

Biblio-Aidants

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

SANTÉ MENTALE

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



BIBLIOAIDANTS^{MD}

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 :

- **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^{MD} est une marque de commerce enregistrée à l'Office de la propriété intellectuelle du Canada.

ANOREXIE ET BOULIMIE QUÉBEC (ANEB)

Cet organisme, sans but lucratif, offre du soutien aux personnes adultes ou adolescentes, à vaincre leur trouble alimentaire.

- Adresse : 5500, route Transcanadienne, Pointe-Claire, QC H9R 1B6
- Téléphone sans frais : 1 800 630-0907
- Site Web : www.anebquebec.com
- Courriel : info@anebquebec.com

L'AUTRE VERSANT, ALTERNATIVE EN SANTÉ MENTALE

L'organisme offre accompagnement et soutien à toute personne adulte ayant des problèmes de santé mentale résidant sur le territoire de la MRC Haute-Yamaska. Offre du soutien individuel, de groupe en français, anglais et en espagnol. Plusieurs activités sont disponibles pour les membres dont des sorties de groupe et un volet artistique.

- Adresse : 20, rue Drummond, Granby, QC J2G 2S4
- Téléphone : 450-777-7611
- Courriel : autreversant@endirect.qc.ca
- Site Web : <http://www.autreversant.com>

CENTRE DE PRÉVENTION DU SUICIDE DE LA HAUTE-YAMASKA

Offre un soutien aux personnes suicidaires ainsi qu'à leurs proches. Des interventions téléphoniques, des rencontres individuelles, familiales et sur les milieux de travail sont possibles. Le centre forme également des groupes de soutien uniquement réservés aux hommes ayant des pensées suicidaires. Dans sa qualité de ressource, l'organisme offre du support à différents intervenants à travers des formations.

- Adresse : Le Complexe Dufferin. 35, rue Dufferin, bureau 302, Granby, QC J2G 4W5
- Téléphone : Ligne d'intervention : 450 375-4252 Bureau : 450 375-6949
- Courriel : cpschy@qc.aira.com
- Site web : <http://cpschy.qc.ca/>

CENTRE D'ENTRAIDE LA BOUSSOLE

Cet organisme travaille à la réhabilitation et à la réinsertion sociale des adultes ayant des problèmes de dépendance (médicaments, drogue, alcool). Une évaluation et un traitement sont offerts aux personnes dépendantes et celles-ci peuvent également bénéficier de l'expertise juridique du centre. Des thérapies sont possibles en clinique externe pour les toxicomanes contrevenants.

- Adresse : 96, rue Principale, bureau 202, Granby, QC J2G 2T4
- Téléphone : 450 378-6116
- Courriel : info@centrelaboussole.ca
- Site Web : <http://www.centrelaboussole.ca>

CENTRE INTÉGRÉ UNIVERSITAIRE DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX DE L'ESTRIE - CENTRE HOSPITALIER DE SHERBROOKE – CENTRE PROVIDENCE

Permet un accueil psychosocial pour des clientèles jeunes et adultes par des équipes formées en santé mentale. Évalue et traite la clientèle ayant des problèmes de santé mentale.

- Adresse : 279, de la Providence, Granby, QC J2G 4S7
- Téléphone : Adultes 450-375-8001 * Enfants 450-375-8002 * Accueil psychosocial et santé mentale 1ère ligne 450-375-1442

COLLECTIF DE DÉFENSE DES DROITS DE LA MONTÉRÉGIE- BUREAU DE GRANBY-BROME-MISSISQUOI

Organisation permettant de l'accompagnement tout en veillant au respect des droits des personnes ayant des problématiques de santé mentale. Le collectif donne de l'information juridique sur les droits ainsi que les recours et les différentes ressources disponibles. Aide les personnes à se défendre elle-même et à mieux connaître leurs droits.

- Adresse : 170, rue Saint-Antoine Nord, bureau 210, Granby, QC J2G 5G8
- Téléphone : 450 378-2504
- Courriel : granby@cddm.qc.ca
- Site Web : www.cddm.qc.ca

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
- Site Web : <http://cpm.qc.ca>

ENTR'ELLES GRANBY

Ce centre, réservé uniquement aux femmes, a comme but de briser l'isolement en offrant écoute, aide individuelle, de l'information et des références, du support juridique, des activités de groupes et un service d'hébergement en situation de crise.

- Adresse : Centre communautaire Saint-Benoit, 170, rue Saint-Antoine Nord, bureau 321, Granby, QC J2G 5G8
- Téléphone : 450-375-4042 *Halte crise (hébergement) 450-375-0487
- Courriel : entrelle@endirect.qc.ca

INSTITUT DE PLANIFICATION DE SOINS

L'Institut a pour mission d'aider les individus en perte d'autonomie à planifier leurs soins de vie en matière de santé. L'Institut a pour but d'informer la clientèle sur les différentes options de soins dans le but de prendre des décisions éclairées et de prendre les dispositions nécessaires. L'organisme offre des nombreuses formations et conférences afin de renseigner les individus, mais également le public d'organismes ciblés par les services.

