

GUIDE

.....  
*Un chez-moi*  
qui me convient  
.....



CENTRE-DU-QUÉBEC

TABLE DE CONCERTATION  
POUR LES PERSONNES

**aînées**

de L'ÉRABLE

..... 1ère édition 2017 .....





# TABLE DES MATIÈRES

---

- 5** Mot de la présidente
  - 7** Préambule
  - 8** Est-ce que mon milieu de vie me convient encore ?
  - 10** Bien évaluer ses besoins : une étape primordiale
  - 11** Quel est mon budget actuel ?
  - 12** Prendre une décision éclairée : mes attentes et priorités
  - 16** Mon choix en fonction de ma réalité  
(ma santé, mon budget et mon autonomie)
    - Choix 1 :** Je reste, j'adapte mon milieu de vie et je demande les services qui me conviennent
    - Choix 2 / option a :** Je quitte ma demeure actuelle pour un logement
    - Choix 2 / option B :** Je quitte ma demeure actuelle pour une résidence pour personnes âgées
  - 17** Quels sont les différents milieux de vie ?
  - 22** Des ressources pour m'accompagner
  - 24** Comment choisir la résidence pour personnes âgées qui me convient ?
  - 39** Les programmes gouvernementaux
  - 42** Notes
- 



# MOT DE LA PRÉSIDENTE

---

À titre de présidente de la Table de concertation pour les personnes âgées de l'Érable (TCPAE), je suis très heureuse d'offrir aux personnes âgées de notre territoire ce guide « **Un chez-moi qui me convient** ».

S'il y a une décision difficile à prendre lorsque nous vieillissons, c'est bien celle de **choisir le milieu de vie qui est le plus adapté à nos attentes et nos besoins quotidiens**. Cette étape de la vie n'est pas facile à franchir. On est porté à repousser cette démarche car elle crée beaucoup d'inquiétudes non seulement aux personnes âgées, mais aussi à leur famille et leurs proches.

C'est dans cette optique que ce guide a été conçu, pour faciliter la réflexion en vue de prendre la décision la plus éclairée. Il permet de diminuer les insécurités en répondant à plusieurs interrogations telles que « Puis-je rester chez moi ? Si je dois déménager, quel est mon budget ? Quel est l'endroit le plus approprié à ma condition ? Quelles sont les ressources qui peuvent m'aider à franchir cette étape de ma vie ? Quels sont les services existants sur mon territoire ? ».

Je vous invite donc à prendre le temps de répondre aux différentes questions contenues dans ce document. Vos réponses vous permettront d'évaluer vos besoins en vue de prendre la bonne décision.

La TCPAE a profondément à cœur la qualité de vie et le mieux-être des personnes âgées de la MRC de L'Érable. Pour réaliser cet outil, nous avons effectué plusieurs recherches pour cibler l'information la plus pertinente pour vous aider.

Je tiens à remercier les membres du comité de travail pour l'élaboration de ce guide ainsi que la Table régionale de concertation des personnes âgées du Centre-du-Québec pour son soutien technique et financier.

Nous espérons que ce document saura faciliter et orienter votre réflexion pour trouver « **Un chez moi qui me convient** ».



**Jacqueline Pettigrew, présidente**





# PRÉAMBULE

---

Le désir de demeurer chez soi, dans sa maison, dans son petit patelin pour l'ensemble de sa vie, et ce, jusqu'à sa mort, est le souhait de plusieurs d'entre nous. Mais, parfois, notre condition ne nous le permet pas. S'en suit une multitude de décisions qui doivent être prises pour assurer notre bien-être ainsi que notre sécurité.

Ce processus de transition s'avère parfois difficile à entreprendre. **Mais ne vous découragez pas.**

Ce document se veut un outil vous permettant de faire une réflexion sur votre situation actuelle afin de faire les meilleurs choix possible pour déterminer le milieu de vie qui vous convient.

Dans cette optique, nous souhaitons vous offrir un outil simple, qui vise à orienter votre démarche de façon à trouver un milieu de vie pour vous, qui répond à vos besoins et facilite vos activités quotidiennes afin de vivre pleinement et à la hauteur de vos capacités.

Si vous devez effectuer cette transition, si vous commencez à y penser ou si vous êtes un proche d'une personne en situation de transition, ce guide est pour vous.

Gardez bien en tête que ce passage propice au changement peut être aussi une transition positive vers le mieux-être. Il est donc important de ne pas effectuer ce processus seul, de bien s'entourer (famille, proches, amis ou intervenant) et de bien s'outiller pour entreprendre un cheminement positif.

