



District de Nipissing Guide de ressources à l'intention des victimes d'un accident cérébrovasculaire et de leurs soignants

Vous trouverez dans le présent guide une liste d'organismes communautaires qui offrent des services directement aux victimes d'un accident cérébrovasculaire (ACV) et à leurs soignants ou qui les orientent vers d'autres programmes qui peuvent favoriser le rétablissement après un ACV. Bien que la liste ne renferme pas nécessairement toutes les ressources communautaires pertinentes, les organismes qui y figurent peuvent vous orienter vers la ressource ou les renseignements dont vous avez besoin.

N.B. : Certains services pourraient exiger des frais.

Pour avoir une description de ces types de services, consultez le document **La vie après un AVC** publié par la Fondation des maladies du cœur.

Abréviations utilisées : North Bay (NB); Mattawa (M); Sturgeon Falls (SF) et Powassan (P).
À moins d'indication contraire, l'indicatif régional est le « 705 ».

CENTRES D'ACCÈS AUX SOINS COMMUNAUTAIRES (CASC)

Le CASC peut vous aider à obtenir les services suivants.
Coût : Aucuns frais

Renseignements et demandes de service

Vous aide à trouver des services de soutien communautaires dans votre région.

Autres services fournis aux clients admissibles

Soins infirmiers

Soins personnels et services de relève : Aide en matière d'hygiène personnelle et d'activités de la vie quotidienne, p. ex. le bain. Services de relève à domicile à l'intention des soignants.

Réadaptation après un ACV : Des services aux adultes et aux enfants pour les aider à retrouver l'autonomie, p. ex. ergothérapie, physiothérapie, orthophonie, travail social et services diététiques.

Services de placement : Point d'entrée pour l'admission aux maisons de soins infirmiers et les courts séjours (services de relève).

Centre d'accès aux soins communautaires

1 888 533-2222 ou (NB) 476-2222

SOINS INFIRMIERS À DOMICILE, SOINS PERSONNELS ET AIDE FAMILIALE

Des organismes autres que le CASC peuvent assurer ces services. Coût : Des frais sont exigés.

Infirmières de l'Ordre de Victoria (VON) :
472-8050 (NB) ou 1 800 265-5379

Croix-Rouge canadienne – Services de soins à domicile
(NB) : 495-6200

Para-Med Home Health Care : (NB) 495-4391 ou
1 800 268-0235

We Care Home Health Services : 1 800 643-8940

Total Nursing Care Inc : 1 800 887-2643

**Au Château – Programme de soutien à domicile de
Temagami** : (SF) 753-1550

Pour en savoir plus long sur les services offerts dans votre région : www.ocs.on.ca/carefinder.html

Consultez les pages jaunes sous les rubriques « Soins à domicile et fournitures » et « Infirmières et infirmiers ».

RESSOURCES COMMUNAUTAIRES MÉTIS ET AUTOCHONES

Indian Friendship Centre (NB) : 472-2811

Métis Health Services Program (NB) : 474-2593

Laurence Commanda Health Centre (SF) : 753-3312

Madadjwan Métis Services (M) : 744-3360

North Bay Metis Centre (NB) : 474-0393

Métis Training Initiatives (NB) : 474-2767

Métis Centre Long Term Care Program (NB) : 474-2593

Ojibway Family Resource Centre (NB) : 472-3321

Native People of Nipissing Housing (NB) : 497-1773

PROGRAMMES DE JOUR POUR ADULTES

Fournir, dans une situation de groupe et sous surveillance, des activités, des soins, du counselling en matière de santé, un dîner et un répit aux membres de la famille.

Coût : Paiement à l'acte.

Cassellholme – Programme de jour pour adultes (NB) :
474-4250

Métis Centre Long Term Care Program (NB) : 474-2593.

SYSTÈMES D'INTERVENTION EN CAS D'URGENCE

Urgence médicale : Composez le 9-1-1.

Soins de santé non urgents :

Télesanté Ontario : Accès gratuit aux services d'une infirmière autorisée, 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.
1 866 797-0000 ATS : 1 866 797-0007

Croix-Rouge canadienne : 1 800 563-1054

Programme Are You O.K. (NB) : 474-6526

Service téléphonique informatisé destiné aux personnes âgées, aux personnes handicapées et aux personnes qui mènent une vie autonome. Il assure un contact quotidien, entre 6 h et 10 h, et une alerte au coordonnateur du programme après trois tentatives de contact.

Systèmes personnels d'alarme médicale

Organismes qui assurent des services d'urgence 24 heures sur 24 au moyen de systèmes personnels d'alarme.