- Adresse : 4-7675, rue Lautrec, Brossard, QC J4Y 3H3
- Téléphone : 450 462-1756
- Courriel : info@planificationdessoins.org
- Site Web : <http://planificationdessoins.org>

MAISON ARC-EN-CIEL

La maison vient en aide aux adultes vivant avec des problématiques de santé mentale désorganisation le fonctionnement au quotidien. Offre un service d'hébergement et de post-hébergement ainsi que des activités de counseling et de réadaptation. De plus, cet organisme organise différentes activités de jour.

- Adresse : 3, rue Cairns, Granby, QC J2G 6P9
- Téléphone : 450-375-1541
- Courriel : info@maisonarc-en-ciel.ca
- Site Web : www.maisonarc-en-ciel.ca

OASIS SANTÉ MENTALE GRANBY ET RÉGION

Organisme aidant les individus touchés par la maladie mentale ainsi que leur entourage.

Un programme de répit pour les membres de la famille est offert afin de prévenir l'épuisement de ses membres, soutenir et favoriser la réorganisation de la famille. Ce programme vise principalement les familles avec un adulte touché par une problématique de santé mentale et les jeunes enfants suivis en pédopsychiatrie.

Plusieurs ressources complémentaires viennent aider les individus touchés de près ou de loin : ligne d'écoute, rencontres, liens d'intérêt sur le site, etc.

- Adresse : 18, rue St-Antoine Nord, Granby, QC J2G 5G3
- Téléphone (Granby et région) : 450-777-7131
- Téléphone (sans-frais) : 1-855-CRAQUER (272-7837)
- Courriel : info@oasissantementale.org
- Site Web : <http://www.oasissantementale.org>

ORDRE DES PSYCHOLOGUES DU QUÉBEC

Permet aux individus de trouver un psychologue en bureau privé dans une région donnée.

- Adresse : 1100, avenue Beaumont, bureau 510, Mont-Royal, QC H3P 3H5
- Téléphone : 1 800 561-1223
- Courriel : info@ordrepsy.qc.ca
- Site Web : www.ordrepsy.qc.ca

OUTREMANGEURS ANONYMES – GROUPE LIBERTÉ NOUVELLE

Organisme permettant aux personnes vivant avec une obsession de la nourriture de les accompagner et de les soutenir. Rencontres hebdomadaires.

- Adresse : Centre Jean-Paul Régimbal (200, boulevard Robert à Granby), salle Lahaie
- Téléphone : 450-378-9555
- Courriel : reunions@outremangeurs.org
- Site Web : www.outremangeurs.org

PARTAGE NOTRE-DAME – AZIMUT

Accueille toute personne adulte avec des problèmes de toxicomanie, de santé mentale, de pauvreté vivant de l'exclusion. Offre un lieu de rencontres et d'échanges ainsi que des interventions de groupe ou individuelle. Référence également vers les services adéquats.

- Adresse : 309, rue Racine, Granby, QC J2G 3B6
- Téléphone : 450-775-9303 ou 450-378-1111 poste 4
- Courriel : azimut-granby@live.fr

LE PASSANT

Accueille les hommes âgés de 18 ans pour un hébergement à court terme pour les hommes éprouvant diverses difficultés : sans-abris, dépendances, santé mentale, problèmes familiaux, ordonnance de cour, etc.)

- Adresse : 436, rue Horner, porte 2, Granby, QC J2G 3T5
- Téléphone : 450 375-4404
- Courriel : lepassant@bellnet.ca
- Site Web : www.lepassant.org

TRANSITION POUR ELLES

Offre un hébergement, à court ou moyen terme, pour les femmes éprouvant différents problèmes (santé mentale, perte d'emploi, violence, dépression). Cet organisme offre du soutien dans leur démarche vers l'autonomie et la réappropriation de leur vie.

- Adresse : 110, rue Dufferin, Granby, QC J2G 4W9
- Téléphone : 450 776-3369 (admissions) ou 450 777-1565 (administration)
- Courriel : transitionpourelles@videotron.ca
- Site Web : <http://www.cdchauteyamaska.com/transitionpourelles>

LE VIRAGE - CENTRE EN RÉADAPTATION EN DÉPENDANCE

Le Virage est un établissement du réseau public de la santé et des services sociaux du Québec offrant des services de réadaptation aux adolescents et adultes désirant modifier leur comportement envers leur dépendance (jeu, alcool, médicaments, drogue, etc.) Une programmation d'activités est offerte incluant des activités familiales et de groupe ainsi que plusieurs services externes selon les besoins de la personne.

- Adresse : 33, rue Dufferin, Granby, QC J2G 4W5
- Téléphone : 450 375-0022
- Site Web : <http://www.levirage.qc.ca>