

Biblio-Aidants

RÉPERTOIRE DES RESSOURCES LOCALES

*Bibliothèque de Québec*

# INCAPACITÉS PHYSIQUES

(INCLUANT DÉFICIENCES AUDITIVES ET VISUELLES)

DOCUMENTATION À L'INTENTION DES PROCHES AIDANTS





**BIBLIOAIDANTS<sup>MD</sup>**

**BIEN INFORMÉS.  
MIEUX AIDER.**

Au Québec, on estime que plus d'un million d'adultes sont proches aidants. Comme vous, ils cherchent de l'information sur les façons de soutenir et d'assister leurs proches le mieux possible. Le programme provincial Biblio-Aidants a été développé par l'Association des bibliothèques publiques du Québec pour répondre à ce besoin.

Ce Répertoire des ressources locales a été développé par votre bibliothèque. Il est complémentaire au cahier provincial portant sur le même sujet. Chaque cahier Biblio-Aidants contient une liste d'organismes pouvant vous aider, une sélection de sites Web pertinents ainsi que des suggestions de lecture. Il existe 15 cahiers thématiques différents, disponibles gratuitement sur [biblioaidants.ca](http://biblioaidants.ca) :

- **AÎNÉS ET VIEILLISSEMENT**
- **CANCER**
- **DÉFICIENCE INTELLECTUELLE**
- **DEUIL**
- **DIABÈTE**
- **INCAPACITÉS PHYSIQUES (INCLUANT DÉFICIENCES AUDITIVES ET VISUELLES)**
- **MALADIE D'ALZHEIMER**
- **MALADIE DE PARKINSON**
- **MALADIES DU CŒUR ET ACCIDENTS VASCULAIRES CÉRÉBRAUX (AVC)**
- **MALADIES PULMONAIRES**
- **PROCHES AIDANTS**
- **SANTÉ MENTALE**
- **SCLÉROSE EN PLAQUES**
- **SOINS PALLIATIFS**
- **TROUBLES DU SPECTRE DE L'AUTISME**

Votre bibliothèque possède plusieurs ouvrages de la sélection Biblio-Aidants pouvant vous aider à bien vous informer sur la condition de vos proches. N'hésitez pas à les emprunter.

*Biblio-Aidants<sup>MD</sup> est une marque de commerce enregistrée à l'Office de la propriété intellectuelle du Canada.*

## **ADAPTAVIE**

Offre différents programmes d'activités physiques et sportives adaptées ainsi que des programmes de répit à l'intention des personnes vivant avec des limitations fonctionnelles.

- Téléphone : 418-529-9238
- Courriel : [info@adaptavie.org](mailto:info@adaptavie.org)
- Site web : <http://www.adaptavie.org>

## **ALLIANCE DE VIE ACTIVE POUR LES CANADIENS/CANADIENNES AYANT UN HANDICAP**

L'Alliance de vie active des Canadiens/Canadiennes ayant un handicap (l'Alliance) encourage, soutient et facilite la participation des Canadiens et Canadiennes ayant un handicap à une vie active et saine. L'Alliance assure à l'échelle nationale une direction concertée, un soutien, des encouragements, la promotion et la diffusion d'informations à l'appui de possibilités de vie saine et active à l'intention des Canadiens et Canadiennes de tous les niveaux d'adresse, et ce, dans tous les milieux et contextes.

- Téléphone : 1 800 771-0663
- Courriel : [qc@ala.ca](mailto:qc@ala.ca)
- Site Web : [www.ala.ca](http://www.ala.ca)

## **LES AMPUTÉS DE GUERRE**

Les Amputés de guerre offre une diversité de services et programmes à tous les amputés du Canada, particulièrement du soutien aux enfants et leur famille.

- Téléphone : 1 800 250-3030
- Courriel : [serviceclientele@amputesdeguerre.ca](mailto:serviceclientele@amputesdeguerre.ca)
- Site Web : [www.amputesdeguerre.ca](http://www.amputesdeguerre.ca)

## **ASSOCIATION DES PARAPLÉGIQUES DU QUÉBEC**

Groupe d'information, de défense de droits et d'activités de loisirs. L'Association des paraplégiques travaille activement à promouvoir et faciliter l'intégration sociale et professionnelle des personnes blessées médullaires.

