



## SERVICES COMMUNAUTAIRES

### POUR ADULTES ÂGÉS

Dans la Ville de Témiskaming Shores

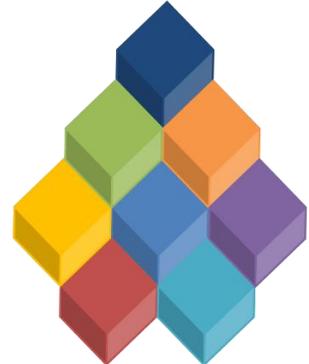
**Building an Age  
Friendly**



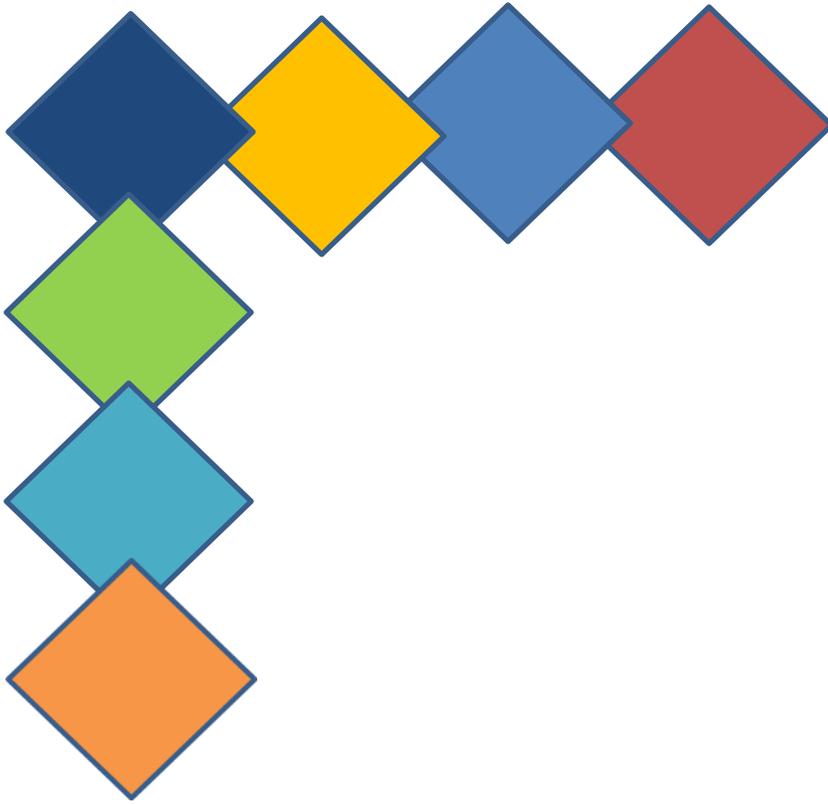
**Temiskaming Shores**



**Collectivité amie  
des aînés**



**Temiskaming Shores**



**Avertissement :** L'information contenue dans ce guide représente les services et organismes qui offrent un soutien aux personnes âgées dans la Ville de Temiskaming Shores et qui ont pu être identifiés par le Comité Amis des aînés au moment de la publication. S'il vous plaît, soumettre les ajouts ou corrections à inclure dans la prochaine version de ce guide à :

Ville de Temiskaming Shores  
Service des loisirs  
705-672-3363, poste 4123  
[tcaldwell@temiskamingshores.ca](mailto:tcaldwell@temiskamingshores.ca)

MISE À JOUR: Février 2019

<b>Services de santé et services sociaux.....</b>	<b>10</b>
<b>Informations générales.....</b>	<b>10</b>
211 .....	10
Télésanté Ontario .....	10
Accès Soins.....	10
Ligne Santé Nord-Est .....	11
Services de soutien communautaire du Nord-Est .....	11
Ombudsman de l'Ontario .....	11
Membre de l'Assemblée législative.....	12
Membre du Parlement .....	12
Service Canada .....	13
Service Ontario.....	13
<b>Organismes de soutien communautaire.....</b>	<b>14</b>
Soutien à domicile Timiskaming.....	14
Soins à domicile et en milieu communautaire (auparavant CASC) .....	15
Closing the Gap Healthcare.....	15
Saine alimentation Ontario.....	16
Association canadienne pour la santé mentale (ACSM) .....	16
Services de santé du Timiskaming (SST) .....	17
La Société Alzheimer du district Timmins-Porcupine .....	18
AutoAlerte.....	18
Services d'aide aux victimes du district Témiskaming.....	19
Ligne d'assistance aux personnes âgées .....	19
Centre pour la défense des personnes âgées (ACE).....	20
Commission du consentement et de la capacité (CCC) .....	20
Comité consultatif sur l'accessibilité de Temiskaming Shores.....	21
Soins communautaires pour le cancer.....	21

<b>Services de santé</b> .....	<b>22</b>
Hôpital Témiskaming .....	22
Centre de santé communautaire du Témiskaming.....	22
<b>Pharmacies</b> .....	<b>23</b>
Pharmacie Chartrand.....	23
Pharmacie Findlay's .....	23
Pharmacie Smallman IDA.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
Pharmacie Walmart .....	24
Programme de médicaments de l'Ontario (PMO) .....	24
<b>Prévention de chute</b> .....	<b>25</b>
Avancez de pied ferme .....	25
Programme d'appareils et accessoires fonctionnels .....	25
Club de service Lions de New Liskeard .....	26
<b>Services spécialisés</b> .....	<b>26</b>
Med-E-Ox mobilité et mouvement.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
ConnexOntario .....	27
<b>Réadaptation cardiaque</b> .....	<b>28</b>
Hôpital Témiskaming .....	28
Actives Options.....	28
<b>Éducation sur le diabète</b> .....	<b>29</b>
Programme sur le diabète Témiskaming.....	29
<b>Soins optiques</b> .....	<b>30</b>
INCA.....	30
Casey Baldovin et Laurie Mageau, Optométristes .....	30
Optométrie McKnight & Lee & Pepin .....	30

<b>Soins dentaires.....</b>	<b>31</b>
Amuse Bouche - Hygiène Dentaire Mobile .....	31
Centre dentaire Témiskaming .....	31
Dentistes.....	31
<b>Soins auditifs.....</b>	<b>32</b>
Centre d'aide auditive .....	32
Clinique d'aide auditive Témiskaming .....	32
<b>Groupes de soutien.....</b>	<b>33</b>
Fibromyalgia Support Group.....	33
Multiple Sclerosis (MS) Support Group.....	33
Prostate Cancer Support Group.....	33
Alzheimer Society Caregiver Support Group .....	33
<b>Service de soins palliatifs.....</b>	<b>34</b>
Soins palliatifs au Témiskaming.....	34
<b>Repas.....</b>	<b>34</b>
Diner's Club .....	34
Down By the Bay .....	35
Heart to Home Meals (Service de Livraison de Repas).....	35
Service de repas à domicile.....	35
<b>Banques alimentaires.....</b>	<b>36</b>
Banque alimentaire de Haileybury .....	36
Salvation Army : Banque alimentaire de New Liskeard.....	36
<b>Nourriture locale.....</b>	<b>37</b>
Riverside Farmers' Market.....	37
Témiskaming Good Food Box .....	37

<b>Logement .....</b>	<b>38</b>
<b>Permis.....</b>	<b>38</b>
Maison résidentielle .....	38
Lieux de rassemblement.....	38
Magasins et entreprises.....	38
Contracteurs .....	38
<b>Logements adaptés.....</b>	<b>39</b>
Société canadienne d'hypothèques et de logement.....	39
<b>Programmes d'aide financière.....</b>	<b>39</b>
Crédit d'impôt pour l'aménagement du logement axé sur le bien-être..	39
Remboursement de taxes pour les personnes âgées .....	40
Programme ontarien d'aide pour frais d'électricité .....	40
Subvention aux personnes âgées propriétaires pour l'impôt foncier de l'Ontario (SPAPIFO).....	40
<b>Maisons de retraite.....</b>	<b>41</b>
Manoir Northdale .....	41
<b>Résidences pour personnes âgées.....</b>	<b>42</b>
Société de logement à but non lucratif de New Liskeard.....	42
RCL Zone K-1 et Bâtiment des anciens combattants.....	42
Conseil d'administration des services sociaux du district de Timiskaming ....	43
Logements avec services d'aide à domicile : Place Sainte Marie .....	43
Maisons de soins de longue durée .....	44
Temiskaming Lodge – Soins de longue durée .....	44
Extendicare – Soins de longue durée .....	45

<b>Services financiers et juridiques.....</b>	<b>46</b>
<b>Programmes financiers fédéraux-provinciaux.....</b>	<b>46</b>
Pension de la sécurité de vieillesse .....	46
Supplément de Revenu Garanti.....	46
Allocation au survivant.....	47
Régime de pensions du Canada.....	47
Pension du survivant - RPC.....	48
Régime de revenu annuel garanti de l'Ontario .....	48
Mesures fiscales .....	49
Aide pour la déclaration d'impôt.....	49
Planification financière ACFC .....	49
Planifier votre retraite.....	50
Vos outils financiers.....	50
<b>Services financiers.....</b>	<b>51</b>
CIBC New Liskeard .....	51
Desjardins – Caisse Populaire Cochrane-Témiskaming .....	51
RBC New Liskeard .....	51
Banque Scotia .....	52
TD Canada Trust .....	52
<b>Services juridiques.....</b>	<b>53</b>
Aide juridique Ontario .....	53
Le Bureau du tuteur et curateur public (BTCP) .....	53
<b>Planification de funérailles.....</b>	<b>54</b>
Buffam-Léveillé Funeral Home .....	54
Perrin Funeral Chapel.....	54

<b>Participation sociale .....</b>	<b>55</b>
<b>Bibliothèques.....</b>	<b>55</b>
Échanges de livres .....	55
Demande de livraison de livres.....	56
Formation en technologie .....	56
Livres audio et / ou livres à gros caractères .....	56
Club de Lecture .....	56
Bâtons de marche nordique.....	56
Raquettes .....	56
<b>Groupes.....</b>	<b>57</b>
Le club d'âge d'or de Cobalt .....	57
Temiskaming Rising Stars .....	57
L'étoile de la sagesse Témiskaming .....	57
New Liskeard Lions/Lionness Club.....	58
Club des Lions d'Earlton .....	58
Club Rotary.....	58
Mon centre à distance .....	59
Association canadienne-française de l'Ontario (ACFO) Région Témiskaming .....	59
Club du sourire de New Liskeard (Âge d'or) .....	60
Club joyeux de Haileybury (Âge d'or).....	60
Club Richelieu Timiskaming.....	60
Conseil des communautés Métis du Témiskaming .....	60
<b>Musées.....</b>	<b>61</b>
Musée du patrimoine de Haileybury.....	61
Musée des Homesteaders de Little Claybelt.....	61
Musée minier de Cobalt.....	62
Musée des pompiers de Cobalt .....	62

Musée militaire .....	63
<b>Services récréatifs.....</b>	<b>64</b>
Balanced Motion .....	64
From Soup to Tomatoes .....	64
Programme intégré d'équilibre dynamique (PIED) .....	65
Classes de Tai Chi.....	65
Waterfront Pool & Fitness Centre .....	66
Centre de santé communautaire du Témiskaming.....	66
Arénas .....	67
Hockey pour aînés.....	67
Club de Curling Cobalt-Haileybury .....	67
Centre de Curling Horne Granite .....	68
Quilles .....	68
Marche nordique avec pôles .....	69
Association de shuffleboard pour les aînés du Tri-Town .....	69
<b>Activités extérieures.....</b>	<b>70</b>
Chasse et pêche.....	70
Get Active in Temiskaming .....	70
Tournées interactives communautaires (TIC) .....	71
<b>Éducation.....</b>	<b>71</b>
The Literacy Council of South Temiskaming .....	71
Centre d'éducation des adultes .....	72
<b>Arts &amp; Culture.....</b>	<b>72</b>
Festival de poésie - Impulsion printanière .....	72
Centre culturel Artem.....	73
Théâtre Classic de Cobalt.....	73