**Pour entamer le processus prévu dans ce guide, il est très important de suivre l'ordre de la démarche proposée, de suivre les indications et de répondre avec attention aux questions.**

Lorsque vous serez rendus à la page 16 (Mon choix en fonction de ma réalité), vous devriez voir émerger une option qui vous convient.

Le reste du document vise à vous soutenir dans l'orientation que vous avez choisie.

# EST-CE QUE MON MILIEU DE VIE ACTUEL ME CONVIENT ENCORE ?

---

Cette partie contient des affirmations qui peuvent représenter les motifs qui vous amèneront à faire un choix.

Veuillez cocher  TOUS les motifs qui vous rejoignent quant aux difficultés que vous rencontrez quotidiennement ou pourriez éventuellement rencontrer dans votre demeure.

Le but est de **vous orienter** à l'éventualité d'adapter votre résidence actuelle ou d'emménager dans un nouveau milieu plus approprié. Au moment d'établir le choix de votre nouveau milieu de vie, assurez-vous qu'il correspond aux besoins en lien avec les motifs sélectionnés à la page suivante.



Veillez cocher  TOUS les motifs qui vous rejoignent quant aux difficultés que vous rencontrez quotidiennement ou pourriez éventuellement rencontrer dans votre demeure.

<input type="checkbox"/>	Le décès de mon conjoint ou de ma conjointe.
<input type="checkbox"/>	J'ai de la difficulté à me déplacer, ma mobilité est réduite.
<input type="checkbox"/>	J'ai chuté à plusieurs reprises récemment.
<input type="checkbox"/>	Mon état de santé s'est détérioré depuis les 6 derniers mois.
<input type="checkbox"/>	Mon état de santé est à risque de se détériorer dans les années à venir.
<input type="checkbox"/>	Je me sens seul.
<input type="checkbox"/>	J'ai peur.
<input type="checkbox"/>	Je me sens loin de mes amis et de ma famille.
<input type="checkbox"/>	Je trouve ma maison ou mon logement trop grand.
<input type="checkbox"/>	Je ne peux plus conduire ma voiture.
<input type="checkbox"/>	J'ai de la difficulté à effectuer l'entretien de ma maison ou de mon logement.
<input type="checkbox"/>	J'ai de la difficulté à obtenir de l'aide de mon entourage pour faire mes tâches.
<input type="checkbox"/>	Mes proches ne peuvent se libérer aussi souvent que j'en ai besoin.
<input type="checkbox"/>	Je me sens loin des services (église, banque/caisse, pharmacie, épicerie et centre d'achat, hôpital, etc.)
<input type="checkbox"/>	Mon budget ne me permet plus de garder ma maison ou mon logement.
<input type="checkbox"/>	Ma mémoire est moins bonne.
<input type="checkbox"/>	J'ai de la difficulté à m'orienter.
<input type="checkbox"/>	J'ai de la difficulté à me vêtir.
<input type="checkbox"/>	J'ai de la difficulté à préparer mes repas.
<input type="checkbox"/>	J'ai de la difficulté à veiller à mon hygiène personnelle.
<input type="checkbox"/>	Je ne connais pas les services auxquels j'ai droit pour m'aider.

# BIEN ÉVALUER SES BESOINS : UNE ÉTAPE PRIMORDIALE

---

Vous arrive-t-il de vous questionner sur les moyens possibles pour améliorer votre quotidien ? Est-ce que certaines tâches sont désormais difficiles à réaliser ou même impossibles à faire ?

En ce sens, plusieurs intervenants peuvent vous soutenir pour ainsi mieux adapter votre milieu et même pour trouver de l'aide pour vous seconder dans certaines tâches, comme la préparation de repas, l'adaptation de la salle de bain, aide à l'hygiène, à l'habillage, etc.

À cet effet, en téléphonant à la ligne d'accueil, d'analyse, d'orientation et de référence (AAOR) de votre établissement en santé et service sociaux au **819 362-6301 poste 251**, vous pourrez accéder à une personne qui vous orientera vers la ressource qui est la plus adaptée à vos besoins. Une fois la ressource identifiée, vous n'aurez qu'à lui faire part de vos besoins.

Cela dit, afin de bien définir vos besoins, il est important, voire même indispensable, de prendre le temps de bien établir ce qui est désormais devenu problématique comme les tâches difficiles à réaliser, ce qui rend votre quotidien lourd... ainsi il sera possible aux différentes ressources de déterminer ce qui nécessite un soutien.

Il est certain que ce processus n'est pas nécessairement facile à entreprendre. La peur du changement fait en sorte que nous avons souvent tendance à repousser ce genre de démarche. Mais ô combien celle-ci peut rendre votre vie plus douce et facile !

