personne n'est complètement à l'abri. Chaque être humain peut devenir un jour ou l'autre vulnérable et entrer dans ce cercle malsain. Le silence, la peur et la honte sont vos pires ennemis dans cette situation. Voici des facteurs de protection qui peuvent vous aider à y faire face et à vous protéger.

- Avoir une bonne estime de soi;
- Avoir la capacité à demander de l'aide lorsque le besoin se fait sentir;
- Comprendre ses émotions, gérer le stress, et donner un sens aux événements imprévus;
- Connaître ses droits civils et humains;
- Être actif et avoir une participation sociale dans la communauté;
- Développer la capacité d'apprendre sur soi-même et sur la collectivité;
- Maintenir de bonnes habitudes de vie;
- Avoir un bon réseau social, un milieu de vie sain, et une capacité financière suffisante pour subvenir à ses besoins;

Si vous croyez être victime de maltraitance, ou si vous pensez qu'un proche peut être victime de maltraitance, n'hésitez pas à communiquer avec les ressources suivantes afin d'obtenir du soutien et les renseignements nécessaires.

QUI CONTACTER

Autorité des marchés financiers : **1-877-525-0337**

Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel : **819-373-1232**

Centre d'aide aux victimes d'actes criminels : **819-373-0337**

Centre de justice et de proximité : **819 415-5835**

Commissaire aux plaintes : **1-888-693-3606**

Curateur public du Québec : **1-844-532-8278**

Équijustice : **819-372-9913**

Info social : **8-1-1 option 2**

Ligne aide abus-âinés **1-888-489-ABUS** (2287)

Protecteur du citoyen : **1-800-463-5070**

TEL-AÏNÉS : **514-353-2463** ou **1-877-353-2460**

Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse : **1 800 361-6477**

En cas d'urgence, contactez la Sûreté du Québec : **310-4141** ou **9-1-1**

Direction de la police de Trois-Rivières : **819 691-2929**

Le saviez-vous ?



Que vous décidiez de déménager dans un milieu de vie pour personnes âgées ou de rester à votre domicile, sachez qu'il existe une loi pour contrer la maltraitance. La maltraitance se définit comme :

« Un geste singulier ou répétitif ou un défaut d'action appropriée qui se produit dans une relation où il devrait y avoir de la confiance et qui cause, intentionnellement ou non, du tort ou de la détresse à une personne. »

Le Ministère de la Santé et des Services sociaux a mis en place une loi visant à lutter contre la maltraitance envers les aînés et toute autre personne majeure en situation de vulnérabilité (Loi-6.3). Cette loi vise à faciliter et encourager l'**identification**, le **signalement** et la **prise en charge** des situations présumées de maltraitance envers les personnes âgées et les personnes majeures en situation de vulnérabilité afin d'enrayer davantage la maltraitance. Différentes mesures sont prévues par la Loi dont les suivantes:

- L'obligation, pour tous les établissements de santé et de services sociaux, d'adopter et de mettre en œuvre une politique de lutte contre la maltraitance;
- L'obligation pour tout *prestataire de services de santé et de services sociaux* ou tout professionnel au sens du Code des professions qui, dans l'exercice de ses fonctions ou de sa profession, a un motif raisonnable de croire qu'une personne est victime de maltraitance doit signaler sans délai le cas pour les personnes suivantes:
 - Tout usager qui est hébergé dans un centre d'hébergement et de soins de longue durée;
 - Tout usager majeur qui est pris en charge par une ressource intermédiaire ou une ressource de type familial;
 - Toute personne majeure qui est en tutelle ou à l'égard de laquelle un mandat de protection a été homologué;
 - Toute personne majeure dont l'inaptitude à prendre soin d'elle-même ou à administrer ses biens a été constatée par une évaluation médicale, mais qui ne bénéficie pas d'une mesure de protection;
 - Toute autre personne en situation de vulnérabilité qui réside dans une résidence privée pour aînés.