Galerie d'art de Témiskaming (TAG) .....	74
Temiskaming Palette & Brush Club.....	74
<b>Transport .....</b>	<b>75</b>
<b>Fournisseurs de transport.....</b>	<b>75</b>
Soutien à domicile Timiskaming.....	75
Transport communautaire accessible - Soutien à domicile Timiskaming.....	75
Transport à l'extérieure de la ville - Soutien à domicile Timiskaming	76
PATH (Priorité avec assistance pour la transition à la maison) .....	76
Transport Voyageur .....	76
Transport en commun Témiskaming.....	77
Temiskaming Shore Taxi .....	77
Service de limousine de luxe .....	77
Ontario Northland .....	78
<b>Ressources en ligne pour des aînés .....</b>	<b>79</b>
Guide de sécurité à l'intention des aînés .....	79
Guide des programmes et services pour les personnes âgées de l'Ontario .....	79
Plan d'action de l'Ontario pour les personnes âgées .....	79
Réseaux de connaissances pour les personnes âgées .....	79
Centre canadien du vieillissement actif.....	80
Centre de ressources sur l'activité physique .....	80
Ce que tous les canadiens âgés devraient savoir au sujet des procurations (pour la gestion des finances et des biens) et comptes conjointes .....	80

## Services de santé et services sociaux

### Informations générales

#### **211**

Service gratuit et confidentiel, le 211 est une source fiable pour trouver des renseignements et des services permettant de mieux faire face à la vie. Cette ligne privée et son site Internet constituent une porte d'entrée vers les services communautaires, sociaux, de santé et gouvernementaux. Des spécialistes répondent à vos requêtes 24 heures sur 24 et 7 jours semaine.

Tél : 211

ATS : 1-888-340-1001

Site Web : [www.211ontario.ca](http://www.211ontario.ca)

#### **Télésanté Ontario**

Un service téléphonique, gratuit et confidentiel afin d'obtenir des conseils ou des renseignements médicaux.

Tél : 1-866-797-0000

ATS : 1-866-797-0007

Site Web : [www.ontario.ca/ru2](http://www.ontario.ca/ru2)

#### **Accès Soins**

Organisme local qui fournit des renseignements sur les soins offerts dans votre région et oriente les personnes qui n'ont pas de médecin attitré vers un fournisseur de soins de santé familiale qui accepte de nouveaux patients.

Tél : 1-866-532-3161

ATS : 1-800-387-5559

Site Web : [www.ontario.ca/optionsdesoinsdesante](http://www.ontario.ca/optionsdesoinsdesante)

## Services de santé et services sociaux

### **Ligne Santé Nord-Est**

Ce site présente tous les services liés à la santé offerts dans la région du Nord-Est. Vous pouvez rechercher spécifiquement dans chaque communauté et y voir tous les services à votre disposition. Les classes et les événements de remise en forme y sont également affichés.

Tél : 705-310-CCAC (2222)

Site Web : [www.lignesantenord-est.ca](http://www.lignesantenord-est.ca)

Email : [healthline@ne.ccac-ont.ca](mailto:healthline@ne.ccac-ont.ca)

### **Services de soutien communautaire du Nord-Est**

Offre de l'information concernant les services de soins à domicile ou en milieu communautaire disponibles dans la région du Nord-Est de l'Ontario.

Tél : 705-310-CCAC (2222)

Site Web : <http://www.northeastcss.ca/>

### **Ombudsman de l'Ontario**

A pour mission de protéger les droits des citoyens lorsqu'ils utilisent les services publics.

Tél : 1-800-263-1830

Site Web : [www.ombudsman.on.ca](http://www.ombudsman.on.ca)

Courriel : [info@ombudsman.on.ca](mailto:info@ombudsman.on.ca)

## Services de santé et services sociaux

### **Membre de l'Assemblée législative**

M. John Vanthof

C.P. 398 – 247, rue Whitewood  
Pinewoods Centre, Unité 5  
New Liskeard, ON, P0J 1P0

Tél. : 705-647-5595  
Sans frais : 1-888-701-1105  
Fax : 705-647-1976  
Email : [jvanthof-co@ndp.on.ca](mailto:jvanthof-co@ndp.on.ca)

#### **Heures de bureau:**

Lundi au vendredi : 9 h à 16 h 30  
Fermé de midi à 13 h

### **Membre du Parlement**

M. Anthony Rota

112, rue Whitewood  
Temiskaming Shores, Ontario  
P0J 1P0

Tél. : 705-647-6262  
Fax : 705-647-6299

Email : [Anthony.Rota@parl.gc.ca](mailto:Anthony.Rota@parl.gc.ca)

## Services de santé et services sociaux

### **Service Canada**

Offre de l'information et de l'assistance sur les programmes gérés par le gouvernement fédéral (RPC, GIS, OEA, etc.)

280, rue Armstrong Nord  
New Liskeard, Ontario  
POJ IPO

Tél : 1-800-622-6232

ATS : 1-800-926-9105

Site Web : [www.servicecanada.gc.ca/fra/accueil.shtml](http://www.servicecanada.gc.ca/fra/accueil.shtml)

### **Service Ontario**

Offre de l'information et de l'assistance sur les services qui se rapportent au gouvernement de l'Ontario, y compris les permis de stationnement accessible.

280, rue Armstrong Nord  
New Liskeard, Ontario  
POJ IPO

Tél. : 1-800-267-8097

Site Web : <https://www.ontario.ca/fr/page/services>

## Services de santé et services sociaux

### Organismes de soutien communautaire

#### **Soutien à domicile Timiskaming**

L'organisme offre une variété de services, y compris les soins personnels, l'assistance à l'autonomie à domicile et le rétablissement post-AVC pour aider les personnes âgées à demeurer aussi indépendantes que possible. La recommandation d'un médecin n'est pas nécessaire pour tous les programmes.

**South Timiskaming** (Gowganda/ Elk Lake/ Earlton/ New Liskeard/ Belle Vallée/ Latchford/ Cobalt/ Coleman/ Haileybury)

367, chemin Sutherland  
C.P. 428  
Haileybury, Ontario POJ IKO

Tél : 705-672-2254

Site Web : <http://homesupportservices.ca/>

Courriel : [jbrazeau@homesupportservices.ca](mailto:jbrazeau@homesupportservices.ca)

NOTE : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Services de santé et services sociaux

### **Soins à domicile et en milieu communautaire**

#### **Auparavant ‘Centre d’accès aux soins communautaires’ (CASC)**

Organisme local qui offre des renseignements sur les soins offerts dans votre région. Le personnel compétent vous guidera à travers le système de soins de santé de l'Ontario. Pour les personnes âgées, le CASC offre de la physiothérapie, de l'ergothérapie, du soutien personnel, des soins à domicile, un service de répit aux aidants naturels ainsi que des fournitures médicales et des pansements. Si vous avez des questions liées aux soins de santé et de soutien communautaire, contactez le CASC.

240, rue Georgina  
Suite 112  
Haileybury, Ontario  
POJ 1K0

Tél : 705-672-2222      Sans frais : 310-2222 (indicatif régional non requis)

Site Web : <http://healthcareathome.ca/northeast/fr>

### **Closing the Gap**

Offre un soutien personnel aux personnes dans leur domicile, incluant le service de soutien communautaire, les soins pour les aidants naturels, le soin des pieds, les visites amicales, l'aide pour les tâches ménagères à la maison, les soins palliatifs à domicile, le soutien personnel infirmier, le service de réadaptation, le service de répit pour les enfants, les adultes et les personnes âgées ainsi qu'un service d'assistance téléphonique de sécurité.

998009 Hwy 11 N., Unité 2,  
New Liskeard, ON P0J1K0  
Sans frais: 1-888-660-3959  
Site Web: [www.closingthegap.ca](http://www.closingthegap.ca)  
Courriel: [timiskaming@closingthegap.ca](mailto:timiskaming@closingthegap.ca)

## Services de santé et services sociaux

### **Saine alimentation Ontario**

Le programme offre de l'information concernant une saine alimentation et met les gens en contact avec un diététiste professionnel et ce, tout à fait gratuitement. Le site Web inclut une section spécialement conçue pour les personnes âgées. On y retrouve un questionnaire qui permet d'identifier les habitudes alimentaires, des vidéos, des planificateurs de repas et bien plus encore. Disponible dans plus de 100 langues.

Tél : 1-877-510-5102

Site Web : <http://www.eatrightontario.ca/fr/default.aspx>

### **Association canadienne pour la santé mentale (ACSM)**

Organisme bénévole œuvrant à l'échelle nationale dans le but de promouvoir la santé mentale de tous et de favoriser la résilience et le rétablissement des personnes souffrant d'une maladie mentale.

L'ACSM propose également un Programme de santé mentale qui se concentre sur l'amélioration de la santé mentale des personnes âgées (la recommandation de votre médecin est nécessaire pour ce programme). En outre, *Northern Star* propose un programme de halte-accueil avec des activités et des groupes de soutien pour les personnes vivant avec la maladie mentale ainsi que pour les membres de leurs familles.

20, rue May Sud

C.P. 249

New Liskeard, Ontario

POJ IPO

Tél : 705-647-4444

Site Web : [www.cmhact.ca](http://www.cmhact.ca)

Email : [cmhatimsk@cmhact.ca](mailto:cmhatimsk@cmhact.ca)

## Services de santé et services sociaux

### **Services de santé du Timiskaming (SST)**

Les Services de santé du Timiskaming assure la meilleure santé possible à la communauté en offrant des services bilingues à la population afin de promouvoir, protéger et préserver la santé ainsi que prévenir les maladies. Pour les personnes âgées, le SST offre des ressources sur le vieillissement en santé, la prévention de chute, et les immunisations, et fournit de l'information à propos des classes d'exercices pour les personnes âgées.

247, rue Whitewood  
Unité 43  
C.P. 1090  
New Liskeard, Ontario P0J 1P0

Tél : 705-647-4305  
Sans frais : 1-866-747-4305  
Site Web : [www.timiskaminghu.com](http://www.timiskaminghu.com)

NOTE : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Services de santé et services sociaux

### **La Société Alzheimer du district Timmins-Porcupine**

Une organisation sans but lucratif qui offre de l'aide aux gens atteints de démence.

Hôpital Temiskaming, suite 772

421 rue Shepherdson, New Liskeard ON – P0J1P0

Site Web: [www.alzheimer.ca/timmins](http://www.alzheimer.ca/timmins) Sans frais : 1-844-288-4554

Coordonnateur de l'éducation publique : Tél. : 705-647-2379

Courriel : [temiskamingpec@alzheimerontario.com](mailto:temiskamingpec@alzheimerontario.com)

Coordonnateur pour les premiers contacts : Tél. : 705-679-4038

La Société Alzheimer est associée à Télésanté Ontario pour fournir un soutien en tout temps aux personnes souffrant de démence ainsi qu'à leurs aidants naturels. On peut contacter Télésanté Ontario 24 heures sur 24 et 7 jours semaine.

Service d'aide téléphonique pour la démence : 1-866-797-0000

La Société Alzheimer travaille aussi avec MedicAlert pour assurer la sécurité des personnes atteintes de démence. Pour un coût de 60\$ par année, ce service téléphonique transmet 24 heures sur 24 l'information et les services aux personnes atteintes de démence pour les aider à retrouver le chemin de leur domicile.

Tél. : 1-855-581-3794

Site Web : <https://alzheimer.ca/fr/Home/Living-with-dementia/Day-to-day-living/Safety/Safely-Home>

### **AutoAlerte**

AutoAlerte Phillips permet de demander de l'aide jour et nuit sans même avoir besoin de parler. Appuyez sur le bouton d'aide personnelle de votre bracelet ou collier et un agent spécialement formé s'occupera de vous immédiatement. Plusieurs options s'offrent à vous à compter de 36\$ par mois.