- Téléphone : 1 877 341-7272
- Courriel : [info@moelleepiniere.com](mailto:info@moelleepiniere.com)
- Site Web : [www.moelleepiniere.com](http://www.moelleepiniere.com)

## ASSOCIATION DES PERSONNES HANDICAPÉES DE CHARLESBOURG

Favorise l'intégration des personnes adultes vivant avec un handicap physique, intellectuel, sensoriel et/ou une problématique de santé mentale, à l'ensemble de la population de l'arrondissement Charlesbourg de la Ville de Québec.

- Téléphone : 418-626-8686
- Courriel : [aphcdg@hotmail.fr](mailto:aphcdg@hotmail.fr)
- Site Web : <http://www.aphcharlesbourg.com>

## ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES SPORTS EN FAUTEUIL ROULANT

Sur le site Web, renseignez-vous sur les différents sports et commissions sportives ; l'Association souhaite « favoriser l'accès et la pratique sportive en fauteuil roulant à tous les niveaux de performance, pour le bénéfice des personnes ayant une limitation physique. »

- Téléphone : 514 252-3108
- Courriel : [aqsfr@aqsfr.qc.ca](mailto:aqsfr@aqsfr.qc.ca)
- Site Web : [www.aqsfr.qc.ca](http://www.aqsfr.qc.ca)

## CARREFOUR FAMILIAL DES PERSONNES HANDICAPÉES

Regroupement de personnes handicapées physiques et sensorielles aidant à se protéger, s'éduquer, se représenter et s'intégrer à un milieu normalisé pour mener une vie autonome et participer pleinement à la société.

- Téléphone : 418 522-1251
- Courriel : [accueil@cfph.org](mailto:accueil@cfph.org)
- Site Web : <http://www.cfph.org>

## CLUB SOCIAL DES HANDICAPÉS DE QUÉBEC

Offre des activités de loisir pour les personnes de plus de 18 ans de la grande ville de Québec vivant avec un handicap (physique, psychologique et/ou sensoriel).

- Téléphone : 418 688-9683
- Courriel : [louise.moisan47@outlook.com](mailto:louise.moisan47@outlook.com)

## COMITÉ D'ACTION DES PERSONNES VIVANT DES SITUATIONS DE HANDICAP (CAPVISH)

Le CAPVISH défend et promeut les droits et les intérêts des personnes ayant une déficience motrice en plus de sensibiliser la population et les instances décisionnelles aux besoins de ces personnes.

- Téléphone : 418 523-3065 poste 21 / Ligne BRAD : 418 523-3065 poste 21
- Courriel : [info@capvish.org](mailto:info@capvish.org)
- Site Web : <http://www.capvish.org>

## CORPORATION DES JEUNES HANDICAPÉS DE CHARLESBOURG

Offre différentes activités de loisir aux jeunes de 5 à 21 ans qui vivent avec un handicap physique ou intellectuel.

- Téléphone : 418 627-3897

## LA CROISÉE

Offre aux personnes handicapées physiques sur le plan moteur, sensoriel, organique, neurologique, ou présentant des troubles du langage et de la parole, des services spécialisés d'aide à l'insertion socioprofessionnelle ainsi que diverses activités.

- Téléphone : 418 529-6841
- Courriel : [reception@lacroise.ca](mailto:reception@lacroise.ca)
- Site Web : <http://www.lacroise.ca>

## FONDATION MIRA – CHIEN D'ASSISTANCE POUR PERSONNE AVEC HANDICAP MOTEUR

Depuis quelques années, un autre type de chien est entraîné pour venir en aide aux personnes handicapées ayant des limitations autres que visuelles. Il s'agit du chien d'assistance qui, comme le chien-guide, accompagne la personne handicapée.

- Téléphone : 450 795-3725
- Courriel : [info@mira.ca](mailto:info@mira.ca)
- Site Web : [www.mira.ca](http://www.mira.ca)

# L'INSTITUT DE RÉADAPTATION EN DÉFICIENCE PHYSIQUE DE QUÉBEC

L'Institut de réadaptation en déficience physique de Québec offre des services d'adaptation, de réadaptation et de soutien à l'intégration sociale aux personnes de tout âge ayant une déficience motrice, auditive, visuelle ou du langage. Pour connaître les différents points de service et la manière de les contacter selon le type de déficience, veuillez consulter le site Web.