Nous vous encourageons à passer à l'action, c'est peut-être **LA décision** qui vous permettra de rester dans votre milieu le plus longtemps possible et en toute sécurité.

## Important :

De l'aide existe pour vous aider à rester dans votre demeure actuelle. N'hésitez pas à contacter la ligne d'accueil, d'analyse, d'orientation et de référence (AAOR) de votre établissement en santé et service sociaux au **819 362-6301 poste 251**.

# QUEL EST MON BUDGET ACTUEL ?

Revenu mensuel prévu	Vous	Conjoint(e)
Salaire		
Régime des rentes du Québec		
Pension de la Sécurité de la vieillesse (incluant le supplément du revenu garanti)		
Régime de pensions du Canada		
Allocation au conjoint survivant		
Fonds de revenu viager		
Revenus d'épargne-retraite		
Rentes privées (de l'employeur)		
Intérêts, dividendes		
Pension alimentaire		
Remboursement TPS/crédit solidarité		
Sécurité sociale		
Programme Allocation-Logement		
Montant applicable au crédit d'impôt du maintien à domicile		
Autres		
Total des revenus mensuels		
<b>Grand total des revenus mensuels</b>		

# PRENDRE UNE DÉCISION ÉCLAIRÉE : MES ATTENTES ET PRIORITÉS

---



Une dernière étape vous permettra de préciser votre choix. Identifiez les avantages et désavantages pour chacune des options.

Une fois que vous avez établi les « pour » et les « contre », vous êtes rendu à l'étape de décider de votre type de domicile. Utilisez les tableaux qui suivent pour comparer vos principales options et ainsi déterminer la meilleure pour vous.

# CHOIX 1 : JE RESTE, J'ADAPTE MON MILIEU DE VIE ET JE DEMANDE LES SERVICES QUI ME CONVIENNENT.

	Avantage	Désavantage
<p><b>Habitation</b> Entretien extérieur, accessibilité, escaliers, coûts liés au loyer, conserver ses meubles, souvenirs et animaux de compagnie</p>		
<p><b>Services</b> Proximité des services, pharmacie, restaurant, église, parc, dentiste, épicerie, magasins, loisirs et activités sociales</p>		
<p><b>Transport</b> Facilité à se déplacer pour faire les commissions et aller aux rendez-vous</p>		
<p><b>Soins et bien-être</b> Alimentation, médication et soins d'hygiène</p>		
<p><b>Réseau social</b> Proximité de ma famille et de mes amis, environnement connu et familial</p>		

## CHOIX 2 / OPTION A : JE QUITTE MA DEMEURE ACTUELLE POUR UN LOGEMENT.

	Avantage	Désavantage
<p><b>Habitation</b> Entretien extérieur, accessibilité, escaliers, coûts reliés au loyer, conserver ses meubles, souvenirs et animaux de compagnie</p>		
<p><b>Services</b> Proximité des services, pharmacie, restaurant, église, parc, dentiste, épicerie, magasins, loisirs et activités sociales</p>		
<p><b>Transport</b> Facilité à se déplacer pour faire les commissions et aller aux rendez-vous</p>		
<p><b>Soins et bien-être</b> Alimentation, médication et soins d'hygiène</p>		
<p><b>Réseau social</b> Proximité de ma famille et de mes amis, environnement connu et familial</p>		

## CHOIX 2 / OPTION B : JE QUITTE MA DEMEURE ACTUELLE POUR UNE RÉSIDENCE POUR PERSONNES ÂÎNÉES.

	Avantage	Désavantage
<p><b>Habitation</b> Entretien extérieur, accessibilité, escaliers, coûts liés au loyer, conserver ses meubles, souvenirs et animaux de compagnie</p>		
<p><b>Services</b> Proximité des services, pharmacie, restaurant, église, parc, dentiste, épicerie, magasins, loisirs et activités sociales</p>		
<p><b>Transport</b> Facilité à se déplacer pour faire les commissions et aller aux rendez-vous</p>		
<p><b>Soins et bien-être</b> Alimentation, médication et soins d'hygiène</p>		
<p><b>Réseau social</b> Proximité de ma famille et de mes amis, environnement connu et familial</p>		

# MON CHOIX EN FONCTION DE MA RÉALITÉ (MA SANTÉ, MON BUDGET ET MON AUTONOMIE)



À partir de mon budget et de ma réalité, quelle option répondra le mieux à mes besoins ?

C'est à ce moment-ci que vous devriez, à la suite de ce processus de questionnements, avoir enfin trouver la meilleure solution pour vous.

Cochez votre choix.