Sans frais : 1-866-681-7925 Site Web : [www.lifeline.ca](http://www.lifeline.ca)

## Services de santé et services sociaux

### **Services d'aide aux victimes du district Témiskaming**

Organisme communautaire à but non lucratif qui veut venir en aide aux personnes victimes d'expériences traumatisantes, d'actes criminels ou de circonstances tragiques, en leur offrant un soutien émotionnel immédiat, de l'aide pratique, de l'information et de l'orientation vers les services communautaires appropriés. Offre un service d'assistance immédiate grâce à son personnel et ses bénévoles qualifiés qui travaillent de concert avec la police et les autres services d'urgence, tous les jours, 24 heures sur 24.

300, rue Armstrong Nord  
New Liskeard, ON P0J 1P0

Tél : 705-647-0096 / 705-568-2154

Pour une urgence, contactez le poste de la Police provinciale de l'Ontario au numéro 1-888-310-1122

Site Web : [www.temiskamingvcars.com](http://www.temiskamingvcars.com)

Email : [temvcars@ntl.sympatico.ca](mailto:temvcars@ntl.sympatico.ca)

### **Ligne d'assistance aux personnes âgées**

Offre des renseignements à propos des organismes locaux partout en Ontario qui peuvent aider dans les cas de violence à l'égard des personnes âgées. Les conseillers formés appuient les personnes âgées avec de la planification et des conseils en cas d'abus ou risques d'abus. Les membres de la famille ainsi que les fournisseurs de services peuvent également appeler pour plus d'informations au sujet des services offerts dans la communauté.

Tél. : 1-866-299-1011

Site Web : <http://www.elderabuseontario.com/french/what-is-elder-abuse/help-for-seniors/>

## Services de santé et services sociaux

### **Centre pour la défense des personnes âgées (ACE)**

Financé par le biais d'Aide juridique Ontario, l'ACE offre en direct des services juridiques aux aînés à faible revenu. Les services et les activités de l'ACE ont trait à des domaines légaux particulièrement importants pour les personnes âgées. Consultation les lundi, mercredi et vendredi.

Tél : 1-855-598-2656

Site Web : [www.advocacycentreelderly.org](http://www.advocacycentreelderly.org)

### **Commission du consentement et de la capacité (CCC)**

Cette commission, un tribunal provincial indépendant, a pour mission le règlement juste et accessible des questions relatives au consentement et à la capacité, en équilibrant les droits des personnes vulnérables avec la sécurité publique. Par exemple, la capacité d'une personne à prendre des décisions concernant des traitements médicaux, des services d'aide personnelle ou l'admission dans un établissement de soins de longue durée. Ou encore la nomination d'un représentant chargé de prendre les décisions concernant des traitements pour une personne qui est incapable de prendre ses propres décisions et, enfin, les demandes présentées par les mandataires spéciaux pour obtenir des lignes de conduite concernant les décisions relatives aux traitements.

Tél. : 1-866-777-7391

ATS : 1-877-301-0889

Site Web : [www.ccboard.on.ca](http://www.ccboard.on.ca)

## Services de santé et services sociaux

### **Comité consultatif sur l'accessibilité de Temiskaming Shores**

Le CCATS révisé les ententes pour le plan du site, développe des programmes pour améliorer l'accessibilité dans la communauté et conseille la ville au sujet de l'accessibilité dans tous ses bâtiments.

Le CCATS se rencontre tous les 3<sup>e</sup> mercredi du mois et invite tous les membres à y participer.

Hôtel de ville de Temiskaming Shores  
705-672-3363

### **Soins communautaires pour le cancer**

Les patients de cancer avec des besoins financiers spéciaux peuvent recevoir de l'aide pour certains coûts non couverts par les plans d'assurance privés ou gouvernementaux, entre autres :

\*hébergement, médicaments, fournitures médicales et pansements, tests de laboratoire, certains coûts pour prothèses, suppléments nutritionnels, achat ou location d'équipement médical et traitements de physiothérapie.

Les familles doivent cependant présenter leurs demandes en personne ou par téléphone au Conseil des SCC avant de recevoir toute aide personnelle.

Heures d'ouverture du bureau de New Liskeard : du mardi au jeudi, de 10h00 à 13h00.

90, avenue Whitewood (entrée arrière du Centre communautaire)  
C.P. 994  
New Liskeard, ON, P0J 1P0  
Tél.: 705-628-8800  
Bureau d'Englehart: 705-544-2301, poste 5256 (laissez un message)

## Services de santé et services sociaux

### Services de santé

#### **Hôpital Témiskaming**

Offre aux patients hospitalisés ainsi qu'en service externe des services ambulatoires dans la région de Temiskaming Shores ainsi que des services spécialisés en gériatrie, télémédecine, chirurgie primaire, physiothérapie et l'accès à des spécialistes provenant de l'extérieur. Accessible à tous, l'hôpital veut rendre les choses plus faciles pour les personnes âgées.

421, chemin Shepherdson  
New Liskeard, Ontario  
POJ IPO

Pour urgence, composer le **911**

Tél. : 705-647-8121

Site Web : <http://www.temiskaming-hospital.com/index.php?lang=fr-ca>

#### **Centre de santé communautaire du Témiskaming**

Offre des services à perspective holistique à la communauté francophone de la région du Témiskaming et vise à promouvoir la santé physique et mentale ainsi qu'à réduire l'isolement social, à encourager le bénévolat et aider à la gestion des maladies chroniques.

20, rue May Sud, C.P. 38  
New Liskeard, ON, P0J 1P0

Tél. : 705-647-5775/5939

Sans frais : 1-800-835-2728

Site Web : <http://www.csctim.on.ca/>

## Services de santé et services sociaux

### Pharmacies

#### **Pharmacie Chartrand**

55, rue Scott  
New Liskeard, Ontario POJ IPO

Tél. : 705-647-8844

Site Web : [http://www.yourindependentgrocer.ca/fr\\_CA.html](http://www.yourindependentgrocer.ca/fr_CA.html)

#### **Pharmacie Findlay's**

247, rue Whitewood  
New Liskeard, Ontario POJ IPO

Tél. : 705-647-8186

Sans frais : 1-800-461-0974

Site Web : [www.findlaysdrugstore.ca](http://www.findlaysdrugstore.ca)

Email : [info@findlaysdrugstore.ca](mailto:info@findlaysdrugstore.ca)

#### **Pharmacie Smallman IDA**

368, rue Main  
Haileybury, Ontario POJ IKO

Tél. : 705-672-5261

Site Web : [www.smallmanpharmacy.com](http://www.smallmanpharmacy.com)

Email : [smallmancustomer@ntl.sympatico.ca](mailto:smallmancustomer@ntl.sympatico.ca)

## Services de Santé et Services Sociaux

### **Pharmacie Walmart**

133, Route 11  
New Liskeard, Ontario POJ IPO

Tél. : 705-647-5210

Sans frais : 1-800-366-0474

### **Programme de médicaments de l'Ontario (PMO)**

Si vous avez 65 ans, vous habitez en Ontario et vous êtes titulaire d'une carte de santé de l'Ontario valide, vous êtes admissible au Programme de médicaments de l'Ontario (PMO). Si le ministère possède votre adresse exacte, vous serez avisé par courrier environ deux mois avant votre 65e anniversaire. Vous devrez déboursé une franchise de 100,00 \$ au début de l'année de prestations (1<sup>er</sup> août). Une fois la franchise payée, un montant maximum de 6,11 \$ par ordonnance devra être déboursé.

Les personnes âgées à faible revenu peuvent faire une demande pour qu'on élimine le coût de la franchise et ne devoir payer qu'un montant maximum de 2,00 \$ par ordonnance pour un produit approuvé. Pour obtenir une trousse de demande pour ce programme, adressez-vous à la pharmacie en composant le numéro ci-dessous. Les pharmacies Wal-Mart et Chartrand offrent déjà le rabais de 2,00 \$ à toutes les personnes âgées.

Tél. : 1-888-405-0405 – Application

Tél. : 1-866-532-3161 – Service Ontario

ATS : 1-800-387-5559

Site Web : [www.ontario.ca/ru6](http://www.ontario.ca/ru6)

## Services de santé et services sociaux

### Prévention de chute

#### **Avancez de pied ferme**

Le but de ce programme préventif est d'aider les personnes âgées, à travers 9 étapes, à prévenir les chutes. Le programme offre de l'information et des recommandations aux personnes âgées de 65 ans et plus.

Contactez : Service de santé communautaire Timiskaming

Tél. : 705-647-4305

Sans frais : 1-866-747-4305

Site Web : [www.timiskaminghu.com](http://www.timiskaminghu.com)

#### **Programme d'appareils et accessoires fonctionnels**

Si vous avez un handicap physique de longue durée, vous pourriez être en mesure d'obtenir une aide financière pour vous procurer des accessoires fonctionnels de base afin de vous aider à vivre de façon plus autonome.

Ce programme vise à couvrir jusqu'à 75% du coût de l'équipement (fauteuils roulants, appareils respiratoires, orthèses). Il existe également de l'aide financière pour les prothèses auditives, les fournitures de stomie, les aiguilles et seringues ainsi que les prothèses mammaires.

Contactez : Ministère de la Santé et des Soins de longue durée

Sans frais : 1-800-268-6021

ATS : 1-800-387-5559

Site Web : <http://www.health.gov.on.ca/fr/public/programs/adp/>

Email : [adp@ontario.ca](mailto:adp@ontario.ca)

## Services de santé et services sociaux

### **Club de service Lions de New Liskeard**

Le club peut vous aider à vous procurer de l'équipement pour assurer votre mobilité ou pour obtenir un lit d'hôpital.

New Liskeard Lions Club  
90, rue Whitewood  
Suite 4  
C.P. 308  
New Liskeard, ON, P0J 1P0  
Email : [info@newliskeardlions.ca](mailto:info@newliskeardlions.ca)

## Services spécialisés

### **Med-E-Ox mobilité et mouvement**

Offre une évaluation et des essais gratuits à domicile, de la modification de véhicule ou de maison et des rampes. On y vend des véhicules et de l'équipement pour assurer une meilleure mobilité ainsi que le traitement CPAP et ce qui s'y rapporte, oxygène et appareils. Le Med-E-Ox est le vendeur approuvé par WSIB, VAC, la Croix bleue et l'ADP. On y loue également de l'équipement sur une base temporaire.

211, rue Armstrong Nord  
C.P. 820  
New Liskeard, ON, P0J 1P0

Tél. : 705-647-1222  
Sans frais : 1-866-299-1911  
Site Web : [www.mobilityinmotion.net](http://www.mobilityinmotion.net)  
Email: [temiskaming@mobilityinmotion.net](mailto:temiskaming@mobilityinmotion.net)

## Services de santé et services sociaux

### **ConnexOntario**

ConnexOntario offre un service d'informations gratuites et confidentielles sur les services de santé pour les gens qui éprouvent des difficultés avec l'alcool, les drogues, la santé mentale ou le jeu.

Ligne d'aide sur la drogue et l'alcool

Tél. : 1-800-565-8603

Site Web : <http://www.drugandalcoholhelpline.ca/Accueil/Index>

Ligne d'aide sur la santé mentale

Tél. : 1-866-531-2600

Site Web : <http://www.mentalhealthhelpline.ca/Accueil/Index>

Ligne ontarienne d'aide sur le jeu problématique

Tél. : 1-888-230-3505

Site Web : <http://www.problemgamblinghelpline.ca/Accueil/Index>

NOTE: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Services de santé et services sociaux

### Réadaptation cardiaque

#### **Hôpital Témiskaming**

Offre de la réadaptation cardiaque, un programme satellite de l'Hôpital régional de Sudbury: un programme de 12 semaines qui aide à la récupération après une crise cardiaque ou une chirurgie cardiaque. Si vous êtes intéressé, communiquez avec votre médecin afin d'obtenir une recommandation.

