

Biblio-Aidants

RÉPERTOIRE DES RESSOURCES LOCALES  
BIBLIOTHÈQUE PAUL-O.-TRÉPANIÉ  
GRANBY

# DIABÈTE

DOCUMENTATION À L'INTENTION DES PROCHES AIDANTS



**Granby**

# VILLE DE GRANBY

## **Bibliothèque Paul-O.-Trépanier**

11, rue Dufferin

Tél. : (450) 776-8320

[bibliotheque@ville.granby.qc.ca](mailto:bibliotheque@ville.granby.qc.ca)



**BIBLIOAIDANTS<sup>MD</sup>**

**BIEN INFORMÉS.  
MIEUX AIDER.**

Au Québec, on estime que plus d'un million d'adultes sont proches aidants. Comme vous, ils cherchent de l'information sur les façons de soutenir et d'assister leurs proches le mieux possible. Le programme provincial Biblio-Aidants a été développé par l'Association des bibliothèques publiques du Québec pour répondre à ce besoin.

Ce Répertoire des ressources locales a été développé par votre bibliothèque. Il est complémentaire au cahier provincial portant sur le même sujet. Chaque cahier Biblio-Aidants contient une liste d'organismes pouvant vous aider, une sélection de sites Web pertinents ainsi que des suggestions de lecture. Il existe 15 cahiers thématiques différents, disponibles gratuitement sur [biblioaidants.ca](http://biblioaidants.ca) :

- **AÎNÉS ET VIEILLISSEMENT**
- **CANCER**
- **DÉFICIENCE INTELLECTUELLE**
- **DEUIL**
- **DIABÈTE**
- **INCAPACITÉS PHYSIQUES (INCLUANT DÉFICIENCES AUDITIVES ET VISUELLES)**
- **MALADIE D'ALZHEIMER**
- **MALADIE DE PARKINSON**
- **MALADIES DU CŒUR ET ACCIDENTS VASCULAIRES CÉRÉBRAUX (AVC)**
- **MALADIES PULMONAIRES**
- **PROCHES AIDANTS**
- **SANTÉ MENTALE**
- **SCLÉROSE EN PLAQUES**
- **SOINS PALLIATIFS**
- **TROUBLES DU SPECTRE DE L'AUTISME**

Votre bibliothèque possède plusieurs ouvrages de la sélection Biblio-Aidants, pouvant vous aider à bien vous informer sur la condition de votre proche. N'hésitez pas à les emprunter.

*Biblio-Aidants<sup>MD</sup> est une marque de commerce enregistrée à l'Office de la propriété intellectuelle du Canada.*

## L'APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS D'AÎNÉS - MONTÉRÉGIE

La mission de l'organisation est de regrouper, soutenir et accompagner les aidants vivant sur le territoire de la Montérégie. Elle permet d'être un lieu de rencontres pour les aidants afin de partager, offrir du soutien aux aidants ainsi que promouvoir les actions dans le but d'aider les conditions de vie des aidants.

- Adresse : 7900, boul. Taschereau, Édifice C-202, Brossard, QC J4X 1C2
- Téléphone de l'association : 450 466-8222
- Ligne Info-aidants : 1-877- 371-0717
- Courriel : [roman@aidantsnaturels.org](mailto:roman@aidantsnaturels.org)
- Site Web : [www.aidantsnaturels.org](http://www.aidantsnaturels.org)

## CENTRE D'INFORMATION SUR LE GLAUCOME

Le Centre, situé à l'Hôpital général juif de Montréal, organise plusieurs fois par année des rencontres d'information sur le glaucome. Des experts sont présents pour répondre aux questions et fournir des explications. Le Centre est ouvert à tous. Téléphonnez ou consultez le site Web pour connaître les dates des rencontres. Il est possible de visionner en ligne la vidéo éducative « Je fais du glaucome », réalisée à l'intention des personnes atteintes et des professionnels de la santé (section DVD éducationnel du site). La section « Liens utiles » offre de nombreuses ressources en ligne supplémentaires.