Choix 1 : Je reste, j'adapte mon milieu de vie et je demande les services qui me conviennent.

Choix 2 : Je quitte ma demeure actuelle pour un milieu de vie répondant mieux à mes besoins :

Option a : Logement

Option b : Résidence pour personnes âgées

# QUELS SONT LES DIFFÉRENTS MILIEUX DE VIE ?

---

Plusieurs milieux de vie existent, ils se divisent en deux catégories : **l'habitation et l'hébergement**. Afin de faire un bon choix, il est nécessaire de comprendre les services offerts par catégorie et le processus d'accès.

## POUR LES PERSONNES AUTONOMES ET SEMI-AUTONOMES : **L'HABITATION**

- Logement, colocation, chambre et pension
- Résidence privée pour personnes âgées
- Habitation à loyer modique (HLM)
- Maison intergénérationnelle

La personne qui habite dans ce type de milieu est habituellement capable de veiller à ses soins personnels. Elle peut aussi avoir une perte d'autonomie et demeurer à domicile grâce au soutien du réseau de la santé. Selon certains critères d'évaluation, des soins et des services sont offerts par le soutien à domicile du CIUSSS et par des organismes communautaires et du secteur privé. Pour obtenir des services, les personnes en perte d'autonomie ou leurs proches peuvent s'adresser au :

**Ligne d'accueil, d'analyse, d'orientation et de référence (AAOR)**  
**Téléphone : 819 362-6301 poste 251**

Pour habiter dans **une maison, un condominium, en logement, en colocation, ou en chambre et pension**, je dois être propriétaire ou avoir signé un bail.

**Les habitations à loyer modique (HLM)** s'adressent aux personnes âgées autonomes, vivant avec un faible revenu. Un programme de la Société d'habitation du Québec donne droit d'occuper un logement social subventionné (HLM). Le montant de base du loyer est fixé à 25 % du revenu total du ménage pour l'année civile précédant la signature du bail du logement. Ce montant inclut les frais de chauffage du logement. Différents frais peuvent être réclamés pour couvrir les coûts de services (ex. : électricité, stationnement, climatiseur, services infirmiers ou de cafétéria, etc.)

Pour habiter dans un HLM pour aînés, il faut communiquer avec l'Office d'habitation de sa municipalité. Vous devez ensuite remplir une demande qui sera ensuite évaluée par le comité de sélection afin de déterminer son admissibilité. Après quoi, vous recevrez une lettre de confirmation qui vous informera de la disponibilité immédiate d'un logement ou de l'ajout de votre nom sur une liste d'attente.

Aussi, il faut habiter sur le territoire de l'OMH depuis 12 mois pour pouvoir faire une demande.

## **Office municipal d'habitation de la MRC de L'Érable**

**Omh de Laurierville : 819 365-4646**

**Omh de Lyster : 819 389-5787**

**Omh de Notre-Dame-de-Lourdes : 819 385-4046**

**Omh de Plessisville : 819 362-8795**

**Omh de Princeville : 819 364-2713**

**Omh de St-Ferdinand : 418 428-4417**

**Omh de St-Pierre-Baptiste : 418 453-3079**

### **Une résidence privée pour personnes âgées**

est un immeuble d'habitation collective où l'on retrouve des chambres ou des logements destinés à des personnes âgées. Elle offre une gamme plus ou moins étendue de services, principalement reliés à la sécurité, à l'aide domestique ou à la vie sociale. Les services peuvent être déboursés par les résidents eux-mêmes (à la carte ou inclus dans le loyer) ou faire l'objet d'une entente avec le CIUSSS à travers les services de soutien à domicile. Ces résidences se divisent en 2 catégories :

- Certaines résidences sont réservées aux aînés, mais n'offrent pas de services d'assistance personnelle. Ce sont des immeubles à logements multiples dont les lieux sont adaptés aux besoins des personnes âgées autonomes. Ces résidences ne sont toutefois pas répertoriées.
- D'autres, qui offrent des services d'assistance personnelle, au minimum le gîte, couverts et loisirs, doivent obligatoirement détenir un certificat de conformité de résidence privée pour aînés qui assure le respect des normes d'hygiène, de salubrité et de sécurité.

**La maison intergénérationnelle** est un concept d'habitation qui permet à une famille de cohabiter avec ses parents vieillissants dans une maison unifamiliale. Avant de commencer à transformer une demeure en maison intergénérationnelle, il est important de vous assurer que votre projet est accepté en contactant le service de permis et d'inspection de votre municipalité.

**Les logements adaptés** sont des ressources qui accueillent des personnes seules qui présentent une perte d'autonomie liée à une déficience physique entraînant des limitations dans l'accomplissement des activités de la vie quotidienne, des activités de la vie domestique ou dans ses rôles sociaux.