421, chemin Shepherdson  
New Liskeard, Ontario  
POJ IPO

Tél. : 705-647-8121

Site Web : <http://www.temiskaming-hospital.com/index.php?lang=fr-ca>

#### **Actives Options**

Cette classe est idéale pour les gens ayant participé au programme de réadaptation cardiaque de l'hôpital. Ce programme met l'accent sur les suites de la réhabilitation après un incident lié au cœur.

Contactez : Lorrie Mickelson

Tél. : 705-647-2848

Email : [Activeoptionsbylorrie@gmail.com](mailto:Activeoptionsbylorrie@gmail.com)

**Éducation sur le diabète**

**Programme sur le diabète Témiskaming**

Bien que le programme cible les personnes de plus de 18 ans souffrant de diabète, il peut être une excellente ressource pour les personnes âgées vivant avec le diabète. Le programme met l'accent sur l'éducation des personnes atteintes de diabète, sur l'importance de l'activité physique, sur la gestion des médicaments, le soin des pieds, la surveillance de la glycémie et des conseils en nutrition.

240, rue Armstrong Nord  
C.P. 73  
New Liskeard, ON, POJ IPO

Tél. : 705-647-8722  
Email : [diabetes@ntl.sympatico.ca](mailto:diabetes@ntl.sympatico.ca)

NOTE : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Services de santé et services sociaux

### Soins optiques

#### **INCA**

INCA est un organisme qui a pour but d'aider les personnes ayant une déficience visuelle. Bien que leur bureau soit situé à Timmins, un intervenant peut se rendre dans notre région pour vous rencontrer et vous offrir une vaste gamme de programmes et de services pour aider à surmonter les défis associés à la perte de vision. Le service inclut de l'apprentissage pour une vie plus autonome. Un service de spécialistes de basse vision et / ou de mobilité est aussi disponible.

60, rue Wilson, Suite 312  
Timmins, ON, P4N 2S7

Tél. : 1-705-264-2312

Sans frais : 1-800-563-2642

Site Web : <http://www.cnib.ca/fr/perte-de-vision/Pages/default.aspx>

#### **Casey Baldovin et Laurie Mageau, Optométristes**

52-247, rue Whitewood  
New Liskeard, ON, POJ IPO  
Tél. : 705-647-7445

#### **Optométrie McKnight & Lee & Pepin**

247-7, rue Whitewood  
New Liskeard, ON, POJ IPO  
Tél. : 705-647-5511  
Site Web : [www.baldovin2020.com](http://www.baldovin2020.com)

## Services de santé et services sociaux

### Soins dentaires

#### **Amuse Bouche - Hygiène Dentaire Mobile**

Offre une clinique dentaire ainsi que des services dentaires mobiles. L'organisme travaille en étroite collaboration avec un dentiste et peut fournir la plupart des services dans votre propre domicile si vous ne pouvez pas vous déplacer.

22, rue Rorke

C.P. 298

Haileybury, Ontario POJ IKO

Contactez : Janice Beaudry, Tél. : 705-622-3619

Email : [amuseboucherrdh@hotmail.com](mailto:amuseboucherrdh@hotmail.com)

#### **Centre dentaire Témiskaming**

Le Centre dentaire Témiskaming se spécialise dans les nouvelles prothèses partielles / complètes, le rebasage et la réparation des prothèses le jour même, et bien plus encore. L'établissement est accessible aux fauteuils roulants et les consultations sont gratuites. Des options de financement sont également disponibles.

21, rue Whitewood Est

C.P. 2727

New Liskeard, ON, POJ IPO

Tél. : 705-647-6888

Site Web : <http://temiskamingdenturecenter.ca/>

Email : [temiskamingdenturecentre@gmail.com](mailto:temiskamingdenturecentre@gmail.com)

#### **Dentistes**

Recherchez « dentistes » ou « dentists » dans les Pages jaunes de votre bottin téléphonique.

## Services de santé et services sociaux

### Soins auditifs

#### **Centre d'aide auditive**

Offre des tests de l'ouïe et un soutien pour les aides auditives en plus de vendre des accessoires et fournir des conseils sur la façon d'utiliser les appareils. Ce service est offert à domicile si vous ne pouvez pas vous déplacer. Le bureau est ouvert seulement les lundis et mardis.

14, rue Whitewood  
New Liskeard, ON, POJ IPO

Sans frais : 1-800-718-0436  
Site Web : [www.rayshearing.com](http://www.rayshearing.com)  
Email : [rayl@rayshearing.com](mailto:rayl@rayshearing.com)

#### **Clinique d'aide auditive Témiskaming**

Offre des tests de l'ouïe et se spécialise en appareillage et en entretien de ces aides. Ce service est offert à domicile sur demande. Le bureau est offert tous les mercredis.

116, rue Whitewood  
New Liskeard, ON, POJ IPO

Tél. : 705-567-1115  
Sans frais : 1-800-859-6754

## Services de santé et services sociaux

### Groupes de soutien

#### **Fibromyalgia Support Group**

Rencontre le deuxième mardi du mois (sauf juillet et août) de 13 h à 15 h à l'église Our Mother of Perpetual Help.

81, rue Maple. New Liskeard, ON, P0J 1P0

Tél. : 705-628-2019

#### **Multiple Sclerosis (MS) Support Group**

Rencontre le premier lundi de chaque mois de 13 h à 15 h dans le foyer, à l'entrée de l'aréna de New Liskeard.

75, rue Wellington Sud New Liskeard, ON, P0J 1P0

#### **Prostate Cancer Support Group**

Rencontre le deuxième mardi de chaque mois dès 10 h à la salle de la caserne de pompiers de Dymond.

181, chemin Drive in Theatre New Liskeard, ON, P0J 1P0

Tél. : 705-647-6390

Email : [jimmeegar@yahoo.ca](mailto:jimmeegar@yahoo.ca)

#### **Alzheimer Society Caregiver Support Group**

Les membres de ce groupe de soutien se rencontrent le deuxième mardi de chaque mois au Manoir Northdale, de 13h30 à 15h30.

142-130 rue Lakeshore, New Liskeard ON P0J 1P0

Coordonnées de la personne-contact: 705-679-4038

## Services de santé et services sociaux

### Service de soins palliatifs

#### **Soins palliatifs au Témiskaming**

La façon d'aborder les soins pour les personnes et les familles vivant avec un diagnostic de cancer ou de toute autre maladie terminale a bien évolué. Les soins palliatifs offrent un programme d'aide à tous les stades de la maladie. Cette approche par les soins palliatifs débute dès les premiers instants suivant le diagnostic et se poursuit jusqu'au terme de la maladie ou de la mort de l'individu qui peut survenir des semaines, des mois ou même des années plus tard.

Le coordinateur des bénévoles et ces derniers, tous dûment entraînés, offrent un appui 24 heures sur 24 : de l'aide à tous les niveaux, psychologique, émotionnel, social, spirituel et pour les personnes en deuil. Le patient peut être rencontré à la maison, à l'hôpital, à l'hospice ou encore dans les maisons pour soins de longue durée.

On retrouve un centre de soins palliatifs à l'Hôpital de Temiskaming.

**Bureau de New Liskeard**  
Hôpital de New Liskeard  
421, rue Shepherdson  
New Liskeard ON P0J 1P0  
705-679-4261

**Bureau principal**  
145 Est, rue Government  
Kirkland Lake ON P2N 3P4  
Service central de reception: 705-568-2135  
Télécopieur : 705-568-2160

### Repas

#### **Diner's Club**

Un repas chaud mensuel et des activités sociales à Haileybury, Cobalt et New Liskeard pour les personnes âgées de 60 ans ou plus. Le coût pour le repas est de 9,00 \$.

Contactez : Soutien à domicile Témiskaming

Tél. : 705-672-2254

Sans frais : 1-800-361-5820

Site Web : <http://homesupportservices.ca/>

## Services de santé et services sociaux

### **Down By the Bay**

Offre des repas pré-cuisinés surgelés très faciles à réchauffer.

Livraison hebdomadaire disponible; peut être récupéré chez *Yves Prime Cut Meats* (883306, Rte 65, New Liskeard; 705-647-9837).

*Down By the Bay* prépare également des confitures, des desserts, des cornichons, des soupes et des tartes.

Contactez Maureen Church

Tél. : 705-544-2147

Email : [downbythebayjam@yahoo.ca](mailto:downbythebayjam@yahoo.ca)

### **Heart to Home Meals (Service de Livraison de Repas)**

Prépare des soupes, desserts et repas surgelés pouvant être livrés directement à votre domicile. Bien que le dépôt le plus près soit à Hearst, l'organisme utilise Purolator pour le transport vers Temiskaming Shores.

Sans frais : 1-800-786-6113

Site Web : [www.HeartToHomeMeals.ca](http://www.HeartToHomeMeals.ca)

### **Service de repas à domicile**

Des repas nutritifs fournis par des bénévoles sympathiques à New Liskeard et Haileybury sont offerts 3 fois par semaine ainsi qu'à Cobalt 2 fois par semaine. Chaque semaine, une livraison de repas chauds et une ou deux livraisons de repas congelés sont également disponibles. Pour savoir si vous êtes admissible, contactez: Soutien à domicile Timiskaming.

Tél : 705-672-2254

Sans frais : 1-800-361-5820

Site Web : <http://homesupportservices.ca/>

## Services de santé et services sociaux

### Banques alimentaires

#### **Banque alimentaire de Haileybury**

Heures d'ouverture: le jeudi, de 10 h 00 à midi

500, rue Broadway  
Haileybury, ON, P0J 1K0

Tél. : 705-672-2119

#### **Salvation Army : Banque alimentaire de New Liskeard**

Heures d'ouverture: le mardi de 13 h à 15 h

260, rue Whitewood  
New Liskeard, ON, P0J 1P0

Tél. : 705-647-4115

NOTE: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Services de santé et services sociaux

### Nourriture locale

#### **Riverside Farmers' Market**

Ouvert de 8 h à midi tous les samedis, du premier samedi de juin au dernier samedi d'octobre. Le marché est situé à la Place Riverside à New Liskeard. Un marché spécial de Noël au mois de novembre.

Place Riverside,  
55, rue Whitewood  
New Liskeard, ON, P0J 1P0

Site Web : <http://riversidefarmersmarket.ca/>

Email : [riversidefarmersmarket1@gmail.com](mailto:riversidefarmersmarket1@gmail.com)

#### **Temiskaming Good Food Box**

On peut commander une boîte de produits tout au long de l'année. Choix entre la boîte contenant 8 à 10 produits (légumes frais, céréales et recettes vous permettant de cuisiner des mets complets) et celle à 20\$ qui en compte de 12 à 14. Il faut s'inscrire avant le deuxième vendredi du mois et récupérer sa commande le dernier jeudi de chaque mois.

Contactez : Shelly Rahme

Tél. : 705-961-0379

Site Web: [www.facebook.com/TemiskamingGoodFoodBox](http://www.facebook.com/TemiskamingGoodFoodBox)

## Logement

### Permis

#### **Maison résidentielle**

Si vous vivez dans une maison résidentielle, vous n'avez pas besoin d'un architecte pour y faire des améliorations simples. Il suffit de suivre les règles du code de la construction et de soumettre vos plans à la Ville. Si vous n'êtes pas certain, vous pouvez contacter la Ville gratuitement pour une consultation et une visite du site. Quelqu'un sera en mesure de vous dire si vous devez obtenir un permis.

Contactez la Ville de Temiskaming Shores au numéro 705-672-3363

#### **Lieux de rassemblement**

Les rénovations à des endroits où les gens se rassemblent, tels que les églises, les installations de loisirs et les salles, exigent des plans d'architecture ou d'ingénierie. Bien qu'il n'ait pas de représentant localement, vous pouvez obtenir une liste d'options possibles en communiquant avec la Ville de Temiskaming Shores au numéro 705-672-3363.

