

Soutien à une vie saine pour les aînés



Winnipeg Regional
Health Authority
Caring for Health

Office régional de la
santé de Winnipeg
À l'écoute de notre santé

Un grand nombre d'aînés souhaitent demeurer autonomes et vivre dans leurs propres communautés aussi longtemps que possible. Or, à mesure que leurs besoins et les capacités changent, certains d'entre eux peuvent nécessiter de l'aide additionnelle pour y arriver. D'autres peuvent décider de déménager dans un milieu avec services de soutien. Il y a une vaste gamme d'options de logements et de services dans la communauté de la région sanitaire de Winnipeg.

Chaque section de cette brochure comporte un lien au site Web du service qui y est décrit. Vous pouvez également chercher le programme en question sur l'Internet.



Options de logements dans la communauté

Vie autonome : Certaines personnes choisissent de vivre dans leur propre résidence ou un logement loué. Des services sont disponibles pour leur offrir du soutien au besoin. D'autres gens peuvent décider de vivre dans un milieu où des services (comme des repas ou des services d'entretien ménager ou de buanderie) peuvent être achetés. Ce type de disposition est souvent appelé « résidences avec services de soutien » ou « résidences pour personnes autonomes » avec prestation de services. Aucun aiguillage de l'Office régional de la santé de Winnipeg (ORSW) n'est nécessaire pour ces types de disposition. Les aînés sont encouragés à parler directement au concierge ou au gestionnaire immobilier pour discuter des coûts et des types de commodités/services qui sont fournis.

Age and Opportunity Winnipeg Seniors Housing

Directory (en anglais seulement) fournit un répertoire des diverses options d'hébergement pour les aînés. Vous pouvez consulter leur site Web du répertoire AOSupport Services ou composez le 204 956-6440 pour obtenir de plus amples informations.

Logements avec services de soutien : Le programme de logements avec services de soutien est conçu pour les personnes (principalement les aînés) qui nécessitent du soutien et de la supervision sur place 24 heures sur 24. Ce programme offre des services de supervision personnelle dans un environnement sûr. Les aînés n'ont plus besoin de déménager dans un foyer de soins de longue durée jusqu'à ce qu'un niveau plus important de soins soit nécessaire. L'évaluation de l'admissibilité, l'aiguillage et l'accès sont coordonnés par le programme Soins à domicile et le Centre d'accès aux soins de longue durée de l'ORSW. Pour en savoir plus, recherchez sur l'Internet le programme de logements avec services de soutien de l'ORSW ou appelez la ligne d'accueil du programme de soins à domicile de l'ORSW au 204 788-8330 ou le Centre d'accès aux soins de longue durée de l'ORSW au 204 940-8670.

Foyers de soins de longue durée : Les foyers de soins de longue durée fournissent des services de soins personnels aux personnes qui ne peuvent plus vivre de façon autonome à leur domicile malgré le soutien de leur famille ou des services communautaires comme les soins à domicile, et pour qui d'autres options d'hébergement avec services de soutien et aide à la vie autonome ne leur conviennent pas. L'évaluation de l'admissibilité, l'aiguillage et l'accès sont coordonnés par le programme Soins à domicile et le Centre d'accès aux soins de longue durée de l'ORSW. Pour en savoir plus, vous pouvez appeler la ligne d'accueil du programme de soins à domicile de l'ORSW au 204 788-8330 ou le Centre d'accès aux soins de longue durée de l'ORSW au 204 940-8670, ou vous pouvez chercher sur l'Internet le Centre d'accès des soins de longue durée de l'ORSW.

Soutien aux aînés vivant dans un logement indépendant

Divers services existent pour aider les personnes ayant besoin de soins à court ou à long terme à continuer de vivre dans la communauté. En voici quelques exemples :

Services de soutien aux aînés – Ce service propose des programmes communautaires faisant la promotion de la santé et du mieux-être des aînés, comme des programmes de repas, des ressources pour les locataires, des conseils de ressources communautaires, des centres pour aînés et des organismes spécialisés dans les services aux aînés.

Vous pouvez également appeler le **Chercheur de ressources pour personnes âgées** de votre région. Trouvez le Chercheur de ressources pour personnes âgées en ligne ou cliquez ici pour accéder à leur site Web.

Soins à domicile – Les personnes admissibles peuvent recevoir des soins de santé ou de l'aide pour effectuer leurs activités, comme le lavage, la toilette, l'habillement, etc. Pour obtenir de plus amples informations, recherchez Soins à domicile de l'ORSW ou appelez la Ligne d'accueil des soins à domicile de l'ORSW au 204 788-8330.



Programme de soins autogérés ou gérés par la famille –

Option offerte par le programme de Soins à domicile de l'ORSW. Pour en savoir plus sur le programme, visitez leur site Web ou appelez la ligne d'accueil du programme de soins à domicile de l'ORSW au 204 788-8330.

Programme de soins de relève – Ce programme prend les dispositions que pour que les personnes nécessitant des soins infirmiers 24 heures sur 24 puissent être admises à un foyer de soins de longue durée afin de fournir une période planifiée de répit pour les proches aidants. Les soins de relève sont disponibles pour des durées de temps variables, le séjour normal étant de deux semaines. Les coordonnatrices des soins à domicile peuvent aider les familles et les individus à accéder au Programme de soins de relève. Chaque client du programme paie un tarif quotidien subventionné standard. Pour en savoir plus, recherchez le Programme de soins de relève sur l'Internet ou appelez le Centre d'accès des soins de longue durée de l'ORSW au 204 940-8670.