- Téléphone : 418 529-9141 (siège social)
- Site Web : [www.irdpq.qc.ca](http://www.irdpq.qc.ca)

## KÉROUL

Kéroul est un organisme qui informe, représente, développe et fait la promotion du tourisme et de la culture accessibles. Être membre permet d'obtenir des rabais avantageux dans le cadre du tourisme accessible. Consultez le site Web afin de vous renseigner sur une diversité d'aspects concernant le tourisme accessible (tourisme hors-Québec, transport, associations, etc.) et de chercher des établissements adaptés ; le guide en ligne La Route Accessible est un guide touristique qui vous permet de planifier vos vacances au Québec.

- Téléphone : 514 252-3104
- Courriel : [infos@keroul.qc.ca](mailto:infos@keroul.qc.ca)
- Site Web : [www.keroul.qc.ca](http://www.keroul.qc.ca)

## LAURA LÉMERVEIL

Offre du soutien aux enfants vivant avec une déficience physique ou intellectuelle et à leur famille, du répit-gardiennage, des camps de jour spécialisés et des services complémentaires à ceux des écoles spécialisées.

- Téléphone : 418 462-3325
- Courriel : [administration@lauralervereil.ca](mailto:administration@lauralervereil.ca)
- Site Web : <http://www.lauralervereil.ca>

# OFFICE DES PERSONNES HANDICAPÉES DU QUÉBEC - DIRECTION DE L'INTERVENTION COLLECTIVE RÉGIONALE DE L'EST

L'Office des personnes handicapées offre aux citoyens des services de soutien, conseil et accompagnement qui regroupent l'ensemble des interventions requises pour fournir le soutien nécessaire aux personnes handicapées et à leur famille dans la recherche de solutions aux problèmes pouvant toucher toutes les sphères d'activité de la vie quotidienne (milieu de garde, scolaire, travail, etc.) ayant un impact sur leur intégration scolaire, professionnelle ou sociale.

- Téléphone : 1 800 567-1465
- Site Web : [www.ophq.gouv.qc.ca](http://www.ophq.gouv.qc.ca)

## PATRO ROC-AMADOUR

Centre communautaire offrant différentes activités contribuant au mieux-être des personnes de tous âges, toutes conditions physiques ou intellectuelles.

- Téléphone : 418 529-4996
- Courriel : [info@patro.roc-amadour.qc.ca](mailto:info@patro.roc-amadour.qc.ca)
- Site Web : <http://www.patro.roc-amadour.qc.ca>

## RÉSEAU INTERNATIONAL SUR LE PROCESSUS DE PRODUCTION DU HANDICAP (RIPPH)

Le RIPPH vise l'égalité des personnes ayant des incapacités par le biais du développement et de la diffusion des connaissances, contribuant à une société inclusive. Il a pour mission de sensibiliser aux besoins des personnes ayant des déficiences, des incapacités et vivant des situations de handicap par le biais de la promotion, de l'application et le développement du cadre conceptuel du Modèle de développement humain - Processus de production du handicap (MDH-PPH).

- Téléphone : 418-529-9141, poste 6202
- Courriel : [ripph@irdpq.qc.ca](mailto:ripph@irdpq.qc.ca)
- Site Web : <http://ripph.qc.ca>

## SERVICE AMICAL BASSE-VILLE

Aide amicale et aide domestique, visites à domicile, popote roulante, accompagnement-transport pour raisons médicales, etc.

- Téléphone : 418 529-9029
- Courriel : aines@serviceamical.com
- Site Web : <http://serviceamical.com>

## SERVICE D'AUTONOMISATION, D'INTÉGRATION ET DE RÉADAPTATION AUX ADULTES AYANT UN HANDICAP (SAIRAH)

Soutient l'intégration et l'autonomie des adultes ayant un handicap intellectuel ou physique par des apprentissages liés à la planification et à la réalisation d'activités.