Coût : Paiement à l'acte

Lifeline : 1 866 832-5426

Lifecall : 1 800 661-5433

Communiquez avec le CASC pour obtenir une liste à jour ou consultez les pages jaunes sous la rubrique « Alarmes – Aide médicale ».

RESSOURCES FINANCIÈRES

Nous vous proposons de demander à votre compagnie d'assurances si vous êtes admissible à une garantie supplémentaire. Si vous êtes un ancien combattant, vous pourriez aussi être admissible à une aide d'Anciens Combattants Canada.

Programme d'appareils et accessoires fonctionnels

Couvre jusqu'à 75 % du coût des fauteuils roulants et des marchettes pour les personnes ayant un handicap physique depuis six mois ou plus.

1 800 268-6021 ou

www.health.gov.on.ca/french/publicif/programf/adpf/adp_mnf.html

Programme d'adaptation des habitations et des véhicules

a/s Marche des dix sous : 1 877 369-4867

Programmes de la sécurité du revenu – Ressources humaines

(Prestations d'invalidité du RPC)

1 800 277-9914 ou www.hrsdc.gc.ca

Programme ontarien de soutien aux personnes handicapées (POSPH) – Soutien du revenu

1 800 461-6977 ou (NB) 474-3540

www.mcass.gov.on.ca/mcass/french/pillars/social/odsp-is-directives/ODSP_incomesupport.htm

Ontario au travail (aide au revenu) pour les personnes de moins de 65 ans

(NB) 474-2151; (M) 744-0395; (SF) 753-5400

Métis Training Initiatives (NB) : 474-2767

Commission de la sécurité professionnelle et de l'assurance contre les accidents du travail (CSPAAT)

Anciennement appelée Commission des accidents du travail (CAT) (NB) 472-5200 ou 1 800 461-9521

Assurance privée

Déterminez si vous avez souscrit à une « assurance-maladie complémentaire » à votre lieu de travail ou dernier lieu de travail ou si vous êtes une personne à charge d'une personne qui souscrit à une telle assurance pour vous aider à couvrir le coût des soins que vous recevez.

Programme d'aide à la remise en état des logements (PAREL) pour personnes handicapées

Aide financière destinée à l'adaptation des logements de personnes handicapées à faible revenu.

1 800 704-6488 (Sudbury)

www.cmhc-schl.gc.ca/fr/co/prai/praifi_003.cfm

Régime de revenu annuel garanti (RRAG)

1 800 263-7965

Ligne INFO - Personnes âgées – Programme d'aide en matière de médicaments pour les personnes de plus de 65 ans. 1 888 910-1999

Programme de médicaments Trillium – Aide en matière de médicaments pour les personnes de moins de 65 ans.

1 800 575-5386

Services auxiliaires autogérés

Communiquez avec le CASC de votre localité.

Anciens Combattants Canada

1 866 522-2122

SERVICES JURIDIQUES

Clinique juridique communautaire de Nipissing

(NB) : 476-6603;

(SF) : 753-2900

Bureau d'aide juridique de Nipissing (NB) : 472-4893

Ombudsman Ontario : 1 800 263-1830

Assistance-avocats : 1 900 565-4577

Moyennant 6 \$, le service Assistance-avocats vous fournira le nom d'un avocat qui vous donnera, gratuitement, une consultation d'au plus 30 minutes afin de vous aider à déterminer vos droits et vos choix.

ÉTABLISSEMENTS DE SOINS DE LONGUE DURÉE (MAISONS DE SOINS INFIRMIERS)

Quand il n'est plus possible de recevoir des soins à domicile; convalescence à court terme ou à long terme. **Communiquez avec le CASC pour obtenir des renseignements.**

Coût : Des frais sont exigés.

Maison de soins infirmiers Algonquin (M) : 744-2202 ou 1 800 579-4284

Au Château (SF) : 753-1550

Cassellholme Home for the Aged (NB) : 474-4250

Eastholme Home for the Aged (Powassan) : 724-2005

Lady Isabelle Nursing Home (Trout Creek) : 723-5232

Manoir Nipissing (Corbeil) : 752-1100

Leisureworld Care Giving Centre (NB) : 476-2602

Quand il n'est plus possible de recevoir des soins à domicile, mais qu'on peut encore mener une vie autonome.

Communiquez directement avec l'établissement.

Coût : Des frais sont exigés.

Barclay House Retirement Residence (NB) : 476-6585

Empire Living Retirement Centre (NB) : 474-9555

Appartements Au Château (SF) : 753-1550

Consultez les pages jaunes sous les rubriques « Foyers de soins », « Résidences pour personnes retraitées » et « Centres d'hébergement et de soins de longue durée ».