#### **Magasins et entreprises**

Toutes rénovations dans ces lieux exigent des plans pour l'obtention d'un permis. On trouve plusieurs designers localement.

#### **Contracteurs**

La plupart des entrepreneurs de la région sont en mesure d'effectuer le travail associé à des améliorations d'accessibilité. Il est toujours préférable d'obtenir au moins 2 soumissions afin de vous assurer que vous payez le montant juste pour le travail à faire.

Recherchez « contracteurs » ou « contractors » dans les pages jaunes de votre bottin téléphonique.

## Logement

### Logements adaptés

#### **Société canadienne d'hypothèques et de logement**

La SCHL offre plusieurs publications en ligne sur les adaptations possibles qui permettront aux personnes âgées de demeurer dans leur domicile.

Sans frais : 1-800-668-2642

ATS : 1-800-309-3388

Site Web : [www.cmhc.gc.ca](http://www.cmhc.gc.ca)

Email : [contactcentre@cmhc.ca](mailto:contactcentre@cmhc.ca)

### Programmes d'aide financière

#### **Crédit d'impôt pour l'aménagement du logement axé sur le bien-être**

Si vous avez 65 ans ou plus et habitez en Ontario, vous pourriez avoir droit à un crédit d'impôt afin de vous aider à rendre votre logement plus sécuritaire et plus accessible. Si vous y avez droit, vous pourrez déclarer jusqu'à 10 000,00 \$ en améliorations domiciliaires admissibles sur votre déclaration de revenus. Le crédit que vous recevrez en retour sera calculé à raison de 15 % des dépenses admissibles déclarées.

Tél : 1-866-668-8297

ATS : 1-800-236-7776

Site Web : <https://www.ontario.ca/fr/page/credit-dimpot-pour-lamenagement-du-logement-axe-sur-le-bien-etre>

## Logement

### **Remboursement de taxes pour les personnes âgées**

Il existe un programme de report de l'impôt foncier pour les personnes âgées. Les critères sont spécifiques et tous les dollars d'impôts différés devront être remboursés si la maison est vendue.

Contactez Laura-Lee MacLeod, trésorière, Ville de Temiskaming Shores  
Tél. : 705-672-3363

### **Programme ontarien d'aide pour frais d'électricité**

Si vous êtes un client d'un service d'électricité et vivez dans un ménage à faible revenu, vous pourriez avoir droit à une réduction de votre facture d'électricité. Le montant du crédit dépendra du nombre de personnes vivant dans votre foyer et du revenu combiné de votre ménage. Vous devez soumettre une demande afin de recevoir le rabais. Vous aurez besoin de votre facture d'électricité, les noms, dates de naissance et numéros d'assurance sociale de toutes les personnes vivant dans la maison. Vous trouverez le formulaire de demande dans le lien ci-dessous.

Tél. : 1-855-831-8151

ATS : 1-800-855-1155

Site Web : <https://ontarioelectricitysupport.ca/?lang=fr>

### **Subvention aux personnes âgées propriétaires pour l'impôt foncier de l'Ontario (SPAPIFO)**

Ce crédit aide les personnes à revenu faible ou moyen à assumer la taxe de vente qu'ils paient sur les coûts d'énergie ainsi que leurs impôts fonciers. Vous pouvez en faire la demande en complétant la demande ON-BEN de la Prestation Trillium de l'Ontario et de la Subvention aux personnes âgées propriétaires pour l'impôt foncier de l'Ontario.

Sans frais : 1-866-668-8297

ATS : 1-800-263-7776

Site Web : <http://www.fin.gov.on.ca/fr/credit/oeptc/index.html>

# Logement

## Maisons de retraite

### Manoir Northdale

Endroit pour une vie de retraite destiné aux personnes âgées qui sont mobiles, cognitivement indépendantes et continentales. On y offre certains services journaliers, le nettoyage à toutes les 2 semaines, la blanchisserie à chaque semaine, des soins infirmiers 24/7 afin d'aider avec les médicaments et les situations d'urgence, des programmes d'activités et bien plus encore.

130, chemin Lakeshore Nord  
Temiskaming Shores,  
New Liskeard, ON, POJ IPO

Tél. : 705-647-6541

Email : [nordale@northdalemanor.ca](mailto:nordale@northdalemanor.ca)

NOTE : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Logement

### Résidences pour personnes âgées

#### **Société de logement à but non lucratif de New Liskeard**

Offre un logement aux adultes de 60 ans et plus qui peuvent vivre de façon indépendante. Le Soutien à domicile du Timiskaming offre les services au bâtiment, y compris l'accès à un préposé de soutien personnel. Il y a une salle de loisirs et certains organismes extérieurs y viennent pour offrir certains programmes, exercices et autres.

Lakeside Seniors Apartments  
105, rue Market  
New Liskeard, ON, P0J 1P0

Contactez : Gestionnaire immobilier (Property Manager)  
Tél. : 705-647-3076  
Email : [nlph@ntl.sympatico.ca](mailto:nlph@ntl.sympatico.ca)

#### **RCL Zone K-1 et Bâtiment des anciens combattants**

On y loue 25 logements au prix du marché ainsi qu'un loyer indexé sur le revenu pour les personnes âgées de 60 ans ou plus. Appliquez à travers le Bâtiment des anciens combattants ou le CASSDT.

259, chemin Gordon  
Haileybury, ON, POJ IKO

Tél. : 705-672-2557

## Logement

### **Conseil d'administration des services sociaux du district de Timiskaming**

Le CASSDT offre des logements à louer à un prix indexé au revenu des personnes âgées dans la région de Témiskaming. Il y a 2 bâtiments semblables pour les 3 municipalités, Haileybury, New Liskeard et Cobalt pour répondre aux besoins de cette clientèle.

290, rue Armstrong  
C.P. 6006  
New Liskeard, ON, POJ IPO

Tél. : 705-647-7447  
Sans frais : 1-800-627-2944  
Site Web : <http://www.dtssab.com/>

### **Logements avec services d'aide à domicile : Place Sainte Marie**

Place Sainte Marie à Haileybury offre des rabais ainsi qu'un service d'aide aux personnes âgées en vertu d'un partenariat avec le Service de soutien à domicile Timiskaming.

367, chemin Sutherland  
Temiskaming Shores, Haileybury  
Ontario, POJ IKO

Tél. : 705-648-3922  
Site Web : <http://www.placesaintemarie.ca>

## Logement

### **Maisons de soins de longue durée**

Afin de vous trouver une place dans une maison de soins de longue durée, vous devez communiquer avec le Soins à domicile et en milieu communautaire afin d'inscrire votre nom sur une liste d'attente. CASC communiquera avec vous lorsqu'un lit sera disponible.

Contactez : Soins à domicile et en milieu communautaire

Sans frais : 1-888-602-2222

Site Web : <http://healthcareathome.ca/NORTHEAST/FR>

### **Temiskaming Lodge – Soins de longue durée**

Cette maison offre des soins de longue durée entièrement accrédités avec logements de base privés et semi-privés (83 lits), un service de soins infirmiers 24 heures pour les résidents vivant avec des problèmes physiques et/ou cognitifs ainsi qu'un programme d'enrichissement de la vie.

100, rue Bruce  
Haileybury, ON,  
P0J 1K0

Tél. : 705-672-2123

Site Web : <http://www.jarlette.com>

Email : [fgosselin@jarlette.com](mailto:fgosselin@jarlette.com)

# Logement

## **Extendicare – Soins de longue durée**

Cette maison offre des soins de longue durée entièrement accrédités avec logements de base privés et semi-privés, un service de soins infirmiers 24 heures pour les résidents vivant avec des problèmes physiques et/ou cognitifs ainsi qu'un programme d'enrichissement de la vie.

143 Bruce Street  
PO Box 999  
Haileybury, Ontario  
POJ IKO

Tél. : 705-672-2151  
Fax: 705-672-5348  
Site Web: <http://www.extendicaretritown.com>  
Email: [cnh\\_tritown@extendicare.com](mailto:cnh_tritown@extendicare.com)

NOTE: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Services financiers et juridiques

Pour certaines personnes âgées, les préoccupations financières ne sont pas un problème. Cependant, pour d'autres, le budget peut être serré. Les coûts associés à vivre plus longtemps peuvent paraître insurmontables. Il existe des programmes de financement afin d'aider.

### Programmes financiers fédéraux-provinciaux

#### **Pension de la sécurité de vieillesse**

Offert à la plupart des canadiens âgés de 65 ans ou plus. Vous devriez recevoir une lettre du gouvernement du Canada juste après votre 64e anniversaire qui vous demandera soit de remplir des formulaires afin de vous inscrire ou de vous informer que vous êtes automatiquement inscrit. Si vous ne recevez pas cette lettre, assurez-vous d'appeler ou de vous rendre dans un bureau de Service Canada. Vous pouvez reporter le premier versement de votre pension de la Sécurité de la vieillesse jusqu'à 60 mois (5 ans) après la date à laquelle vous devenez admissible, ce qui vous permet de recevoir une pension plus élevée.

ATS : 1-800-255-4786

Sans frais : 1-800-277-9914

Site Web : <http://www.edsc.gc.ca/fr/rpc/sv/admissibilite.page>

#### **Supplément de Revenu Garanti**

Offert aux bénéficiaires de la pension de la Sécurité de la vieillesse qui ont un faible revenu. Vous devez en faire la demande par écrit.

ATS : 1-800-255-4786

Sans frais : 1-800-277-9914

Site Web : <http://www.edsc.gc.ca/fr/rpc/sv/srg/admissibilite.page>

## Services financiers et juridiques

### **Allocation au survivant**

L'Allocation au survivant est une prestation offerte aux personnes âgées de 60 à 64 ans qui vivent au Canada, qui ont un faible revenu et dont le conjoint ou le conjoint de fait est décédé.

ATS : 1-800-255-4786

Sans frais : 1-800-277-9914

Site Web : <http://www.edsc.gc.ca/fr/rpc/sv/allocation/admissibilite.page>

### **Régime de pensions du Canada**

Vous pouvez demander et recevoir une pleine pension de retraite du RPC à 65 ans, ou la recevoir dès 60 ans avec une réduction, ou aussi tard que 70 ans avec une augmentation. Le programme vise à remplacer une partie des revenus d'un individu une fois qu'il a pris sa retraite et est basé sur les cotisations versées tout au long de la vie de travail de l'individu. Vous devez en faire la demande en ligne au moins 12 mois avant votre retraite.

ATS : 1-800-255-4786

Sans frais : 1-800-277-9914

Site Web : <http://www.edsc.gc.ca/fr/rpc/admissibilite.page>

NOTE : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Services financiers et juridiques

### **Pension du survivant - RPC**

La pension de survivant du Régime de pensions du Canada (RPC) est versée à l'époux ou au conjoint de fait d'un cotisant décédé. Si vous êtes l'époux séparé d'un cotisant décédé et que celui-ci ne cohabitait pas avec un conjoint de fait, vous pourriez être admissible à cette prestation.

Si vous devenez une personne veuve plus d'une fois, une seule pension de survivant vous sera versée, soit la plus élevée.

Le survivant ou un représentant de la victime doit en faire la demande.

Sans frais : 1-800-277-9914

ATS : 1-800-255-4786

Web : [http://www.edsc.gc.ca/fr/rpc/pension\\_survivant.page](http://www.edsc.gc.ca/fr/rpc/pension_survivant.page)

**Important:** Vous devez avoir votre numéro d'assurance sociale en main lorsque vous appelez.

### **Régime de revenu annuel garanti de l'Ontario**

Le RRAG assure aux personnes âgées de 65 ans et plus un revenu minimum garanti en versant des prestations mensuelles aux retraités admissibles. Vous n'avez pas à en faire la demande. Celles-ci s'ajoutent aux Prestations fédérales de la Sécurité de la vieillesse (SV) et du Supplément de revenu garanti (SRG).