Pour en connaître davantage sur la Loi 6.3 et la politique de lutte contre la maltraitance du CIUSSS MCQ vous pouvez les consulter aux liens suivants :

Loi 6.3: <https://www.legisquebec.gouv.qc.ca/fr/document/lc/l-6.3>

Politique de lutte contre la maltraitance du CIUSSS MCQ:

https://ciusssmcq.ca/Content/Client/Librairie/Documents/Soins_et_services_-_documents/PO-20-005_v2.pdf

Si vous croyez être victime de maltraitance ou que vous soupçonnez qu'un de vos proches en est victime, vous pouvez contacter la Ligne Aide Abus Aînés (1-888-489-2287), faire un signalement au Commissaire aux plaintes et à la qualité des services (1-888-693-3606) ou encore, faire un signalement à un intervenant désigné par un Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS/CIUSSS), un corps de police, le Curateur public, la Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse (CDPDJ) et l'Autorité des marchés financiers (AMF).

EN CAS D'URGENCE, CONTACTER LES SERVICES D'URGENCE 9-1-1

*Prestataires de santé et services sociaux : Toute personne qui, dans l'exercice de ses fonctions, fournit directement des services de santé ou des services sociaux à une personne, pour le compte d'un établissement, d'une résidence privée pour aînés, d'une ressource intermédiaire ou d'une ressource de type familial, incluant celle qui exerce des activités décrites aux articles 39.7 et 39.8 du Code des professions (chapitre C-26) ainsi que l'exploitant ou le responsable de la résidence ou de la ressource, le cas échéant.

Autres sources : Reconnaître et agir ensemble, Plan d'action gouvernemental pour contrer la maltraitance envers les personnes aînées, 2022-2027 Gouvernement du Québec

Mieux protéger, résumé des modifications apportées par la loi visant à renforcer la lutte contre la maltraitance envers les aînés et toute autre personne majeure en situation de vulnérabilité ainsi que la surveillance de la qualité des services de santé et des services sociaux (2022, chapitre 6) Gouvernement du Québec.

Conclusion

Une profonde réflexion est nécessaire lorsque vient le temps de changer de milieu de vie. Souhaitons donc qu'au moment d'emménager dans un nouvel établissement ce guide «**Un toit pour soi**» vous ait accompagné adéquatement dans l'identification entre autres, de vos goûts, de vos besoins personnels et de votre situation financière. N'hésitez pas à nous téléphoner ou encore à consulter les ressources mentionnées dans le guide afin d'obtenir l'aide et le support nécessaires. L'important c'est que vous ne regrettiez pas votre choix!



RESSOURCES

RECHERCHE D'UN MILIEU DE VIE

Résidences Québec peut fournir de l'information sur différents types de milieux de vie, en ciblant la région et le type d'hébergement désiré. Il est même possible de contacter une conseillère gratuitement pour les Membres de L'ACHQ – Association des conseillers en hébergement du Québec pour personnes aînées.

Téléphone : 1-844-422-2555

Site internet : <https://residences-quebec.ca/fr>

ALZHEIMER

Maison Carpe diem est un organisme communautaire à but non lucratif qui offre différents services aux personnes souffrant de la maladie d'Alzheimer et leurs proches, tels que le service de soutien téléphonique et des cafés-causeries pour les proches qui souhaitent ventiler et être rassurés, le service d'accompagnement individuel des personnes ayant la maladie et les services d'accueil d'un jour, de séjour et d'hébergement.

Téléphone : 819 376-7063 Courriel : info@carpediem.quebec

Site internet : <https://alzheimercarpediem.com/>

PROCHE AIDANT

La Ligne Info-aidant offre de l'écoute, des informations et des références pour les personnes proches-aidantes : **1 855 852-7784**

Association des proches aidants de l'Énergie : **819 729-1600**

Association des aidants naturels du bassin de Maskinongé « mains tendres » : **819 268-2884**

Regroupement des aidants naturels de la Mauricie inc. : **819 693-6072**

Association des personnes aidantes de la Vallée-de-la-Batiscan : **418 289-1390**

Pour la liste complète des associations de personnes proches-aidantes, vous pouvez consulter le site suivant : **<https://ciusssmq.ca/soins-et-services/soins-et-services-offerts/soutien-aux-personnes-proches-aidantes/organismes-communautaires-en-proche-aidance/>**