- Téléphone : 418 990-7744
- Courriel : sairah\_inc@hotmail.com

## SERVICE DE TRANSPORT ADAPTÉ DE LA CAPITALE (STAC)

Une personne admise au transport adapté bénéficie d'un service de transport collectif de porte à porte fonctionnant sur réservation. Vous trouverez tous les formulaires nécessaires à la demande d'admission sur le site Web du RTC.

- Téléphone : 418 687-6327 option 6
- Courriel : [courriel@stacquebec.ca](mailto:courriel@stacquebec.ca)
- Site Web : [www.stacquebec.ca](http://www.stacquebec.ca)

## TRANSPORT ACCESSIBLE DU QUÉBEC

Service de transport adapté par taxi.

- Téléphone : 418 641-TAXI
- Courriel : [info@taq.qc.ca](mailto:info@taq.qc.ca)
- Site Web : <http://www.taq.qc.ca>



# TRANSPORT ADAPTÉ AUGER

Service de transport adapté par taxi et minibus.

- Téléphone : 418 833-2181 ou 1 800 530-5594
- Courriel : [auger@autobusauger.com](mailto:auger@autobusauger.com)
- Site Web : <http://autobusauger.com>

# DÉFICIENCES AUDITIVES

## ACOUPHÈNES QUÉBEC

Groupe d'entraide aux personnes ayant des acouphènes. Offre un service d'écoute téléphonique et des rencontres mensuelles d'entraide et d'information, organise des cours de relaxation et de gestion du stress, etc.

- Téléphone : 1 877 276-7772
- Courriel : [info@acouphenesquebec.org](mailto:info@acouphenesquebec.org)
- Site Web : <http://acouphenesquebec.org>

## ASSOCIATION DES IMPLANTÉS COCHLÉAIRES DU QUÉBEC

Défend et protège les acquis des personnes porteuses d'un implant cochléaire. L'association permet d'assurer un soutien aux enfants et aux adultes implantés de même qu'à leur famille.

- Téléphone : 418 623-7417
- Courriel : [aicq@bellnet.ca](mailto:aicq@bellnet.ca)
- Site Web : <http://www.aicq-implant.org>

## ASSOCIATION DES PERSONNES AVEC UNE DÉFICIENCE DE L'AUDITION

L'Association offre à ses membres de l'écoute, de l'accompagnement, de l'entraide, de l'information et de nombreuses activités afin de mieux les intégrer dans la société.

- Téléphone : 418 623-5080
- Courriel : [info@apda.ca](mailto:info@apda.ca)
- Site Web : <http://www.apda.ca>

## ASSOCIATION DES SOURDS DE QUÉBEC

Cette association veut briser l'isolement de ses membres en créant un portail d'information qui répertorie les activités et les soirées d'information de la communauté sourde de Québec.

- Téléphone : 418 614-0652
- Courriel : [asq1964@hotmail.com](mailto:asq1964@hotmail.com)
- Site Web : [sourdsquebec.com](http://sourdsquebec.com)

## ASSOCIATION DU QUÉBEC POUR ENFANTS AVEC PROBLÈMES AUDITIFS

L'Association soutient les enfants et leur famille via de l'information et des rencontres ; elle s'occupe également de sensibiliser le public et agit à titre de porte-parole des familles auprès des instances décisionnelles.

- Téléphone : 1 877 842-4006
- Courriel : [aqepa@aqepa.org](mailto:aqepa@aqepa.org)
- Site Web : [www.aqepa.org](http://www.aqepa.org)

## AUDIOTHÈQUE L'OREILLE QUI LIT

Rendre accessible la documentation écrite, informative, autant d'ordre générale que spécialisée, aux personnes ayant des limitations sévère à la lecture.

- Téléphone : 418-627-8882 ou 1 877-393-0103
- Courriel : [huguetteroussel@audiotheque.com](mailto:huguetteroussel@audiotheque.com)
- Site Web : <http://www.audiotheque.com>

## COMITÉ D'AIDE AUX FEMMES SOURDES DE QUÉBEC (CAFSQ)

Le Comité d'aide aux femmes sourdes de Québec est un centre femmes pour et par les femmes sourdes. Il travaille avec les femmes dans toutes les sphères de leur vie et leur offre des conférences, des formations, des cafés-rencontres, des rencontres individuelles, de la référence et des activités de loisirs.