Sans frais : 1-866-668-8297

ATS : 1-800-263-7776

Site Web : <http://www.fin.gov.on.ca/fr/credit/gains/index.html>

## Services financiers et juridiques

### **Mesures fiscales**

Les personnes âgées peuvent également demander un certain nombre d'allégements fiscaux. Ceux-ci comprennent le crédit d'âge, le crédit d'impôt pour revenu de pension, le fractionnement du revenu, etc. Recherchez ces catégories lors de votre déclaration de revenus.

#### **NOTE:**

Tous les programmes fiscaux et de financement qui se rapportent au logement peuvent être trouvés dans cette section.

### **Aide pour la déclaration d'impôt**

Le Centre d'éducation des adultes offre de l'aide gratuitement pour compléter les formulaires d'impôt sur les revenus durant les mois de février et mars.

Centre d'éducation des adultes  
21, rue Armstrong Sud  
C.P. 4030  
New Liskeard, ON, P0J 1P0

Tél. : 705-647-7304

Fax : 705-647-8410

Email : [maryse.bouchard@cscdgr.education](mailto:maryse.bouchard@cscdgr.education)

### **Planification financière ACFC**

L'Agence de la consommation en matière financière du Canada offre des ressources en ligne afin d'aider à la planification financière.

Site Web : <http://www.fcac-cfc.gc.ca/Fra/ressources/programmesEducatifs/ft-of/Pages/planification-financiere.aspx>

## Services financiers et juridiques

### **Planifier votre retraite**

Obtenez de l'information en ligne pour aider les personnes âgées à prendre des décisions concernant la retraite.

Site Web : <http://www.fca-cfc.gc.ca/Fra/consommateurs/evenementsVie/planifierRetraite/Pages/home-accueil.aspx>

### **Vos outils financiers**

Un programme conçu pour aider les canadiens à gérer leurs finances personnelles et qui inclut un module sur la retraite et la pension.

Site Web : <http://www.fcac-acfc.gc.ca/Fra/ressources/programmesEducatifs/ft-of/Pages/home-accueil.aspx>

## **Services financiers et juridiques**

### **Services financiers**

#### **CIBC New Liskeard**

6, rue Armstrong  
New Liskeard, ON, POJ IPO

Tél. : 705-647-6877

Sans frais : 1-888-337-2422

Site Web : <https://www.cibc.com/fr/personal-banking.html>

#### **Desjardins – Caisse Populaire Cochrane-Témiskaming**

138, rue Whitewood  
New Liskeard, ON,  
POJ IPO

Tél. : 705-647-8135

Site Web : [www.desjardins.com](http://www.desjardins.com)

#### **RBC New Liskeard**

5, rue Armstrong  
New Liskeard, ON, POJ IPO

Tél. : 705-647-6891

Site Web : <http://www.rbcbanqueroyale.com/personal.html>

## Services financiers et juridiques

### **Banque Scotia**

#### Succursale de Haileybury

478, rue Main

Temiskaming Shores, Haileybury, ON, POJ IKO

Tél. : 705-672-3357

#### Succursale de New Liskeard

35, rue Armstrong Sud

Temiskaming Shores, New Liskeard, ON, POJ IPO

Tél. : 705-644-7366

Site Web <http://www.scotiabank.com/gls/fr/#about>

### **TD Canada Trust**

11B, Timiskaming Square

New Liskeard, ON, POJ IPO

Tél. : 705-647-6749

Site Web : <https://www.tdcanadatrust.com/francais/produits-et-services/operations-bancaires/index-banking.jsp>

## Services financiers et juridiques

### Services juridiques

#### **Aide juridique Ontario**

Offre une assistance juridique aux personnes à faible revenu ainsi que les communautés défavorisées. Le personnel vous aidera à trouver les services dont vous avez besoin.

Sans frais : 1-800-668-8258

ATS : 1-866-641-8867

Site Web : <http://www.legalaid.on.ca/fr/>

#### **Le Bureau du tuteur et curateur public (BTCP)**

Le Bureau du tuteur et curateur public fait partie du Ministère du Procureur général de l'Ontario. Le BTCP offre un programme unique et varié de services visant à protéger les intérêts juridiques, personnels et financiers de certains particuliers et successions. Le PTCP veut améliorer les services aux personnes handicapées. Pour obtenir un complément d'informations sur les programmes offerts, visitez le site Web.

Bureau d'information et diagnostic :

Sans frais : 1-800-366-0335

Bureau régional de Sudbury :

199, rue Larch, Suite 602

Sudbury, ON, P3E 5P9

Tél. : 1-705-564-3185

Sans frais : 1-800-891-0503

Pour toute décision de traitement, contactez Ottawa au 1-800-891-0506

Web : <https://www.attorneygeneral.jus.gov.on.ca/french/family/pgt/>

## Services financiers et juridiques

### Planification de funérailles

#### **Buffam-Léveillé Funeral Home**

La maison funéraire Buffam Léveillé offre de l'aide aux familles pour mieux planifier les arrangements funéraires par un service personnalisé dans une période difficile. On offre aussi des préarrangements et on veut répondre aux besoins des gens endeuillés aussi bien qu'à ceux de la communauté par des séminaires et par des groupes de soutien.

483, rue Broadway  
C.P. 791  
Haileybury, ON, P0J 1K0

Tél. : 705-672-3122  
Fax : 705-672-3267  
Site Web : <http://www.buffamleveille.com>  
Email : [buffamfh@ntl.sympatico.ca](mailto:buffamfh@ntl.sympatico.ca)

#### **Perrin Funeral Chapel**

La maison Perrin offre de l'aide pour la planification de funérailles, pour des préarrangements ainsi que pour les paiements et les monuments en plus des ressources d'aide aux personnes dans le deuil. Service à domicile offert à ceux qui ne peuvent se rendre au salon.

128, rue Whitewood  
New Liskeard, ON, P0J 1P0

Tél. : 705-647-5020  
Fax : 705-647-9724  
Site Web : <http://www.perrinfuneralchapel.com>

## Participation sociale

### Bibliothèques

#### **Bibliothèques municipales**

On retrouve 2 bibliothèques qui offre une variété de programmes dans la Ville de Temiskaming Shores.

##### Succursale de Haileybury

545, rue Lakeshore  
Haileybury, Ontario  
POJ IKO

Tél. : 705-672-3707

Site Web : <http://www.temisklibrary.com/>

Email : [Haileybury@temisklibrary.com](mailto:Haileybury@temisklibrary.com)

##### Succursale de New Liskeard

50, rue Whitewood  
New Liskeard, Ontario  
POJ IPO

Tél. : 705-647-4215

Site Web : <http://www.temisklibrary.com/>

Email : [NewLiskeard@temisklibrary.com](mailto:NewLiskeard@temisklibrary.com)

Parmi les programmes offerts :

#### **Échanges de livres**

Le personnel et les bénévoles font l'échange de livres pour les résidents du Northdale Manor, Extendicare et Temiskaming Lodge.

## **Participation sociale**

### **Demande de livraison de livres**

Si vous êtes incapable de vous rendre à la bibliothèque, un volontaire ira sur demande à votre domicile pour livrer ou échanger des livres avec vous.

### **Formation en technologie**

La bibliothèque de Haileybury offre une formation individuelle du mois d'octobre jusqu'au mois de mars. Le personnel demeure disponible pour le dépannage de logiciel de bibliothèque.

### **Livres audio et / ou livres à gros caractères**

Pour les personnes avec une déficience visuelle, la bibliothèque possède une grande sélection de livres audio, de livres à gros caractères et de lecteurs audio portables.

### **Club de Lecture**

Il existe 2 clubs de lecture qui se rencontrent à la bibliothèque municipale; l'un en français et l'autre en anglais.

### **Bâtons de marche nordique**

Vous pouvez emprunter des bâtons de marche aux deux succursales.

### **Raquettes**

Vous pouvez emprunter des raquettes à la succursale de la bibliothèque de Haileybury. Pour les gens de New Liskeard, rendez-vous au Waterfront Pool and Fitness Centre.

## Participation sociale

### Groupes

#### **Le club d'âge d'or de Cobalt**

Offre une grande variété d'activités pour les personnes âgées dans la région de Témiskaming, incluant les cartes, les repas, les groupes de couture, des sessions de musique et bien plus encore.

22, rue Argentite  
Cobalt, ON, P0J 1R0

Tél. : 705-679-5525

Site Web : [www.cobalt.ca](http://www.cobalt.ca)

#### **Temiskaming Rising Stars**

Une troupe d'acteurs anglophones qui utilisent des sketches et des chansons humoristiques afin de sensibiliser les personnes âgées sur des questions importantes de sécurité.

Tél. : 705-647-6552

#### **L'étoile de la sagesse Témiskaming**

Une troupe d'acteurs francophones qui utilisent des saynettes et des chansons humoristiques afin de sensibiliser les personnes âgées sur des questions importantes concernant leur sécurité et la prévention de chutes.

Tél. : 705-563-8110, poste 4230

Email : [Julielaplante@csctim.on.ca](mailto:Julielaplante@csctim.on.ca)

## Participation sociale

### **New Liskeard Lions/Lionness Club**

New Liskeard Lions Club  
90, rue Whitewood Suite 4 C.P. 308  
New Liskeard, ON, P0J 1P0

#### Lions Club

Tél. : 705-647-3696  
Email : [info@newliskeardlions.ca](mailto:info@newliskeardlions.ca)

#### Lionness Club

Contactez Julie Lafond  
Tél. : 705-647-4274

### **Club des Lions d'Earlton**

Le Club de service des Lions est très actif dans les services humanitaires et pour donner aux jeunes les moyens d'agir. La sauvegarde de la vue dans le monde entier est une priorité pour ce club. Organise plusieurs activités dont un tirage annuel pour amasser des fonds.

C.P. 193 322464, Rte 11N Earlton, ON, P0J 1E0

Président : François Gauthier

Tél. : 705-563-2633

Fax : 705-563-2200

### **Club Rotary**

Notre action débute par les membres, des personnes qui travaillent sans relâche dans le but de résoudre certains des défis les plus difficiles de nos communautés. Leurs efforts sont soutenus par le Club Rotary International, notre association, ainsi que la Fondation Rotary, qui en retour, transforment les dons généreux en subventions pour financer le travail des membres et partenaires du monde entier.

C.P.161

Haileybury, Ontario

POJ IKO

Email : [jfranks@temiskamingshores.ca](mailto:jfranks@temiskamingshores.ca)

## Participation sociale

### **Mon centre à distance**

Ce centre sans frontières pour les aînés constitue un groupe fiable et un centre d'apprentissage virtuel par téléphonie. Vous n'avez besoin ni d'un ordinateur ni de l'Internet; vous serez mis en communication directement par un appel téléphonique à divers services dont certains en français. Éducation, santé et bien-être, carnets de voyages, histoire locale et jeux de toutes sortes. Ce service est disponible à toute personne de plus de 55 ans et aussi à des gens qui ont certaines restrictions les empêchant de se déplacer. On peut se joindre à ce groupe très facilement et c'est complètement gratuit.

Soutien à domicile Timiskaming, 367 promenade Sutherland, Haileybury, ON P0J1K0

Tél: 705-672-2254                      Fax: 705-672-2635

Sans frais: 1- 800-361-5820

Site Web: [scww@homesupportservices.ca](http://scww@homesupportservices.ca)

### **Association canadienne-française de l'Ontario (ACFO)**

#### **Région Témiskaming**

Un organisme sans but lucratif qui encourage et favorise le développement et la vitalité de la communauté franco-ontarienne dans la région dans les domaines social, culturel, religieux, éducatif, économique et communautaire.

