



Bottin 2026-2027

RESSOURCES

pour les personnes de 50 ans et plus

La Table de concertation des aînés de Vaudreuil-Soulanges a pour mission de favoriser le regroupement des forces locales et le partenariat entre les organisations dans le but d'améliorer le mieux-être, les conditions de vie et les services offerts aux personnes âgées de cette région.

Ce bottin des ressources a été créé pour aider les personnes âgées et leurs proches à trouver rapidement de l'information et connaître les ressources disponibles sur le territoire de Vaudreuil-Soulanges. Nous sommes convaincus que d'avoir regroupé ces ressources par thématiques facilitera vos recherches.



ACTIVITÉS ET VIVACITÉ COGNITIVE

Centre communautaire des aînés Vaudreuil-Soulanges

Activités contribuant à l'enrichissement de la vitalité intellectuelle, émotionnelle, physique et sociale des personnes qui y participent, se déroulant dans plusieurs municipalités de Vaudreuil-Soulanges.

Secteur
Soulanges
450 265-3548
poste 225

Secteur
Vaudreuil
450 424-8503

Montérégie West Community Network (MWCN)

Le MWCN se consacre à soutenir la communauté anglophone de Vaudreuil-Soulanges en fournissant des références dans les domaines de la santé, de l'éducation et des services sociaux, tout en proposant des ateliers captivants, des séances d'information et diverses activités sociales qui favorisent les liens sociaux et le bien-être.

514 425-0399

COMQUAT

Alphabétisation, ateliers de lecture, écriture, conversation, français langue seconde et alphanumérique (ordinateur, tablette, cellulaire, réseaux sociaux). Service d'écrivain public. Offert aux résidents du Secteur Vaudreuil.

514 453-3632

La magie des mots

Littératie numérique, alimentaire, santé, financière et maintien des fonctions cognitives. Offert aux résidents du Secteur Soulanges.

450 763-1331

Société Alzheimer du Suroît

Information, soutien individuel ou de groupe, ateliers de formation proches aidants, répit-stimulation (à domicile ou au centre d'activités halte-répit).

1 877 773-0303

ALIMENTATION

Centre d'action bénévole l'Actuel Pour les résidents du secteur Vaudreuil Dépannage alimentaire et cuisines collectives.	450 455-3331
Centre d'action bénévole Soulanges Pour les résidents du secteur Soulanges Dépannage alimentaire et cuisines collectives.	450 265-3134
Centre communautaire des aînés Vaudreuil-Soulanges Popote roulante – livraison de repas chauds et de repas surgelés. Popote roulante pour emporter - repas surgelés.	1 855 510-3548 poste 223 450 265-3548
Café de la débrouille Dépannage alimentaire pour les résidents de Rigaud, Pointe-Fortune et Très-Saint-Rédempteur.	450 206-1008
La Source d'entraide Dépannage alimentaire pour les résidents de Saint-Lazare.	450 455-8000
Dorion Dream Center Dépannage alimentaire pour les résidents de Vaudreuil-Dorion.	450 455-4532
Les Gardes-mangers partagés de Vaudreuil-Soulanges Frigos communautaires et gardes-mangers en libre-service.	/FrigoscommunautairesVS

DÉFENSES DE DROITS ET PLAINTES

Commissaire aux plaintes et à la qualité des services du CISSS de la Montérégie-Ouest Plaintes et améliorations des services.	1 800 694-9920 poste 2280
Educaloi Services d'information au public sur la loi, les droits et responsabilités.	educaloi.qc.ca
Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes de la Montérégie Assister et accompagner les usagers qui désirent porter plainte parce qu'ils ne sont pas satisfaits des services offerts par un établissement du réseau de la santé et des services sociaux.	1 800 263-0670
AQDR Valleyfield-Suroit Centre d'aide et d'accompagnement en défense de droits aux personnes de 50 ans et plus et leurs proches. Bilingue et gratuit.	450 370-0204
Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC Montérégie)	450 670-3400

LIGNES D'ÉCOUTE

Ligne Tel-Aînés Ligne d'écoute pour les personnes âgées de 60 ans et plus.	514 353-2463
Ligne de deuil Pour les personnes qui vivent un deuil.	1 888 533-3845
Centre d'écoute Montérégie Briser l'isolement chez les aînés.	450 658-8509

LOGEMENT

Tribunal administratif du logement (TAL) Renseignement sur les droits et les obligations des locataires et des locateurs.	514 873-2245
Service d'aide à la recherche de logement, ORHVS Service d'aide à la recherche de logement. Accompagner les ménages dans leurs démarches et les guider vers les ressources.	450 218-6994 option 8
Hébergement La Passerelle Service d'hébergement offert aux femmes victimes de violence conjugale. Ligne téléphonique 24/7 pour les femmes victimes de violence conjugale et leur entourage.	450 424-6010
L'Aiguillage Service d'intervention de première ligne qui offre entre autres de l'hébergement d'urgence.	450 218-6418
Société protectrice des animaux de l'Ouest (SPCA Ouest)	514 566-5678
Mon logement, mes droits Services de consultations, d'éducation et d'information quant aux droits des locataires.	438 308-5973