- Téléphone : 514 340-8222, poste 4954
- Courriel : [glaucomaed@yahoo.ca](mailto:glaucomaed@yahoo.ca)
- Site Web : [www.jgh.ca/fr/Centredinformatiionsurleglaucome](http://www.jgh.ca/fr/Centredinformatiionsurleglaucome)

## CLSC YVAN-DUQUETTE – CLINIQUE DE DIABÈTE

La clinique vous offre des informations pour développer et maintenir de saines habitudes de vie, bien comprendre la maladie, contrôler efficacement le taux de glycémie, améliorer l'autonomie et permet de partager votre expérience avec d'autres personnes.

- Adresse : 294, rue Déragon, Granby, QC J2G 5J5
- Téléphone : 450 375-1442

## CONSEIL POUR LA PROTECTION DES MALADES

Le Conseil défend les droits des usagers du système de santé du Québec. Il est possible de contacter le Conseil pour demander un avis d'ordre juridique ou de dénoncer une situation ou un abus portant atteinte aux droits de la personne. Toute dénonciation face à une situation est traitée sous le sceau de la confidentialité par le Conseil.

- Adresse : 1000, rue Saint-Antoine ouest, bureau 403, Montréal, QC H3C 3R7
- Téléphone : 1-877-CPM-AIDE
- Courriel : [info@cpm.qc.ca](mailto:info@cpm.qc.ca)
- Site Web : <http://cpm.qc.ca>

## LES DIABÉTIQUES DE LA HAUTE-YAMASKA

Cette association a pour but d'informer les diabétiques et leur famille pour mieux comprendre leur état de santé. Permet d'obtenir un meilleur contrôle et éviter les complications à court, moyen et long terme. Services adaptés aux besoins des membres par des conférences, conseils, référence, information, activités de dépistage, inscription au camp Carowanis pour les jeunes diabétiques de type 1.

- Adresse : Centre communautaire Saint-Benoît 170, rue Saint-Antoine Nord, bureau 223 Granby, QC J2G 5G8
- Téléphone : 450 372-1151
- Courriel : [diabetiqueshy@gmail.com](mailto:diabetiqueshy@gmail.com)
- Site Web : [www.diabete.qc.ca](http://www.diabete.qc.ca)

## DIABÈTE QUÉBEC

Cette association a pour but d'informer et d'assurer des services auprès de gens atteints de diabète, de favoriser la recherche et de défendre les droits des personnes diabétiques auprès des gouvernements, des services de santé et des entreprises. Le site Web couvre différents sujets se rapportant au diabète et comprend une multitude d'informations sur l'alimentation, l'activité physique, les traitements, les soins, l'actualité, etc. Il est possible de visionner plusieurs capsules vidéo éducatives et de télécharger des documents gratuitement.

Diabète Québec offre également quatre applications mobiles gratuites sur les pompes à insuline, la mise en forme, un guide resto ainsi qu'un guide voyage. La revue Plein Soleil est accessible aux membres de l'association.

- Téléphone : 514 259-3422, Téléphone sans frais : 1-800 361-3504
- Courriel : [info@diabete.qc.ca](mailto:info@diabete.qc.ca)
- Site Web : [www.diabete.qc.ca](http://www.diabete.qc.ca)

## Service InfoDiabète

Téléphone : 514 259-3422, poste 233, Téléphone sans frais: 1-800-361-3504, poste 233

Courriel : [infodiabete@diabete.qc.ca](mailto:infodiabete@diabete.qc.ca)

InfoDiabète est le service d'information et de référence téléphonique de Diabète Québec. Cette ligne sans frais permet aux personnes qui ont des questions sur le diabète d'obtenir des réponses et d'être référées à la personne ou à l'organisme qui peut leur venir en aide le plus rapidement possible. Il est possible de clavarder en direct avec des professionnels de la santé de l'association lors des heures d'ouverture.

## Programme de formation aux diabétiques

[www.diabete.qc.ca/fr/comprendre-le-diabete/ressources/cartes](http://www.diabete.qc.ca/fr/comprendre-le-diabete/ressources/cartes)

Ces formations sont offertes par des professionnels de la santé et se déroulent dans les associations affiliées à Diabète Québec. Elles s'adressent aux adultes diabétiques et à leurs proches. Le lien cidessus mène à une carte permettant de localiser les organismes participants de sa région.