Soins chroniques – Ces services sont offerts aux personnes ayant besoin de soins spécialisés en raison d'une maladie chronique ou qui nécessitent plus de soins qu'un foyer de soins de longue durée peut procurer. Il existe deux établissements de soins chroniques à Winnipeg : Deer Lodge Centre et Riverview Health Centre. Les frais pour les services résidentiels dans les établissements de soins chroniques sont calculés selon un tarif quotidien. Ce tarif est subventionné et le coût est fondé sur le revenu de la personne. Pour obtenir de plus amples informations, recherchez le Programme de soins chroniques de l'ORSW sur l'Internet ou contactez le Centre d'accès des soins de longue durée de l'ORSW au 204 940-8670.

Ressources communautaires additionnelles pour les aînés

211 Manitoba – Base de données en ligne permettant de faire des recherches gratuitement et confidentiellement sur les services du gouvernement, de la santé et des services sociaux qui sont disponibles dans l'ensemble de la province. Ce service aide les Manitobains et Manitobaines à trouver les ressources communautaires et sociales dont ils ont besoin. Pour en savoir plus, consultez le site Web 211 Manitoba ou appelez le 211.

Info Santé – Ce service fournit de l'information générale en matière de santé et aide les appelants à trouver des ressources de santé dans leurs communautés locales partout au Manitoba. Pour obtenir plus d'informations, consultez le site Web Info Santé ou appelez le 204 788-8200 (Winnipeg) 1 888 315-9258 (numéro sans frais à l'extérieur de Winnipeg)



Dial-a-Dietitian (Service de consultation de diététistes)

– Ces diététistes répondent aux questions et fournissent des conseils faciles à suivre sur les aliments et la nutrition pour aider les Manitobains et Manitobaines et leurs familles à avoir une alimentation et une vie saines et à demeurer en bonne santé. Pour en savoir plus, consultez le site Web de Dial a Dietitian (en anglais seulement) ou composez le 204 788-8248 • 1 877 830-2892 (numéro sans frais).

TeleCARE TélÉSOINS

– Service gratuit et confidentiel de consultation téléphonique, qui aide les Manitobains et Manitobaines à prendre en charge leurs insuffisance cardiaque, diabète de type 2 ou risque de diabète. Pour obtenir plus d'informations, consultez le site Web de TeleCARE TélÉSOINS ou composez le 204 788-8688 • 1 866 204-3737 (numéro sans frais).

Programmes d'éducation en matière de santé

– Il s'agit d'une vaste gamme de programmes qui peuvent vous aider à gérer des problèmes de santé particuliers. Ces programmes peuvent vous aider à cesser de fumer, à commencer à faire de l'exercice ou à adopter une alimentation saine. Vos partenaires et aidants sont encouragés à participer également. Pour en savoir plus, consultez la page du site WRHA Health Education Programs (en anglais seulement).

En santé ensemble!

– Ces ateliers aident les personnes atteintes de problèmes chroniques de santé physique ou mentale à se prendre en main et à acquérir la confiance nécessaire pour mieux gérer leur santé. Les aidants sont également invités à s'inscrire. Pour en savoir plus sur les prochains ateliers en anglais ou en français, consultez le site Web En santé ensemble ou appelez le 204 632-3927.

Powerful Tools For Caregivers (en anglais seulement)

– Ces cours offrent des techniques aux aidants pour leur permettre de gérer leur propre santé tout en continuant à prendre soin de leur ami(e) ou proche. Ce programme dure 90 minutes, une fois par semaine pendant six semaines. Les cours sont offerts en personne ou en séances virtuelles. Pour obtenir de plus amples informations, consultez le site du Powerful Tools for Caregivers Wellness Institute ou appelez le 204 632-3927.

Réadaptation cardiaque – Ce programme de 16 semaines est offert aux personnes ayant reçu un diagnostic d'un trouble cardiaque, par exemple, dans le cas d'une personne qui souhaite améliorer son état de santé après une crise cardiaque ou un diagnostic de coronaropathie, de maladie artérielle périphérique ou de tout autre trouble cardiaque. Pour en savoir plus, consultez le site Web de WRHA Cardiac Rehabilitation (en anglais seulement) ou composez le 204 928-7878, poste 308 (Reh-Fit Centre) • 204-632-3907 (Wellness Institute à l'Hôpital général Seven Oaks).

Réadaptation pulmonaire – Ce programme de 8 semaines (16 séances) est conçu pour les personnes ayant été diagnostiquées d'une maladie pulmonaire, notamment : maladie pulmonaire chronique obstructive (MPOC), emphysème, bronchite chronique et fibrose. Pour en savoir plus, visitez le site Web de WRHA Pulmonary Rehab ou composez le 204 831-2181.





Conseils pratiques

- Établissez quel type de logement et services conviennent le mieux à vos besoins.
- Si une évaluation ou une recommandation est requise, la présente brochure indique à qui vous devez vous adresser.
- En étudiant les diverses options de logement, renseignez-vous toujours auprès du locateur sur les services inclus dans le loyer, ainsi que les coûts que vous devrez déboursier.



Winnipeg Regional
Health Authority
Caring for Health

Office régional de la
santé de Winnipeg
À l'écoute de notre santé