

Centre Communautaire Saint-Antoine 50+

(Anciennement connu comme le Centre bon Pasteur)



Entrée du Centre par l'arrière : 850, rue Dominion

Adresse postale : 2338, rue St-Antoine ouest #1

Montréal, Qc., H3J 1A8

Téléphone : 514-933-7351 ou 514-933-8932

Fax : 514-933-4617

Information générale

Janvier 2010

Voici les programmes et services que nous vous offrons par notre département de Support à la maison :

1. **Transport médical** : Des coupons de taxi sont disponible pour les aînés ayant besoin de transport pour l'aller retour d'un rendez-vous médical. L'aîné doit acheter ses coupons de taxi à l'avance en donnant au Centre la date et le lieu du rendez-vous médical. Cette information servira à déterminer le coût des coupons. Le prix est un estimé du coût moyen de taxi en prenant en considération le lieu du départ et la destination. L'aîné ne paie que **50% du tarif régulier**. Ce service de coupons de taxi n'est disponible que pour les aînés membres du Centre Saint-Antoine.
2. **Accompagnement** : Un bénévole accompagnera l'aîné qui a un rendez-vous médical ou une course tant que l'aîné s'est organisé pour le transport que ce soit par autobus, taxi, autobus paramédical. Vous devez prévoir un avis de 3 jours ouvrable **en excluant la fin de semaine et les congés fériés**. **Coût : gratuit**.
3. **Visite amicale** : Afin de briser votre isolation ou votre solitude, un bénévole viendra vous visiter chez vous une fois par semaine pour faire en sorte que vous allez bien. **Coût : gratuit**.
4. **Appel téléphonique amical** : Afin de briser votre isolation ou votre solitude, un bénévole vous téléphonera une fois par semaine pour s'assurer que tout va bien. **Coût : gratuit**.
5. **Appel journalier pour vous reconforter** : Pour ceux qui n'ont pas, peu ou plus de famille et qui vivent seul, un bénévole va vous appeler à tous les jours ouvrable (**excluant les samedis, dimanches et jours fériés**) pour s'assurer que tout va bien. **Coût : gratuit**.
6. **Souhait de joyeux anniversaire, de prompt rétablissement et cartes de sympathie** : Pour souligner la fête d'un membre, une carte de fête sera envoyée ou un coup de téléphone sera effectué pour souligner la fête. Idem pour un prompt rétablissement. En cas de perte d'un être cher, une carte de sympathie est envoyée. **Coût : gratuit**.
7. **Traduction et assistante offerte pour remplir des formulaires** : Tout le long de l'année, si vous avez besoin d'aide pour remplir des formulaires gouvernementaux ou municipaux, nous vous aiderons. En plus, si vous avez besoin d'aide à traduire, comprendre ou remplir un formulaire en français, une lettre, nous le ferons avec vous. **Coût : gratuit**.
8. **Demande d'informations et référence** : Ce service est offert à nos membres qui ont besoin de renseignements sur les ressources disponibles à la communauté. **Coût : gratuit**.
9. **Transport en mini bus** : Vous devez réserver votre place par téléphone pour en avoir une dans l'autobus. L'aîné est ramassé à la maison, conduit au centre commercial ou à l'épicerie ou amené au Centre St-Antoine pour participer à une activité et ensuite, reconduit chez lui à la fin de la journée. **Coût : 2.50\$ (aller) ou 5.00\$ (aller-retour)**.
10. **Programme de magasinage en autobus** : Ce programme de transport pour magasinage fait en sorte que l'aîné puisse faire son épicerie et des commissions de porte à porte. Pour les résidents du Sud-Ouest de Montréal, ce service est offert les lundis après-midi. Pour les résidents des appartements Bon Pasteur et certaines résidences (HLM) situés dans St-Henri ou La Petite Bourgogne, ce service est offert les vendredis après-midi. **Coût : 5.00\$ (aller-retour)**.