SERVICES DE REPAS

Les organismes nommés ci-dessous assurent la livraison à domicile de repas frais ou surgelés.

Coût : Des frais sont exigés.

Popote roulante

Cassellholme (NB) : 474-7048

Eastholme (Powassan) : 724-2005

Au Château (SF) : 753-5995, poste 228

Aussi :

Banque alimentaire de North Bay (NB) : 495-3290

Banque alimentaire de Nipissing Ouest (SF) : le troisième mercredi du mois à l'église Lady of Sorrows

Banque alimentaire de Mattawa (M) : 744-5511, poste 295

Diverses églises communautaires sont également dotées de banques alimentaires.

LOGEMENT AVEC SERVICES DE SOUTIEN

Assure un soutien à la personne et des services d'aide familiale aux personnes qui habitent dans des appartements désignés comme logements avec services de soutien.

Physically Handicapped Adults Rehabilitation Association (PHARA) (NB) : 476-0733

Société de logement du district de Nipissing : 472-2441

Low Income People Involvement of Nipissing (LIPI) : 472-1337

Native People of Nipissing Housing : 497-1773

LOISIRS

Veillez consulter votre médecin avant d'entreprendre tout programme d'exercice ou toute activité récréative.
Coût : Des frais sont exigés.

Clubs des aînés

Centre d'âge d'or (NB) : 474-6520

Club d'âge d'or (SF) : 753-2451

Empire Living Centre (NB) : 474-9555

Club des bons Amis (Crystal Falls) : 758-9592

Club des Joyeux Copains (SF) : 753-4748

Lésions cérébrales acquises (LCA) Marche des dix sous (NB et SF) : 498-6296, poste 21

Disabled Adult and Youth Centre (NB) : 474-3851

YMCA – Programme pour adultes (NB) : 497-9622

Appelez aussi les églises locales, les services de loisirs municipaux et les Légions royales canadiennes. Certaines maisons de retraite offrent des programmes de jour pour personnes âgées.

Consultez les pages jaunes sous les rubriques « Centres de loisirs » et « Résidences pour personnes retraitées ».

SERVICES DE RÉADAPTATION

Des services qui vous aident à redevenir autonome, p. ex. ergothérapie, physiothérapie et orthophonie.

Subventionnés par le gouvernement : Aucuns frais

Centre de réadaptation de North Bay (NB) : 495-8105
(situé à l'Hôpital général de North Bay)

Hôpital général de Nipissing Ouest
Services de réadaptation en consultation externe
(SF) : 753-3110

Hôpital général de Mattawa
Services de réadaptation en consultation externe (M) :
744-5511

Services privés : Paiement à l'acte (pourraient être couverts par l'assurance privée)

Consultez les pages jaunes sous les rubriques « Physiothérapeutes », « Ergothérapeutes », « Réadaptation » et « Orthophonistes ».

Prêts d'appareils

Physically Handicapped Adults Rehabilitation Association (PHARA) – Service de prêt (NB) : 476-0733

Consultez les pages jaunes sous les rubriques « Hôpitaux – Équipement et fournitures » et « Prothèses auditives ». Vérifiez aussi auprès des églises locales, des services de loisirs municipaux et des Légions royales canadiennes.

SERVICES DE RELÈVE

Quand le soignant se sent dépassé par les événements et a besoin d'un répit.

Centre d'accès aux soins communautaires - Services de relèvement : 1 888 533-2222 ou (NB) 476-2222

Cassellholme – Programme de jour des services de soutien communautaires (NB) : 474-4250

Physically Handicapped Adults Rehabilitation Association (PHARA) - Appartement de répit pour les familles (NB) : 476-0733

PRÉVENTION DES ACCIDENTS CÉRÉBROVASCULAIRES

Programmes qui vous aideront à prévenir un autre ACV.

Fondation des maladies du coeur

1 888 473-4636 ou (NB) 476-6196

www.heartandstroke.ca

Clinique de prévention des accidents cérébrovasculaires de l'Hôpital général de North Bay

(NB) 474-8600, poste 2357

Il faut une recommandation d'un médecin.

Pour obtenir des renseignements sur un mode de vie sain, appelez le

Bureau de santé du district de North Bay-Parry Sound (NB) 474-1400.

COUNSELLING et SOUTIEN À LA FAMILLE

Les organismes ci-dessous assurent soutien, counselling et éducation aux victimes d'un ACV et à leur famille.