# POUR LES PERSONNES VIVANT AVEC DES PERTES MOTRICES OU COGNITIVES : L'HÉBERGEMENT

- Ressource intermédiaire (RI)
- Centre d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD)

La clientèle de ces ressources d'hébergement est majoritairement composée de personnes âgées en perte d'autonomie dont la condition physique, psychique ou sociale ne permet pas le maintien à domicile. Pour être admis, il faut répondre à certains critères d'évaluation et des places doivent être disponibles. Pour une évaluation des besoins, les personnes en perte d'autonomie ou leurs proches peuvent s'adresser à la ligne d'accueil, d'analyse, d'orientation et de référence (AAOR) au 819 362-6301 poste 251.

**Les ressources intermédiaires** sont des ressources d'hébergement publics se situant entre le domicile et le CHSLD. Le Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS) y offre, par l'entremise de son personnel, les soins infirmiers ainsi que les services professionnels nécessaires. Le propriétaire de la ressource pourvoit aux autres services.

**Les centres d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD)** sont des ressources publiques destinées aux personnes vivant avec de lourdes pertes d'autonomie et dont le maintien à domicile est compromis pour leur santé et leur sécurité.



## DES RESSOURCES POUR M'ACCOMPAGNER

---



Certains milieux de vie nécessitent des engagements de votre part. Pour ce faire, vous devez signer un bail pour une période donnée. Cela dit, des ressources sont disponibles pour vous soutenir advenant une situation qui contrevient à vos droits ou pour déposer une plainte.

## **CENTRE D'ASSISTANCE ET D'ACCOMPAGNEMENT AUX PLAINTES (CAAP) MAURICIE ET CENTRE-DU-QUÉBEC**

Si vous êtes insatisfait des services reçus dans un établissement du réseau de la santé et des services sociaux. Si vos droits n'ont pas été respectés. Vous voulez porter plainte? Vous souhaitez contribuer à l'amélioration de la qualité des services? Le CAAP est là pour vous aider dans votre démarche.

**Téléphone sans frais : 1 877 767-2227**

## **ASSOCIATION DES LOCATAIRES DES BOIS-FRANCS**

Territoire couvert : région du Centre-du-Québec

Services offerts :

- Défense individuelle et collective des droits des locataires (information téléphonique, rédaction de lettre, etc.)
- Formation sur les droits des locataires.
- Soutien pour le montage des dossiers de défense à la Régie du logement.

Conseil pratique : avant de signer un bail dans une résidence : ne pas accepter de signer de feuilles à part qui vous chargent des frais lors de votre départ, volontairement ou décès, pour le ménage, la peinture ou autres éléments de remise en état du logement; vous n'avez pas à payer pour cela.

**Adresse : 59, rue Monfette, Bureau 211, Victoriaville, QC, G6P 1J8**

**Téléphone : 819 758-3673 ou sans frais au 1 855 758-2523**

# COMMENT CHOISIR LA RÉSIDENCE POUR PERSONNES ÂNÉES QUI ME CONVIENT ?

---

Si votre choix final est de quitter votre milieu de vie actuel pour une résidence privée pour les personnes âgées, voici un outil pour vous aider lors des visites de résidences.

C'est le moment de vous questionner et d'identifier vos besoins, vos goûts, les services que vous désirez ainsi que leurs coûts.

## Première étape :

Compléter la colonne « besoin » en cochant les services désirés sur les pages suivantes.

## Deuxième étape :

Identifier les résidences que vous souhaitez visiter.

## Troisième étape :

Complétez les colonnes « résidences ». Pour chacune des résidences visitées, cochez les services offerts ou indiquez les coûts des services non inclus dans le prix du loyer.

**Attention :** les services suivis de ce symbole « \$ » peuvent avoir des coûts supplémentaires. N'hésitez pas à vous renseigner lors de vos visites des services qui exigent des coûts supplémentaires.