11. **Programme de Réintégration (repas en groupe et activités d'après-midi au Centre) :** Des repas maison sont cuisinés pour les membres les lundis et vendredis. Après le repas, dans l'après-midi, nous offrons différentes activités allant de film aux jeux de poches au tricotage, bingo, O.K.O., ... **Coût : 4.00\$ par repas. Jeu de Bing : 5¢ à 25¢ par partie. Toutes les autres activités offertes au Centre sont gratuites.**
12. **Groupe de discussion :** Ouvert à tous ceux qui veulent discuter ensemble sur une multitude de sujets intéressants. Le groupe se rencontre tous les mercredis à 11:00 dans le salon. **Coût : gratuit.**
13. **Clinique de soin pour les pieds :** Avec rendez-vous seulement, ce service est offert grâce à la collaboration de NOVA (anciennement V.O.N.). une infirmière offre les soins pour les pieds pour une durée variant de 6 à 8 semaines. **Coût : 30\$ pour la 1^{ière} visite et ensuite, de 25\$ pour les visites subséquentes.**
14. **Clinique pour examen de la vue :** Un optométriste vient au Centre St-Antoine à chaque 6 mois pour faire un examen complet de la vue des membres intéressés. Ceci inclut une vérification pour le glaucome, les cataractes, la pression indue dans les yeux, etc, ... Vous devez prendre un rendez-vous. **Coût : gratuit pour les aînés de 65 ans et plus. Pour ceux de moins de 65 ans : 50\$.**
15. **Clinique pour vérifier votre pression sanguine :** Une fois par mois, une infirmière qualifiée prend votre pression de 10 :00 à 12 :00. **Coût : gratuit.**
16. **Cuisine collective :** À chaque deux semaines, dans une atmosphère remplie de support, un petit groupe se rencontre pour préparer des plats santé, économique et délicieux. Ceux-ci seront partagés ensemble et vous pourrez en ramener à la maison. Les participants planifie les menus, font la liste d'épicerie et prépare ensemble les repas. **Coût : Les participants payent 5\$ pour 2 repas (celui que vous mangerez au Centre et l'autre que vous apporterez chez vous. Ceux qui veulent le repas seulement sans cuisiner sont bienvenus à un coût de 5\$ pour le repas et de 3\$ de plus pour apporter un repas chez vous.**
17. **Groupe de support d'aidant naturel (minimum de 6 participants) :** Disponible en anglais, un groupe de support est offert pour tout le monde qui s'occupe d'un être cher, un conjoint ou conjointe, membre de famille souffrant de l'Alzheimer ou d'une diminution de capacité physique ou mentale. Le groupe de support s'étend sur une période de 6 à 10 sessions. **Coût : gratuit.**
18. **Session d'informations :** Des sessions d'informations sont offertes périodiquement sur une variété de sujets allant de votre sécurité à votre santé à l'éducation. **Coût : gratuit.**
19. **Un panier de nourriture frais provenant directement de la ferme :** Êtes-vous intéressé à avoir un panier de fruits et légumes frais à chaque 2 semaines ? Si oui, dites-le à notre coordinatrice de support à la maison. Vous devez payer à l'avance **7\$ pour une petite boîte, 10\$ pour une grosseur moyenne et 16\$ pour une grosse.** Le contenu varie de semaines en semaines et selon les saisons.
20. **Session de thérapie de massage :** Chaque vendredis soirs ou les samedis matins, par rendez-vous seulement, **aux membres, pour 20\$,** vous aurez droit à une session de massage de 30 minutes. Le **coût est de 25\$ pour les non membres.**

Services et programmes offerts au Centre Saint-Antoine 50+

Repas chauds : Un repas chaud est servi tous les lundis et vendredis à midi dans la salle à manger. **Coût : 4.00\$ Repas pour amener chez soi : 3.00\$**

Soupe & sandwichs : Un repas comprenant soupe & sandwich est servi les mercredis à midi à la salle à manger. **Coût : 3.00\$**

Cuisine intergénérationnelle : Avec les élèves de l'école primaire Riverside, les aînés peuvent cuisiner avec les jeunes chaque mardi matin.

Célébration de fêtes : 1 fois par mois, un vendredi choisi, nous fêtons les anniversaires de naissance de nos membres pour ce mois-là. **Coût : gratuit.**

Déjeuner : Joignez-vous à nous les mardis et jeudis matin pour déjeuner. Le menu varie. **Coût : 2.00\$.**

Café (kafé clash) : Du lundi au vendredi, à chaque matin, venez prendre un café avec nous et partager les nouvelles de la journée. **Coût : 50¢ par café.**

Jeu de cartes : Soit à la salle à manger ou dans la salle d'ordinateur, vous pouvez emprunter une de nos tables pour jouer avec des amis aux cartes. Si vous voulez organiser un tournoi ou une rencontre de cartes plus formelle, SVP parlez-en avec les employés pour obtenir la permission pour une date et une heure précise. **Coût : gratuit.**

Atelier de création de cartes de souhait : Le jeudi après-midi, créez votre propre carte de souhait pour l'occasion que vous voulez. **Coût : 5.00\$ pour 4 semaines incluant le matériel.**

Cours d'ordinateur : **Coût : 10\$ pour les membres et 15\$ pour les non-membres.**
Quand : les mardis et/ou les jeudis.

Accès aux ordinateurs : Disponible du lundi au vendredi de 8 :30 à 16 :30.

Cours de dessin : À chaque vendredi matin. **Coût : 20\$ pour les membres et 25\$ pour les non-membres.**

Mini bazar quotidien (chez Duffy) : **Coût : minimale.**

Groupe d'exercice : **Coût : gratuit.**

Jeux : À chaque lundi et vendredi, à 10 :00 et 13 :00, venez jouer avec nous à différents jeux comme au bing, frustration, O.K.O.. Amusez-vous ! **Coût : gratuit.**

Clinique de préparation de rapport d'impôt : Avec l'aide de bénévoles entraînés par Revenu Québec ou revenu Canada nous aidons nos membres avec un revenu limité à remplir leurs formulaires de taxe. **Coût : gratuit.**

Cours de peinture : À chaque vendredi matin. Coût : 20\$ pour les membres et 25\$ pour les non-membres incluant le matériel.

Événements spéciaux : Dépendant de l'activité, les coûts peuvent varier de 5\$ à 15\$.

Voyage journalier : Dépendant du type de voyage, les coûts peuvent varier de 5\$ à 25\$.

Si vous avez des questions, n'hésitez pas à communiquer avec nous au 514-933-7351 et demander Maggie ou Suzette.

Heures D'ouverture :

Le Centre Saint-Antoine 50+ est ouvert 5 jours semaine du **lundi au vendredi** de **8 :30 à 12 :00 et de 13 :00 à 16 :30**. Du 1^{ier} juin au 30 septembre, pour la période estivale, les heures d'ouverture sont du lundi au vendredi de 8 :30 à 12 :00 et de 12 :30 à 16 :00.

Au plaisir de vous accueillir !

Margaret A Taylor
Coordinatrice du support à la maison

Suzette Mayers
Assistance-coordinatrice
du support à la maison

Rose Mary Silletta
Directrice