Centre d'accès aux soins communautaires
Travailleur social : 1 888 533-2222 ou (NB) 476-2222

Centre de bénévolat de la Région du ciel bleu (NB) : 472-0200

Centre Alliance (SF) : 753-2271

Programme d'intervention d'urgence – North Bay, Sturgeon Falls, Mattawa : (NB) 495-8198 ou 1 800 352-1141

Ojibway Family Resource Centre (NB) : 472-3321

Services communautaires de santé mentale – Nipissing (NB) : 474-1299

Consultez les pages jaunes sous les rubriques « Mariage, famille et individu – Conseillers », « Santé mentale – Services », « Psychologues et associés en psychologie », « Psychothérapie », « Services sociaux et humanitaires – Organismes » et « Stress – Conseillers ».

ÉDUCATION ET INFORMATION EN MATIÈRE D'ACV

Fondation des maladies du cœur – Renseignements sur les maladies du cœur et les accidents cérébrovasculaires, conseils sur l'adoption d'un mode de vie sain et ressources. 1 888 473-4636 ou (NB) 476-6196 www.heartandstroke.ca

Brain Injury Association of North Bay and Area (BIANBA) : (NB) 840-8882 ou www.bianba.ca

TRANSPORT

Service Parabus (NB) : 476-5530

Service Para Taxi :
Consultez les pages jaunes sous la rubrique « Taxis ».

Au Château - Transport en fauteuil roulant (SF): 753-5995, poste 228

Manoir Nipissing – Transport en fauteuil roulant : (Corbeil) 752-1100

Conducteur bénévole de Eastholme (Powassan) : 724-2005

Hope Air : 1 877 346-4673

Disabled Adult and Youth Centre (DAAY) (NB) : 474-3851

ÉVALUATION DE LA CONDUITE AUTOMOBILE

Hôpital régional de Sudbury
Évaluation et réadaptation des conducteurs
523-7100, poste 7098 ou 3150

Bureaux du ministère des Transports (MTO)
North Bay 472-7900
Sudbury 564-7722
Huntsville 789-2391

Centres de test au volant du ministère des Transports
www.drivetest.ca/fr/loc/Dec.aspx

Consultez aussi les pages bleues sous la rubrique « Conducteurs et véhicules ».

FORMATION PROFESSIONNELLE

Les organismes ci-dessous peuvent vous aider à reprendre le travail après un ACV.

Programme de réadaptation professionnelle du RPC
1 800 461-3422
Aide aux bénéficiaires de prestations d'invalidité du RPC pour leur permettre de reprendre leur ancien emploi ou de trouver un emploi adapté ou un nouvel emploi. www.hrsdc.gc.ca

Centres de ressources humaines
(NB) 472-3700; (SF) 753-0800

Marche des dix sous de l'Ontario – Sudbury
Évaluations des aptitudes à l'emploi : 1 877 705-7854

Disability Employment Opportunities Committee (DEOC) Employment Resource Centre
(NB) 474-7773; ATS : 474-5845

Programme ontarien de soutien aux personnes handicapées (POSPH) – Soutien de l'emploi
1 800 461-6977 ou (NB) 474-3540
www.mcscs.gov.on.ca/mcss/french/pillars/social/odsp-es-directives/ODSP_employmentsupports.htm

Consultez aussi les pages jaunes sous la rubrique « Orientation – Conseillers ».

SITES WEB

Rétablissement des ACV Canada
www.strokerecoverycanada.com
1 888 540-6666

Stroke Survivors Association of Ottawa
www.strokesurvivors.ca

Réseau régional pour le traitement des accidents cérébrovasculaires du Nord-Est de l'Ontario
www.neostrokestrategy.com

Secrétariat aux affaires des personnes âgées de l'Ontario
www.citizenship.gov.on.ca/seniors/indexf.html

5 signes avertisseurs d'un ACV

- 1. Grave mal de tête soudain**
- 2. Faiblesse**
 - engourdissement ou picotement au niveau du visage, d'un bras ou d'une jambe
- 3. Étourdissement**
 - perte d'équilibre ou chutes soudaines, surtout en présence d'autres signes avertisseurs
- 4. Trouble de la vue**
 - perte soudaine de la vue (surtout d'un œil) ou vision double
- 5. Trouble de la parole**
 - perte temporaire de la parole ou difficultés de compréhension

Si vous ou une personne que vous connaissez manifestez un de ces signes, COMPOSEZ LE 9-1-1 ou le numéro d'urgence local immédiatement.



North Bay and District Hospital
Hôpital de North Bay et du district

Pour en savoir plus long sur le présent guide, appelez le Centre de district pour le traitement des accidents cérébrovasculaires de North Bay, au 705 474-8600, poste 4194.

La production de ce guide a été généreusement donnée par :