Veillez inscrire les coordonnées des résidences visitées :

### Résidence 1

Nom de la résidence :

Nom de la personne responsable :

Adresse :

Numéro de téléphone :

### Résidence 2

Nom de la résidence :

Nom de la personne responsable :

Adresse :

Numéro de téléphone :

### Résidence 3

Nom de la résidence :

Nom de la personne responsable :

Adresse :

Numéro de téléphone :

### Résidence 4

Nom de la résidence :

Nom de la personne responsable :

Adresse :

Numéro de téléphone :

Service	Besoin	Résidence 1	Résidence 2	Résidence 3	Résidence 4
<b>Coût</b>					
Coût du loyer					
Électricité					
Chauffage					
<b>Sécurité</b>					
Détecteur de fumée dans les chambre ou appartements					
Système de surveillance électronique					
Interphone à la porte d'entrée					
Système d'appel d'urgence					
Sortie de secours à l'étage					
Éclairage adéquat					
Mesure d'urgence : plan d'évacuation					
Plan de sécurité incendie					
Extincteur portatif					
Éclairage d'urgence					

Service	Besoin	Résidence 1	Résidence 2	Résidence 3	Résidence 4
<b>Accessibilité</b>					
Ascenseur					
Escalier					
Rampe d'accès					
Transport en commun à proximité de la résidence					
Transport adapté					
Espace de stationnement					
Déneigement du stationnement					
Abri tempo disponible					
<b>Soin de santé</b>					
Médecin attitré à la résidence					
Infirmière sur place					
Assistance pour prise de médicaments					
Médicaments conservés sous clé					
Prise de la tension artérielle					

Service	Besoin	Résidence 1	Résidence 2	Résidence 3	Résidence 4
Suivi médical (choix du médecin)					
Trousse de premiers soins					
Prise de sang					

## Alimentation



**Réflexion** : Afin de vous assurer de la diversité du menu, demandez à le voir. Ainsi, vous saurez si les repas vous conviendront. Informez-vous à savoir dans quelles circonstances vous pouvez apporter le repas dans votre chambre? Est-ce qu'il y a un service à la chambre? Si oui, quel en est le coût?

Possibilité d'apporter le repas dans votre chambre?					
Dans quelles circonstances ?					
<b>\$</b> Service à la chambre					
Quels repas sont offerts par la résidence ?					
Service à la salle à manger					
Service de cafétéria					
<b>\$</b> Collations					

Service	Besoin	Résidence 1	Résidence 2	Résidence 3	Résidence 4
Choix de menus					
Rotation des menus					
Horaire des repas					
Respect d'une diète					
Possibilité de garder de la nourriture sèche dans la chambre					
Possibilité de crédit pour les repas non consommés en cas d'absence					
\$ Possibilité de recevoir des invités, occasionnellement, pour des repas avec réservation					
<b>Aménagement</b>					
Chambre privée, fermée à clé					
Appartement (nombre de pièces)					
Salle de bain privée					
Dimension des fenêtres et luminosité					

Service	Besoin	Résidence 1	Résidence 2	Résidence 3	Résidence 4
Qualité de la vue sur l'extérieur					
Meubles fournis					
Appareils électroménagers fournis					
Possibilité d'apporter des meubles					
Quel est le revêtement des planchers ?					
Possibilité d'installer un petit réfrigérateur dans la chambre					
Insonorisation des pièces					
Balcon individuel					
Possibilité de cuisiner					
Espace de rangement sous clé					
Possibilité de contrôler le chauffage					
Système d'air climatisé					
Ligne de téléphone privée					

Service	Besoin	Résidence 1	Résidence 2	Résidence 3	Résidence 4
Câble (télévision)					
Accès à un téléphone public					
Accès à l'Internet					
<div style="display: flex; align-items: center;">  <p><b>Réflexion :</b> Demandez à faire une visite de la chambre que vous voulez louer et des pièces communes (salle à manger, cuisine, salon et salle de toilette), insistez s'il le faut. Vérifiez la propreté de ces lieux. Y a-t-il des barres d'appui, un système de cloche d'urgence et ce qu'il faut pour se laver les mains et les essuyer?</p> </div>					
Propreté des lieux					
Présence de barres d'appui					
Nécessaire pour laver les mains					
<b>Services de proximité</b>					
Marché d'alimentation					
Pharmacie					
Hôpital, clinique, CLSC					
Banque ou caisse populaire					
Lieu de culte					
Parc					

Service	Besoin	Résidence 1	Résidence 2	Résidence 3	Résidence 4
<b>Environnement</b>					
Salle commune aménagée					
Aire de repos et de loisirs à l'intérieur					
Aire de repos et de loisirs à l'extérieur					
Possibilité de recevoir des visiteurs					
Local réservé au culte					
Possibilité de fumer dans la chambre					
<b>Entretien</b>					
 <p><b>Réflexion</b> : Quant au lavage des vêtements, les brassées sont-elles individuelles ou tout est lavé ensemble? Assurez-vous aussi de connaître à quelle fréquence la lessive est faite ainsi que le coût.</p>					
\$ Service de buanderie pour la literie					
\$ Service de buanderie pour les vêtements					
\$ Service de buanderie pour le nettoyage à sec					