59, rue Whitewood  
New Liskeard, ON, POJ IPO

Tél. : 705-647-6105

Site Web : [www.francofun-temiskaming.ca](http://www.francofun-temiskaming.ca)

Courriel : [acfotem@ntl.sympatico.ca](mailto:acfotem@ntl.sympatico.ca)

## Participation sociale

### **Club du sourire de New Liskeard (Âge d'or)**

Contactez: Bruno Aylwin

C.P. 1269

New Liskeard, ON P0J 1P0

Tél. : 705-647-6128

Email : [aylwin@fibreop.ca](mailto:aylwin@fibreop.ca)

### **Club joyeux de Haileybury (Âge d'or)**

Contactez: André Camirand

C.P. 268

Haileybury, ON P0J 1K0

Tél. : 705-672-3262

### **Club Richelieu Timiskaming**

Contactez: Gérard Vachon

C.P. 527

New Liskeard, ON P0J 1P0

Tél. : 705-647-8066

Email : [gvachon@ntl.sympatico.ca](mailto:gvachon@ntl.sympatico.ca)

### **Conseil des communautés Métis du Témiskaming**

Le Conseil communautaire Métis du Témiskaming est associé et travaille en collaboration avec la Nation Métis de l'Ontario pour offrir une gamme de services à ses membres au niveau de la santé et de leur développement social et économique. Sa mission est de promouvoir les traditions culturelles des Métis et de représenter leurs aspirations, leurs droits et leurs intérêts comme collectivité.

C.P. 957

439, rue Ferguson

Haileybury, ON, P0J 1K0

Tél. : 705-672-2807

Email : [tmcc@ntl.sympatico.ca](mailto:tmcc@ntl.sympatico.ca)

## Participation sociale

### Musées

#### **Musée du patrimoine de Haileybury**

Le musée met en vedette le passé de la communauté par des expositions variées. On offre un rabais sur les frais d'admission aux aînés.

575, rue Main  
C.P. 911  
Haileybury, ON, POJ IKO

Tél. : 705-672-1922

Site Web: <http://www.haileyburyheritagemuseum.ca/>

#### **Musée des Homesteaders de Little Claybelt**

Ce musée examine l'établissement et les industries locales de la région à leurs débuts. Les expositions relatent l'histoire de l'industrie forestière, du système d'éducation et du service d'incendie de la région. On y retrouve une collection d'objets domestiques et agricoles de 1890 à 1940.

L'entrée est gratuite.

C.P.1718  
883356, Route 65 Est  
New Liskeard, ON, P0J 1P0

Tél. : 705-647-9575

Site Web: <http://claybeltmuseum.ca/01-loc.htm>

## Participation sociale

### **Musée minier de Cobalt**

Le Musée minier de Cobalt possède 7 salles d'exposition avec une vidéo sur l'histoire, une salle de roches fluorescentes et encore plus (4,00 \$ pour les aînés). Le musée inclut également une visite souterraine à tous les jours à chaque heure tout au long de l'été au coût de 10,00 \$ par personne.

Le *Sentier du Patrimoine d'Argent* est une visite sans guide de 20 sites, chacun avec un aspect différent de l'exploitation minière, des maquettes et photographies sur chacun des sites ainsi qu'un stationnement. Aucun frais pour cette visite.

24, rue Silver  
Cobalt, ON, P0J 1C0  
Tél. : 1-705-679-8301

Site Web : <http://cobalt.ca/visitors/museums/#tab-1415899045-1-30f7a1-8bcbe34f-0c90>

Email : [cnomchin@ntl.sympatico.ca](mailto:cnomchin@ntl.sympatico.ca)

### **Musée des pompiers de Cobalt**

Le Musée des pompiers de l'Ontario à Cobalt met en exposition de l'équipement de pompiers datant de plus de 100 ans.

22, rue Lang  
Cobalt, ON, P0J 1C0

Tél. : 705-679-5757

Site Web : <http://cobalt.ca/visitors/museums/#tab-1415899045-1-30f7a1-8bcbe34f-0c90>



## Participation Sociale

### Services récréatifs

#### **Balanced Motion**

Le personnel offre une variété de classes adaptées aux personnes âgées, y compris le renforcement des os et des muscles, la méditation, etc. Chaque participant doit compléter un formulaire médical afin de pouvoir exécuter des exercices qui lui conviennent. Balanced Motion offre également une variété d'informations, y compris des ateliers sur l'ostéoporose et la nutrition, ainsi que du yoga.

Tél. : 705-647-1445

Site Web : [www.balancedmotionpilatesandyoga.com](http://www.balancedmotionpilatesandyoga.com)

Email : [balancedmotionstudio@gmail.com](mailto:balancedmotionstudio@gmail.com)

#### **From Soup to Tomatoes**

Il s'agit d'un programme d'exercices à domicile offert en ligne chaque jour et dans un group à Riverside Place.

Contactez les Services de santé du Timiskaming pour plus de détails:

Tél. : 705-647-4305

Sans frais : 1-866-747-4305

Site Web : [www.timiskaminghu.com](http://www.timiskaminghu.com)

## Participation Sociale

### **Programme intégré d'équilibre dynamique (PIED)**

“Stand Up!” est un programme d'exercices offert aux aînés pour prévenir les chutes. Le programme s'étend sur 12 semaines à raison de 2 sessions par semaine. Visitez le site Web des Services de santé du Timiskaming pour connaître les endroits où est offert le programme.

Services de santé du Timiskaming  
Tél. : 705-647-4305  
Sans frais : 1-866-747-4305  
Site Web : [www.timiskaminghu.com](http://www.timiskaminghu.com)

Le Centre de santé communautaire du Témiskaming offre également de telles sessions à New Liskeard et à Haileybury

Contactez : Centre de santé communautaire du Témiskaming  
Tél. : 705-647-5775  
Sans frais : 1-800-835-CSCT

### **Classes de Tai Chi**

Avec une approche holistique, les arts du Tai Chi taoïste offrent une façon originale de développer un corps fort mais souple, balancé et énergétique aussi bien qu'une intelligence, un esprit calme, clair et dynamique. L'ensemble des mouvements ainsi que leur enchaînement permettent d'améliorer et de maintenir une bonne santé.

Community of Christ Church  
33, rue Niven  
C.P. 2887  
New Liskeard, ON, P0J 1P0  
Tél. : 705-647-3119  
Email : [newliskeard@taoist.org](mailto:newliskeard@taoist.org)

## **Participation sociale**

### **Waterfront Pool & Fitness Centre**

Une variété de programmes destinés aux adultes plus âgés. Tous les programmes de conditionnement physique sont donnés par des formateurs privés, à l'exception du Programme de réadaptation cardiaque qui est géré par la Ville. Contactez le Centre d'entraînement afin d'obtenir une liste des programmes et les contacts. Vous pouvez également vous inscrire au programme Aquaforme et aux sessions de natation pour adultes.

77, rue Wellington  
New Liskeard, ON, POJ IPO  
Tél. : 705-647-5709

### **Centre de santé communautaire du Témiskaming**

Offre une variété de programmes destinés aux adultes plus âgés, y compris:

- Le groupe de tricot, le mercredi après-midi.
- La marche nordique, le lundi après-midi à New Liskeard et Haileybury.
- La marche communautaire chaque année à la fin d'avril, début mai.
- Un dîner communautaire pour le mois des personnes âgées au mois de juin à la Place Riverside.
- Le cours de 6 semaines « Vivre en santé avec des maladies chroniques » offert à Haileybury et à New Liskeard.

20, rue May Sud  
New Liskeard, ON, POJ IPO

Tél. : 705-647-5775  
Sans frais : 1-800-835-2728

## Participation sociale

### Arénas

Des temps sont prévus pour du patinage libre et pour du hockey, hommes et femmes. Contactez les bureaux de la ville pour plus de détails.

#### Aréna de Haileybury

500, rue Ferguson  
Haileybury, ON, P0J 1K0  
Tél. : 705-672-3363

#### Aréna de New Liskeard (Don Shepherdson Memorial Arena)

75, rue Wellington  
New Liskeard, ON, P0J 1P0  
Tél. : 705-647-5728

### Hockey pour aînés

Vous êtes tous bienvenus, les mercredis et vendredis, de 11 h à midi, 10 mois par année. Une occasion unique de bouger et de socialiser.

Tél. : 1-800-508-5548

Email : [leisure@leisureinn.net](mailto:leisure@leisureinn.net)

### Club de Curling Cobalt-Haileybury

Jouez au curling dans une atmosphère agréable et en toute sécurité ! Contactez le club de Curling Cobalt-Haileybury pour obtenir le tarif spécial pour les personnes âgées.

434, chemin Leslie McFarlane  
Haileybury, Ontario  
Tél. : 705-672-3515

## Participation sociale

### **Centre de Curling Horne Granite**

Le Centre de curling offre la camaraderie et du plaisir pour tous les âges. Le curling peut être modifié afin de répondre à tous les niveaux de compétence et capacités. Il existe une ligue de jour pour les personnes âgées, les mardis et jeudis. Vous devez vous inscrire individuellement et vous pourrez jouer avec de nouveaux équipiers chaque semaine.

44, rue Whitewood  
New Liskeard, ON, POJ IPO

Tél. : 705-647-4422

Site Web : [www.nt.net/chcc](http://www.nt.net/chcc)  
Email : [chcc@ntl.sympatico.ca](mailto:chcc@ntl.sympatico.ca)

### **Quilles**

Le Tri-Town Bowling Lanes est un endroit pour s'amuser! Des allées de 5 quilles accueillent des joueurs d'occasion ou compétitifs. Du plaisir pour tous : éclairage spécial, casse-croûte et fêtes de tous genres pour adultes, jeunes ainsi qu'une ligue pour personnes avec des besoins spéciaux.

331, rue Main  
Haileybury, ON, P0J 1K0

Tél. : 705-672-3117  
Site Web : [tri-townbowling.ca](http://tri-townbowling.ca)  
Email : [victor@tri-townbowling.ca](mailto:victor@tri-townbowling.ca)

## Social Participation

### Marche nordique avec pôles

On peut se procurer les pôles à la bibliothèque publique de Temiskaming Shores, à New Liskeard aussi bien qu'à Haileybury.

Succursale de Haileybury  
545, rue Lakeshore  
Haileybury, ON, P0J 1K0  
Tél.: 705-672-3707

Web: <http://www.temisklibrary.com/>  
Courriel: [Haileybury@temisklibrary.com](mailto:Haileybury@temisklibrary.com)

Succursale de New Liskeard  
50, avenue Whitewood  
New Liskeard, ON, P0J 1P0  
Tél.: 705-647-4215

Web: <http://www.temisklibrary.com/>  
Courriel: [NewLiskeard@temisklibrary.com](mailto:NewLiskeard@temisklibrary.com)

### Association de shuffleboard pour les aînés du Tri-Town

Activité à la fois agréable et physiquement aisée qui vous permet de faire des rencontres pour personnes de tout âge.

On se retrouve au parc Farr de la mi-mai à la mi-septembre, les mardis et les jeudis, de 13h30 à 15h00.

Votre première visite est gratuite!

Parc Farr du club Rotary  
Haileybury, ON

Pour plus d'informations ou pour entrer en communication avec l'association de shuffleboard, contactez Danielle au bureau de la ville de Temiskaming Shores

705-672-3363, poste 4106 ou par courriel : [dcovello@temiskamingshores.ca](mailto:dcovello@temiskamingshores.ca)

## Participation sociale

### Activités extérieures

#### **Chasse et pêche**

La Ville de Temiskaming Shores possède de nombreux lacs, cours d'eau et des zones boisées idéales pour la chasse et la pêche. Si vous avez plus de 65 ans, il n'est pas nécessaire de posséder une Carte Plein Air pour la pêche mais vous devez respecter la réglementation. Pour la chasse, vous devrez posséder une Carte Plein air ainsi que les vignettes nécessaires.