## La personne diabétique : l'auto-soin des pieds

[www.diabete.qc.ca/fr/vivre-avec-le-diabete/soins-et-traitements/soins-du-corps/le-diabete-et-le-soin-des-pieds](http://www.diabete.qc.ca/fr/vivre-avec-le-diabete/soins-et-traitements/soins-du-corps/le-diabete-et-le-soin-des-pieds)

Cette vidéo explique certaines mesures préventives telles que le lavage et l'examen quotidien des pieds, le soin de la peau et des callosités, le limage des ongles, le choix des bas et des chaussures, ainsi que des conseils généraux.

## FONDATION POUR ENFANTS DIABÉTIQUES

La Fondation soutient de multiples façons les parents d'enfants atteints de diabète de type 1.

- Téléphone : 514 731-9686, Téléphone sans frais : 1-800-731-9683
- Site Web : [www.diabetes-children.ca/fr/](http://www.diabetes-children.ca/fr/)
- Courriel : [info@diabete-enfants.ca](mailto:info@diabete-enfants.ca)

## Infolettre «Contact Parents »

[www.diabetes-children.ca/fr/infolettre/](http://www.diabetes-children.ca/fr/infolettre/)

On peut la recevoir gratuitement par courriel ou la consulter dans la section «Boîte à outils».

## **Camp Carowanis spécialisé pour enfants diabétiques**

<https://www.diabetes-children.ca/fr/notre-engagement/camp-carowanis/>

La Fondation finance partiellement l'accès au Camp Carowanis, situé dans les Laurentides. Des séjours adaptés aux enfants diabétiques et des fins de semaine familiales y sont organisés.

## **ORDRE PROFESSIONNEL DES DIÉTÉTISTES DU QUÉBEC**

L'Ordre professionnel régit la profession et regroupe tous les diététistes au Québec. Un bottin est disponible en ligne pour trouver un professionnel dans votre région. Plusieurs CSSS offrent des services nutritionnels gratuits à leurs usagers au CLSC, à l'hôpital, en milieu scolaire, etc. Informez-vous à votre CSSS afin de connaître les services offerts.

- Téléphone : 514 393-3733, Téléphone sans frais 1 888 393-8528 poste 201
- Site Web : [www.opdq.org](http://www.opdq.org)

## **REGROUPEMENT DES AIDANTS NATURELS DU QUÉBEC (RANQ)**

Le Regroupement des aidants naturels du Québec (RANQ) est composé d'une soixantaine d'organismes et d'associations qui offrent des services directs aux proches aidants du Québec : centres d'action bénévole, regroupements d'aidants régionaux, etc. Vous trouverez la liste complète des organismes par région dans le site Web du Regroupement.

- Téléphone : 514 524-1959, Téléphone sans frais 1 855 524-1959
- Courriel : [info@ranq.qc.ca](mailto:info@ranq.qc.ca)
- Site Web [www.ranq.qc.ca](http://www.ranq.qc.ca)

### **Section «Boîte à outils »**

[www.ranq.qc.ca/boite-a-outils](http://www.ranq.qc.ca/boite-a-outils)

La section « Boîte à outils » du site Web du RANQ permet de télécharger plusieurs documents qui ont été créés par des groupes de proches aidants de partout au Québec : guides de prévention de l'épuisement, bottins de ressources, guides d'accompagnement, actes de colloques, etc.

## **REGROUPEMENT PROVINCIAL DES COMITÉS DES USAGERS (RPCU)**

Le Regroupement provincial des comités des usagers défend et protège les droits des usagers du réseau de la santé et des services sociaux. Consultez le site Web du regroupement pour en connaître davantage sur les droits et les recours du proche que vous accompagnez

- Téléphone : 514 436-3744
- Courriel : [info@rpcu.qc.ca](mailto:info@rpcu.qc.ca)
- Site Web : [www.rpcu.qc.ca](http://www.rpcu.qc.ca)