- Téléphone : 418-626-9252 (voix) / 418-626-8691 (ATS)
- Courriel : [info@cafsg.org](mailto:info@cafsg.org)
- Site Web : <http://www.cafsg.org>

## FONDATION DES SOURDS DU QUÉBEC

La mission de la Fondation des sourds du Québec inc. est de venir en aide et d'agir avec les personnes sourdes dans leur développement personnel, professionnel et social.

- Téléphone : 1 800 463-5617
- Courriel : [information@fondationdessourds.net](mailto:information@fondationdessourds.net)
- Site Web : <http://www.fondationdessourds.net>

## SERVICE RÉGIONAL D'INTERPRÉTARIAT DE L'EST DU QUÉBEC (SRIEQ)

Service d'interprétation ou d'aide à la communication pour toute personne sourde, malentendante, ou personne sourde-aveugle devant entrer en contact avec des personnes entendantes et pour toute personne entendantante devant entrer en contact avec des personnes ayant une déficience auditive.

- Téléphone : 418 622-1037 (ATS-ATME) ou 1-800-268-1037
- Courriel : [srieq@bellnet.ca](mailto:srieq@bellnet.ca)
- Site Web : <http://www.srieq.ca>

## SIGNES D'ESPOIR

Organisme communautaire spécialisé en surdité qui offre des services de réadaptation, d'intégration sociale et un soutien psychosocial   des personnes avec ou sans handicap.

- Téléphone : 418-624-4752 ou Atelier : 418 624-6838
- Courriel : [centre@signesdespoir.org](mailto:centre@signesdespoir.org)
- Site Web : <http://www.signesdespoir.org>

# DÉFICIENCES VISUELLES

## ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES PARENTS D'ENFANTS HANDICAPÉS VISUELS

L'Association regroupe les parents d'enfants handicapés visuels et leur offre des services complémentaires aux services publics. Vous pouvez télécharger gratuitement de nombreux guides et dépliants d'information à l'adresse : <https://www.aqpehv.qc.ca/publications-aqpehv.php>

- Téléphone : 1 888 849-8729
- Courriel : [info@aqpehv.qc.ca](mailto:info@aqpehv.qc.ca)
- Site Web : [www.aqpehv.qc.ca](http://www.aqpehv.qc.ca)

## ASSOCIATION RÉCRÉ-ACTIVE DES HANDICAPÉS VISUELS

Favorise la participation et la rencontre des personnes non-voyantes ou semi-voyantes autour d'activités culturelles, éducatives, récréatives et sportives.

- Téléphone : 418 687-9965
- Courriel : [verovezina@videotron.ca](mailto:verovezina@videotron.ca)

## ASSOCIATION SPORTIVE DES AVEUGLES DU QUÉBEC

Huit sports sont accessibles aux personnes handicapées de la vue à travers l'ASAQ. Cette association peut aider les personnes à mieux s'intégrer dans une activité sportive et dans le cadre d'une compétition sportive.

- Téléphone : 514 252-3178
- Courriel : [infoasaq@sportsaveugles.qc.ca](mailto:infoasaq@sportsaveugles.qc.ca)
- Site Web : [www.sportsaveugles.qc.ca](http://www.sportsaveugles.qc.ca)

## CARREFOUR QUÉBÉCOIS DES PERSONNES AVEUGLES

Propose des activités de loisirs adaptées pour les personnes aveugles ou ayant un handicap visuel.

- Téléphone : 418 622-5314
- Courriel : [cqpa@sympatico.ca](mailto:cqpa@sympatico.ca)

## **CENTRE SOCIAL LOUIS BRAILLE**

Regroupement de personnes ayant un handicap visuel offrant des services de loisir.

- Téléphone : 418 522-1143

## **INCA**

INCA est un organisme de bienfaisance enregistré qui fournit un soutien communautaire, des renseignements et une représentation nationale aux Canadiens aveugles ou ayant une vision partielle. L'INCA offre également un service de bibliothèque pour le prêt de documents adaptés en anglais.

- Téléphone : 1 800 563-2642
- Site Web : [www.inca.ca](http://www.inca.ca)

## **REGROUPEMENT DES PERSONNES HANDICAPÉES VISUELLES DES RÉGIONS DE QUÉBEC ET CHAUDIÈRE-APPALACHES**

Le Regroupement fait la promotion et la défense des droits des personnes vivant avec une déficience visuelle, favorise leur intégration en organisant des activités et offre des services d'écoute, de soutien et d'accompagnement.