Service	Besoin	Résidence 1	Résidence 2	Résidence 3	Résidence 4
Salle de lavage collectif					
Produits pour la lessive fournis					
\$ Entretien ménager par la résidence / fréquence ?					
Ménage annuel					
<b>Loisirs</b>					
<div style="display: flex; align-items: center;">  <p><b>Réflexion</b> : Parmi les activités offertes à la résidence, en voyez-vous qui seraient adaptées à votre condition? Si oui, informez-vous des coûts.</p> </div>					
Activités adaptées					
Activités organisées à l'intérieur					
Activités organisées à l'extérieur					
Présence d'animateurs sur place					
Salle de conditionnement physique					
Piscine					
Animal de compagnie autorisé					

Service	Besoin	Résidence 1	Résidence 2	Résidence 3	Résidence 4
<b>Disponibilité du personnel</b>					
 <p><b>Réflexion :</b> Informez-vous de la disponibilité du personnel : jour, soir, nuit et fin de semaine. Et la nuit, est-ce que le personnel est éveillé ou s'agit-il d'une personne sur place qui est disponible au besoin?</p>					
Jour/soir/nuit					
Fin de semaine					
<b>Formation du personnel</b>					
<p><b>Réflexion :</b> Est-ce que tout le personnel a reçu la formation Principes de déplacement sécuritaire du bénéficiaire (PDSB)? Cette formation est une obligation du ministère de la Santé et des services sociaux. Renseignez-vous sur les formations suivies par le personnel.</p> 					
Formation PDSB					
Réanimation cardiorespiratoire (RCR)					
Secourisme général					
<b>Divers</b>					
Association ou comité de résidents					
Procédure de gestion des plaintes					
Possibilité de recevoir des personnes dans la chambre					
Salon de coiffure					

Service	Besoin	Résidence 1	Résidence 2	Résidence 3	Résidence 4
Service bancaire					
Dépanneur					
Certificat de conformité					
Document d'information					
Code d'éthique ou règlements de vie interne					
<b>Bail</b>					
Résiliation en tout temps					
Délai de résiliation					
Entente maison					
Total des frais mensuel (le coût du loyer plus les services supplémentaires)					
Budget personnel					

Service	Besoin	Résidence 1	Résidence 2	Résidence 3	Résidence 4
<b>Services adaptés</b>					
 <p><b>Réflexion</b> : Les accès extérieurs à la résidence sont-ils sécuritaires? Vous devriez y retrouver des mains courantes pour la pente douce et de chaque côté de l'escalier</p>					
Pente douce					
Mains courantes					
<b>Limitation physique</b>					
<p><b>Réflexion</b> : Si vous avez des limitations physiques, y a-t-il la présence de leviers hydrauliques? Les corridors sont-ils assez larges pour la rencontre de deux fauteuils roulants? Il ne devrait pas y avoir de petit palier pour sortir des chambres.</p> <p><b>IMPORTANT</b> : Si vous êtes en fauteuil roulant, portez une attention spéciale aux dimensions de la chambre et des corridors</p> 					
Leviers hydrauliques					
Corridors assez larges					
Absence de petit palier					
<b>Soins particuliers</b>					
\$ Assistance dans les déplacements à l'intérieur					
\$ Assistance dans les déplacements à l'extérieur					

Service	Besoin	Résidence 1	Résidence 2	Résidence 3	Résidence 4
\$ Assistance pour l'habillement					
\$ Assistance pour l'alimentation					

### Soins d'hygiène corporelle



**Réflexion :** Demandez à connaître les services offerts qui sont inclus dans votre location de loyer en lien avec le soutien à l'hygiène, le bain complet ou la toilette partielle. Informez-vous aussi à savoir à quelle fréquence ils sont offerts et s'il y a des coûts supplémentaires aux services additionnels

Services hebdomadaires inclus : fréquence des bains complets					
Services hebdomadaires inclus : fréquence des toilettes partielles					
\$ Services additionnels : coût du bain complet					
\$ Services additionnels : coût de la toilette partielle					
\$ Aide pour le bain					
Services additionnels : Possibilité maximale de bain complet par semaine					

Service	Besoin	Résidence 1	Résidence 2	Résidence 3	Résidence 4
---------	--------	-------------	-------------	-------------	-------------

### Soutien à l'élimination



**Réflexion :** Concernant le soutien à l'élimination, la résidence dispose-t-elle de services en ce sens, tels l'accompagnement, le changement de culottes d'incontinence ou le rappel? Vérifiez s'il y a des coûts rattachés à ces services

\$ Accompagnement					
\$ Changement de culottes d'incontinence					

### Problème cognitif

**Réflexion :** Dans le cas de problème cognitif, est-ce que l'on retrouve dans la résidence divers supports à l'orientation, des portes sécurisées, des aires de vie adaptées?