Contactez: Ministère des richesses naturelles et des forêts

Sans frais : 1-800-667-1940

ATS : 1-866-686-6072

Site Web : <https://www.ontario.ca/fr/page/obtenir-une-carte-plein-air>

#### **Get Active in Temiskaming**

Une série de 5 marches amusantes au Témiskaming. Ce sont aussi des campagnes de financement pour divers organismes communautaires qui font la promotion de styles de vie équilibrés et actifs.

Contactez: Chandra Juurlink

Tél. : 705-622-2406

Email : [getactiveintemiskaming@gmail.com](mailto:getactiveintemiskaming@gmail.com)

## Participation sociale

### **Tournées interactives communautaires (TIC)**

Projet qui a pour but de faire découvrir la région du Témiskaming ontarien, son patrimoine historique et culturel. Les tournées bilingues peuvent être lues, écoutées ou regardées sur les téléphones intelligents et tablettes électroniques (10 tablettes disponibles gratuitement). Ces tournées peuvent se faire à pied, en auto, à bicyclette ou à motocyclette.

Pour télécharger les tournées :

[www.centreartem.org](http://www.centreartem.org)

## Éducation

### **The Literacy Council of South Temiskaming**

Offre des programmes gratuits aux adultes qui cherchent à améliorer leurs compétences en lecture, en écriture, en informatique ou afin d'obtenir certaines aptitudes reliées à l'emploi. Vous devez prendre rendez-vous pour une évaluation. Si vous êtes admissible, le transport gratuit peut être fourni.

40, rue Paget Nord  
C.P. 1558  
New Liskeard, ON, POJ IPO

Tél. : 705-647-4040

Site Web : <http://www.lcst.ca/>

Courriel : [lcstlearn@gmail.com](mailto:lcstlearn@gmail.com)

## Participation sociale

### **Centre d'éducation des adultes**

Le Centre d'éducation des adultes (CEA) offre gratuitement plusieurs possibilités de formation aux personnes voulant obtenir leur diplôme d'études secondaires, pour obtenir un meilleur emploi, pour se préparer à des études postsecondaires ou tout simplement s'améliorer personnellement.

21, Armstrong Sud  
C.P. 4030  
New Liskeard, ON, P0J 1P0

Tél. : 705-647-7304

Email : [maryse.bouchard@cscdgr.education](mailto:maryse.bouchard@cscdgr.education)

## Arts & Culture

### **Festival de poésie - Impulsion printanière**

Une chance de présenter et d'écouter de la poésie de notre région. Chaque année, une nouvelle personne âgée de notre communauté est intronisée au temple de la renommée de la poésie.

Contactez : David Brydges

Tél. : 705-679-8930

Email : [mybrydges@yahoo.ca](mailto:mybrydges@yahoo.ca)

Site Web : [www.springpulsepoetryfestival.com](http://www.springpulsepoetryfestival.com)

NOTE : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Participation sociale

### **Centre culturel Artem**

Un organisme ayant pour but de promouvoir les arts et la culture francophone dans la région du Témiskaming.

324, rue Whitewood  
C.P. 2687  
New Liskeard, ON, POJ IPO

Tél. : 705-647-8500

Site Web : <http://www.centreartem.org/>

Email : [rejlaboss@hotmail.com](mailto:rejlaboss@hotmail.com) ou [info@centreartem.org](mailto:info@centreartem.org)

### **Théâtre Classic de Cobalt**

Offre des tarifs réduits aux spectacles pour les personnes âgées, des rabais supplémentaires pour les groupes de personnes âgées ainsi qu'un programme « payez ce que vous pouvez ». Le théâtre, qui se trouve sur le trajet de transport en commun, est entièrement accessible en fauteuil roulant et on peut y obtenir de l'équipement pour les personnes qui ont du mal à entendre.

30, rue Silver  
Cobalt, ON, POJ ICO

Tél. : 705-679-8080

Site Web : <http://www.classictheatre.net/>

## Participation sociale

### **Galerie d'art de Témiskaming (TAG)**

Le but de la Galerie d'Art de Témiskaming est de promouvoir et de mettre en valeur les arts visuels dans le nord de l'Ontario. GAT expose le talent des artistes locaux et apporte des expositions nationales et internationales dans la région.

325, chemin Farr  
Haileybury, ON, P0J 1K0

Tél. : 705-672-3706

Site Web : [www.temiskamingartgallery.ca](http://www.temiskamingartgallery.ca)

### **Temiskaming Palette & Brush Club**

Que vous soyez un débutant ou un expert, vous pouvez vous joindre au club et peindre les mardis, en après-midi ou en soirée. Occasion de plaisir et d'amitié par les arts pour tous.

Pas de cours comme tels, mais beaucoup d'aide accessible si vous le désirez. Une réunion d'affaires par mois et deux expositions annuelles en plus d'ateliers variés.

N.B. : Avec vos frais d'inscription, vous devenez membre de la Galerie d'Art du Témiskaming ainsi que de l'Association des artistes du Nord de l'Ontario.

Haileybury Arena  
500 Ferguson Ave  
Haileybury ON POJ 1K0

Laura Landers: 705-629-0030  
(Laura's Art Shoppe)  
Email: [laura@lauralanders.ca](mailto:laura@lauralanders.ca)

Jerry Jordison: 705-672-3096  
Email: [jerry@notunique.com](mailto:jerry@notunique.com)

## Transport

### Fournisseurs de transport

# 1-800-361-5820

Communiquez avec le 1-800-361-5820 pour exprimer vos besoins dans le domaine du transport et on vous assignera un fournisseur pour le district du Témiskaming, incluant Temiskaming Shores, Earleton, Englehart et Kirkland Lake.

#### **Soutien à domicile Timiskaming**

Offre deux options de transport en commun accessible et subventionné.

#### **Transport communautaire accessible -Soutien à domicile Timiskaming**

Un service de transport porte à porte accessible dans notre communauté. Les réservations sont obligatoires et le service fonctionne de 8 h 30 à 16 h 30 du lundi au vendredi. Des frais minimes sont exigés pour ce service.

Tél. : 705-672-2254

Sans frais : 1-800-361-5820

Site Web : <http://homesupportservices.ca/>

#### **Transport à l'extérieur de la ville - Soutien à domicile Timiskaming**

Offre un transport pour rendez-vous médicaux de Témiskaming Shores à Timmins, Sudbury et North Bay. Pour être éligible à ce service, vous devez avoir 60 ans ou plus, avoir une déficience visuelle ou auditive, et vous devez être capable de vous déplacer.

Tél. : 705-672-2254

Sans frais : 1-800-361-5820

Site Web : <http://homesupportservices.ca/>

## Transport

### **PATH (Priorité avec assistance pour la transition à la maison)**

Le programme de priorité avec assistance pour la transition à la maison aide les gens afin d'assurer une transition sécuritaire et confortable de l'hôpital à la maison. Les préposés aux soins personnels pourront aussi aller chercher des prescriptions ainsi que quelques denrées à l'épicerie.

Tél. : 705-672-2254

Sans frais : 1-800-361-5820

Site Web : <http://homesupportservices.ca/>

### **Transport Voyageur**

Offre le transport non urgent pour les patients en fauteuils roulants ou nécessitant une civière. L'équipe se rendra à votre domicile et vous conduira ou vous devez vous rendre (transferts inclus). Le service offre également la possibilité de transférer les patients bariatriques (obèses) ainsi qu'un service d'autobus accessible pour fauteuils roulants pour des excursions d'une journée.

Le service est offert 24/7 et bien qu'une réservation soit appréciée, cet organisme peut accueillir les transferts de dernière minute. Lors d'un transfert de patients de l'hôpital jusqu'au domicile, l'équipe veillera à ce qu'un membre de la famille soit informé de leur retour.

Sans frais : 1-855-263-7163 (24 heures)

Site Web : <http://www.voyageurtransportation.ca>

Email : [mtremblay@nepts.ca](mailto:mtremblay@nepts.ca)

## Transport

### **Transport en commun Témiskaming**

Offre un service horaire entre Cobalt, Haileybury, New Liskeard et Dymond et ce, 7 jours par semaine (sauf les jours fériés). Vous pouvez payer en espèces lors de l'embarcation ou vous procurer vos billets ou un laissez-passer mensuel à l'avance. Un tarif réduit pour les personnes âgées de 55 ans et plus est disponible.

Tél. : 705-672-3363

Site Web : [www.temiskamingtransit.ca](http://www.temiskamingtransit.ca)

### **Temiskaming Shore Taxi**

Offre le transport dans la région de Temiskaming Shores.

Tél. : 705-647-7111

### **Service de limousine de luxe**

Offre un service de déplacement complet, limousine ou minibus à multiples passagers et offre également de transporter les personnes âgées aux rendez-vous médicaux.

Tél. : 1-705-474-3433

Site Web : [www.starsluxurylimousine.com](http://www.starsluxurylimousine.com)

Email : [sales@starsluxurylimousine.com](mailto:sales@starsluxurylimousine.com)

## Transport

### **Ontario Northland**

Offre le transport accessible de New Liskeard et Haileybury vers d'autres endroits en Ontario et offre un rabais de 15% pour les adultes âgés de 60 ans et plus. Les billets doivent être réservés à l'avance, et au moins 48 heures à l'avance pour les services d'accessibilité. Pour consulter les horaires et acheter des billets:

Tél. : 1-800-363-7512, poste 0 (Renseignements généraux)

Tél. : 1-800-461-8558 (Transport de marchandises) (train)

Site Web : <http://www.ontarionorthland.ca/fr>

Email : [info@ontarionorthland.ca](mailto:info@ontarionorthland.ca)

Station de New Liskeard-Dymond (7 h à 19 h):

Chambre de commerce de Temiskaming Shores

883356, Rte 65 Est

C.P. 811

New Liskeard, ON, P0J 1P0

Tél. : 705-647-5771

Station de Haileybury:

Station service Stinson

536, rue Lakeshore

Haileybury, ON, P0J 1K0

Tél. : 705-672-5800

## **Ressources en ligne pour des aînés**

### **Guide de sécurité à l'intention des aînés**

<http://www.rcmp-grc.gc.ca/fr/guide-securite-a-lintention-des-aines>

Un guide créé par la GRC pour aider les personnes âgées afin de les sensibiliser à la maltraitance, la sécurité, la fraude et l'escroquerie

### **Guide des programmes et services pour les personnes âgées de l'Ontario**

<http://www.seniors.gov.on.ca/fr/index.php>

Un guide qui décrit tous les programmes et services offerts aux personnes âgées par le gouvernement de l'Ontario.

### **Plan d'action de l'Ontario pour les personnes âgées**

<https://www.ontario.ca/fr/page/plan-daction-de-lontario-pour-les-personnes-agees>

Un plan d'action pour aider les personnes âgées à demeurer en sécurité, en santé, dynamiques et actives.

### **Réseaux de connaissances pour les personnes âgées**

<http://www.seniorshhealthknowledgenetwork.com/>

Offre des ressources et des idées au profit de la population vieillissante.

# Ressources en ligne pour des aînés

## **Centre canadien du vieillissement actif**

<http://www.uwo.ca/ccaa/>

Favorise l'activité physique et le bien-être des personnes âgées grâce à une combinaison de ressources éducatives et des programmes communautaires.

## **Centre de ressources sur l'activité physique**

<http://www.ophea.net/fr/%C3%A9coles-saines-communaut%C3%A9s-saines/autres-ressources/parc>

Établi en 2003, le Centre de ressources sur l'activité physique est le centre par excellence pour la promotion de l'activité physique en Ontario. Le Centre est financé par le Ministère de la Promotion de la santé et permet aux promoteurs de l'activité physique de réaliser des initiatives de grande qualité dans le domaine de l'activité physique et de les promouvoir dans l'intérêt de la santé de la population.

## **Ce que tous les canadiens âgés devraient savoir au sujet des procurations (pour la gestion des finances et des biens) et comptes conjoints**

<http://www.seniors.gc.ca/fra/service/ffpt/procurations.shtml>

Une brochure d'information qui présente des informations importantes sur la procuration et les comptes bancaires conjoints.