- Téléphone : 418 649-0333
- Courriel : [rphv@rphv0312.org](mailto:rphv@rphv0312.org)
- Site Web : [rphv0312.org](http://rphv0312.org)

## **SERVICE QUÉBÉCOIS DU LIVRE ADAPTÉ**

Le Service québécois du livre adapté (SQLA) est offert par Bibliothèque et Archives nationales du Québec (BAnQ) à tous les Québécois ayant une déficience perceptuelle. Il offre à ses usagers des collections en médias adaptés de langue française.

- Téléphone : 514 873-4454
- Site Web : [www.banq.qc.ca/sqla](http://www.banq.qc.ca/sqla)

# AUTRES DÉFICIENCES

## ASSOCIATION DES ARTHRITIQUES DE QUÉBEC

Cette association offre du soutien et de l'aide aux personnes atteintes d'arthrite par l'écoute, la référence et l'information.

- Téléphone : 418-648-1603
- Courriel : [arthritiquesquebec@gmail.com](mailto:arthritiquesquebec@gmail.com)
- Site Web : <http://associationarthritiquesquebec.weebly.com>

## ASSOCIATION DES PERSONNES INTÉRESSÉES À L'APHASIE ET À L'ACCIDENT VASCULAIRE CÉRÉBRAL

Cette association regroupe et soutient les personnes concernées par l'aphasie ou l'accident vasculaire cérébral, afin d'améliorer leur qualité de vie.

- Téléphone : 418-647-3684
- Courriel : [apia@bellnet.ca](mailto:apia@bellnet.ca)
- Site Web : <http://www.apia-avc.org>

## ASSOCIATION DES TRAUMATISÉS CRANIO-CÉRÉBRAUX DES DEUX RIVES

Regroupe et aide toutes les personnes concernées par le traumatisme craniocérébral (TCC) modéré ou grave. Offre des services visant à maintenir les acquis réalisés chez les personnes TCC suite à leur réadaptation. Favorise leur participation sociale en leur offrant un lieu d'échanges et d'entraide.

- Téléphone : 418 842-8421
- Courriel : [tcc2rives@oricom.ca](mailto:tcc2rives@oricom.ca)
- Site Web : <http://www.tcc2rives.qc.ca>

## DYSTROPHIE MUSCULAIRE CANADA

Soutient les personnes atteintes de dystrophie musculaire et leur famille, recueille des fonds, organise des activités d'action sociale et soutient les programmes destinés aux personnes qui ont une maladie neuromusculaire.

- Téléphone : 1 800 567-2236
- Courriel : [infoquebec@muscle.ca](mailto:infoquebec@muscle.ca)
- Site Web : <http://www.muscle.ca>

## LA FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE DES LARYNGECTOMISÉS

Fait connaître l'existence des personnes laryngectomisées et glossectomisées, identifie leurs besoins particuliers et promeut les services qui leur sont nécessaires.

- Téléphone : 418 622-5704
- Courriel : [alq@qc.aira.com](mailto:alq@qc.aira.com)
- Site Web : <http://www.fqlar.qc.ca>

## MOUVEMENT D'INFORMATION ET D'ENTRAIDE DANS LA LUTTE CONTRE LE VIH-SIDA À QUÉBEC

Éducation à la prévention, aide, maintien dans la communauté et soutien aux personnes ayant le VIH/sida et leurs proches.

- Téléphone : 418 649-1720
- Courriel : [miels@miels.org](mailto:miels@miels.org)
- Site Web : <http://www.miels.org>

## SOCIÉTÉ DE L'ARTHRITE - BUREAU DE L'EST DU QUÉBEC

La Société de l'arthrite contribue à l'orientation et au financement de la recherche sur l'arthrite, défend les droits des Canadiens atteints de cette maladie et leur offre des solutions pour améliorer leur qualité de vie.

- Téléphone : 418 692-0220
- Courriel : [info@qc.arthrite.ca](mailto:info@qc.arthrite.ca)
- Site Web : <http://arthrite.ca>