Supports à l'orientation					
Portes sécurisées					
Aires de vie adaptées					

Après analyse, la résidence pour personnes âgées qui répond le mieux à mes besoins et à ma sécurité est :

---

# LES PROGRAMMES GOUVERNEMENTAUX

---

Pour vous soutenir financièrement, voici différents programmes :

## **PROGRAMME D'EXONÉRATION FINANCIÈRE POUR LES SERVICES D'AIDE DOMESTIQUE (PEFSAD) DU QUÉBEC**

Programme d'aide financière pour payer une partie des services d'entretien de votre domicile. S'informer au 1 888 594-5155.

## **CRÉDIT D'IMPÔT REMBOURSABLE POUR LE MAINTIEN À DOMICILE D'UNE PERSONNE ÂGÉE DU QUÉBEC**

S'adresse aux personnes de 70 ans et plus. Impôt Québec vous rembourse un pourcentage du montant que vous payez pour des services de ménage, de déneigement, de tonte de pelouse, de soins infirmiers, etc. à condition d'avoir des factures à titre de preuve.

## **CRÉDIT D'IMPÔT REMBOURSABLE POUR AIDANT NATUREL DU QUÉBEC**

Le crédit d'impôt pour aidant naturel comporte trois volets. Le premier s'adresse aux aidants naturels qui prennent soin de leur conjoint âgé qui est incapable de vivre seul, le deuxième s'adresse aux aidants naturels qui hébergent un proche admissible et le troisième, aux aidants naturels qui cohabitent avec un proche admissible qui est dans l'incapacité de vivre seul. Pour plus d'information, veuillez contacter Revenu Québec au 1 855 291-6467 (sans frais).

## **CRÉDIT D'IMPÔT REMBOURSABLE POUR RÉPIT À UN AIDANT NATUREL DU QUÉBEC**

Un aidant naturel peut demander ce crédit s'il paie pour la garde et la surveillance d'un proche de 70 ans et plus ou atteint d'une déficience grave.

C'est obligatoire d'avoir un reçu fourni par une personne détenant un diplôme dans le domaine de la santé. Le remboursement est de 30 %.

## **MONTANT POUR AIDANT NATUREL DU CANADA**

C'est un crédit qui n'est pas remboursable, il vise à payer moins d'impôt. Il sert à quelqu'un qui vit avec un proche de plus de 18 ans atteint d'une déficience des fonctions physiques ou mentales ou, s'il s'agit d'un parents ou grands-parents dont le revenu n'excède pas 20 343 \$.

## **CRÉDIT D'IMPÔT POUR RELÈVE BÉNÉVOLE (QUÉBEC)**

Un crédit d'impôt remboursable peut être accordé à un bénévole\* qui a fourni des services à domicile (environ 400 heures) à un proche aidant principal qui prodigue des soins à un membre de sa famille.

\* Note : un bénévole ne peut pas être le conjoint du bénéficiaire de soins, le père, la mère, l'enfant, le frère ou la soeur du bénéficiaire de soins, de même que leur conjoint.

## **PROGRAMME ALLOCATION LOGEMENT DU QUÉBEC**

C'est une aide financière à des personnes à faible revenu qui consacrent plus de 30 % de leur budget pour se loger. On doit appeler Revenu Québec 1 800 263-6299 pour s'informer si on est admissible et obtenir un formulaire de demande.

## **CRÉDIT POUR FRAIS MÉDICAUX CANADA ET QUÉBEC**

Dans tous les cas les frais médicaux doivent dépasser 3 % du revenu pour être utiles en impôt. Ils servent à réduire l'impôt à payer, ils ne servent pas aux personnes qui ne paient pas d'impôt, ils ne servent pas non plus à réduire la prime d'assurance médicaments du Québec.

Une partie pourrait être remboursable si la personne a des revenus de travail d'au moins 2 750 \$.







## REMERCIEMENTS

Nous tenons à remercier la Table régionale de concertation des personnes âgées du Centre-du-Québec pour leur soutien financier et technique à la réalisation de cette 1ère édition 2017 du Guide - Un chez-moi qui me convient.

Également, nous souhaitons remercier les organisations suivantes pour nous avoir permis de nous inspirer de leurs outils.

- La Table de concertation « abus auprès des aînés de la Mauricie »
- Granby Ville amie des aînés
- La Table de concertation pour les personnes âgées de la MRC de Drummond
- La Table de concertation des personnes âgées de Nicolet-Yamaska