ORGANISME	NUMÉRO DE TÉLÉPHONE	SITE INTERNET
Agence du revenu du Canada	1 800 959-7383	cra-arc.gc.ca
Allocation-logement – Revenu Québec	1 800 267-6299	revenuquebec.ca
Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR)	819 697-3711	aqdr.org
Autorité des marchés financiers	1 877 525-0337	lautorite.qc.ca/grand-public
Bail Mauricie	819 697-3737	bail-mauricie.com
Centre d'aide aux victimes d'actes criminels - CAVAC	819-373-0337	cavac.qc.ca
Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel - CALACS	819 373-1232	calacstr.org
Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes Mauricie et Centre-du-Québec (CAAP MCQ)	819-840-0451	caap-mcq.qc.ca
Centre de justice de proximité	819 415-5835	justicedeproximite.qc.ca
Chambre des notaires du Québec	1 800 263-1793	cnq.org
Commissaires aux plaintes et à la qualité des services – CIUSSS Mauricie Centre-du-Québec	1 888 693-3606	commissaires.plaintes04@ssss.gouv.qc.ca
Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse	1 800 361-6477	cdpdj.qc.ca
Curateur public du Québec	1 844 532-8278	curateur.gouv.qc.ca
Équijustice TR	819 372-9913	equijustice.ca
FADOQ Mauricie	1 800 828-3344 819 374-5774	fadoq.ca
Infos logis Mauricie	819 694-6976	infologismauricie.org
Info social	8-1-1 option 2	
Ligne Aide Abus Aînés	1 888 489-ABUS (2287)	aideabusaines.ca
Office de la protection du consommateur	1 888 672-2556 ou 819 371-6400	opc.gouv.qc.ca
Ordre des arpenteurs-géomètres du Québec	1 418 656-0730	oagq.qc.ca
Ordre des évaluateurs agréés du Québec	1 514 281-9888	oeaq.qc.ca
Organisme d'autoréglementation du courtage immobilier du Québec	1 800 440-7170	oaciq.com
Protecteur du citoyen	1 800 463-5070	protecteurducitoyen.qc.ca
Régie de l'assurance maladie du Québec	1 800 561-9749	ramq.gouv.qc.ca
Régie des rentes du Québec	1 800 463-5185	rrq.gouv.qc.ca
Retraite Québec	1 866 521-7114	retraitequebec.gouv.qc.ca
Regroupement québécois des résidences pour aînés (RQRA)	1 888 440-3777	rqra.qc.ca
Résidences Québec	1-844-422-2555	residences-quebec.ca/fr
Revenu Québec	1 800 267-6299	revenuquebec.ca
Service Canada	1 800 662-6232	canada.ca
Service Québec	1 877 644-4545	quebec.ca
Table Action Abus Aînés Mauricie	819 697-3146	abusainesmauricie.org
Tribunal administratif du logement	1 800 683-2245	tal.gouv.qc.ca

MERCI À NOS PARTENAIRES



ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

Jean
BOULET
Député de Trois-Rivières

Ministre du Travail
Ministre de la région de la Mauricie
et de la région du Nord-du-Québec

819 371-6901
Jean.Boulet.TRRI@assnat.qc.ca



ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

Sonia
LEBEL
DÉPUTÉE DE CHAMPLAIN

819 694-4600
sonia.lebel.chmp@assnat.qc.ca



ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

Marie-Louise
TARDIF
Députée de Lavoie-Saint-Maurice

819 539-7292
marie-louise.tardif.LASM@assnat.qc.ca



ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC

Simon
ALLAIRE
DÉPUTÉ DE MASKINONGÉ

819 228-9722
simon.allaire.mask@assnat.qc.ca



BLOC Québécois

FIER
de soutenir la

**Table Action Abus
Ânés Mauricie**

René
Villemure
Député de
Trois-Rivières
819-371-5901
www.renevillemure3r.quebec
rene.villemure@parl.gc.ca





Table Action Abus Aînés Mauricie
1-617, boulevard du Saint-Maurice,
Trois-Rivières, QC G9A 3P3
819 697-3146

communication@abusainesmauricie.org

<https://abusainesmauricie.org>

Avec la participation financière de:

Québec 