MALTRAITANCE ENVERS LES PERSONNES ÂGÉES

Ligne abus maltraitance adultes aînés (ligne d'écoute et de références)	514 489-2287
INFO-SANTÉ / INFO-SOCIAL	811
Carrefour Bienveillance 50+ Activités d'information, sensibilisation et promotion de la bienveillance. Service d'intervention individuelle. Bilingue et gratuit.	450 424-0111 poste 223
CAAPA Centre d'aide et d'accompagnement en défense de droits aux personnes de 50 ans et plus et leurs proches. Bilingue et gratuit.	450 807-2232 poste 2

IMPÔTS

Centre d'action bénévole L'Actuel Pour les résidents du secteur de Vaudreuil.	450 455-3331
Centre d'action bénévole Soulanges Pour les résidents du secteur de Soulanges.	450 265-3134
Le Café de la débrouille Personnes ou familles à faible revenus.	450 206-1008

SOUTIEN, AIDE ET ACCOMPAGNEMENT

INFO-SOCIAL/ INFO-SANTÉ – CLSC

Service de consultation téléphonique rapide, gratuit et confidentiel avec un professionnel en intervention psychosocial.

811

CISSSMO – Accueil centralisé

1 833 774-2772

Carrefour bienveillance 50+

Information, Soutien et Accompagnement pour 50 ans et plus.

450 424-0111
poste 223

Le Tournant

Pour les personnes en détresse ou suicidaire, leurs proches ou les personnes endeuillées par suicide.

450 371-4090

L'Aiguillage

Service d'intervention de première ligne qui offre entre autres de l'hébergement d'urgence.

450 218-6418

Hébergement La Passerelle

Ligne téléphonique 24/7 pour les femmes victimes de violence conjugale et leur entourage.

450 424-6010

Centre d'action bénévole L'Actuel

Visites d'amitié pour les résidents du secteur Vaudreuil.

450 455-3331

Société Alzheimer du Suroît

Information, soutien individuel ou de groupe, ateliers de formation proches aidants, répit-stimulation (à domicile ou au centre d'activités halte-répit).

1 877 773-0303

Organisme voué aux personnes atteintes de cancer et maladies graves (OVPAC)

Pour les personnes atteintes de cancer et de maladies graves et leurs proches.

1 866 386-8722
et 450 371-5400
poste 1

SOS violence conjugale

Service d'accueil, d'évaluation, d'information, de sensibilisation, de soutien et de référence bilingue, gratuit, anonyme et confidentiel (24 H SUR 24 – 7 jours sur 7).

1 800 363-9010

CALACS La vigie

Centre d'aide et de lutte contre les agressions à caractère sexuel : Suivi individuel, groupes de soutien et thématique et ateliers.

450 371-4222

Institut Nazareth et Louis-Braille (INLB)

Pour les personnes ayant des problèmes de vision causés par une maladie entraînant des incapacités importantes et persistantes qui ont des impacts sur les activités de votre vie quotidienne.

450 463-1710
1 800 361-7063

Association de fibromyalgie et du syndrome de fatigue chronique de Vaudreuil-Soulanges

Informé, rassurer, soutenir et donner espoir aux membres atteinte de fibromyalgie, de syndrome de fatigue chronique ou douleurs chroniques.

450 218-7722

Vision Travail

Service d'aide à la recherche d'emploi destiné aux personnes sans emploi de 40 ans et plus qui demeurent dans Vaudreuil-Soulanges.

1 844 660-8474

Centre de femmes La Moisson

Un milieu de vie où les femmes peuvent se rencontrer, s'informer, s'entraider et agir. On y retrouve des activités de groupe et de l'aide individuel.

514 453-8720

CAB Soulanges

Service contribuant à briser l'isolement des personnes âgées, ainsi qu'à favoriser leur autonomie et leur maintien dans leur communauté pour les personnes de 50 ans ou plus.

450 264-3134

SOUTIEN AUX PROCHES AIDANTS

Société Alzheimer du Suroît

Information, soutien individuel ou de groupe, ateliers de formation proches aidants, répit-stimulation (à domicile ou au centre d'activités halte-répit).

1 877 773-0303

Organisme voué aux personnes atteintes de cancer et maladies graves (OVPAC)

Pour les personnes atteintes de cancer et de maladies graves et leurs proches.

1 866 386-8722
et 450 371-5400
poste 1

Carrefour bienveillance 50+

Soutien psychosocial individuel et activités de groupe.

450 424-0111
poste 223

Info-Aidant

Service téléphonique d'écoute, d'information, de références professionnelles.
Confidentiel et gratuit.

1 855 852-7784

TRANSPORT MÉDICAL

Centre d'action bénévole L'Actuel

Pour les résidents de 65 ans et plus du secteur de Vaudreuil.

450 455-3331

Centre d'action bénévole Soulanges

Pour les résidents du secteur de Soulanges.

450 265-3134

Organisme voué aux personnes atteintes de cancer et maladies graves (OVPAC)

Pour les personnes atteintes de cancer et de maladies graves et leurs proches.

1 866 386-8722
et 450 371-5400
poste 1

Société de transport de Salaberry-de-Valleyfield

Transport collectif et transport adapté offert dans Coteau-du-Lac, Les Coteaux, Saint-Polycarpe, Saint-Zotique, Rivière Beaudette.

450 370-0600
stsv.ca

Un initiative de :



En collaboration avec :



Et le soutien financier de :

