

# Changer de maison

Il y a plusieurs raisons de déménager. Par exemple, pour se sentir en sécurité, recevoir des soins ou avoir moins de responsabilités. Plusieurs options existent, selon les besoins. Le plus important est de choisir ce qui convient le mieux à sa situation, à son rythme.

## Logement différent

Vivre dans un logement différent est parfois une bonne solution. Il peut s'agir d'un logement plus petit, d'un immeuble avec ascenseur ou d'un appartement au rez-de-chaussée. Il est aussi possible d'habiter avec un ami ou un membre de la famille, ce qui permet de partager les tâches et les dépenses et de rester autonome plus longtemps.

Également, il est bon de savoir que l'Office municipal d'habitation de Montréal offre des options de logement pour les petits budgets.

Même en logement, du soutien est possible. Le CLSC ou des organismes communautaires offrent de l'aide pour certaines tâches du quotidien : cuisine, ménage, hygiène. Des crédits d'impôt peuvent contribuer à payer ces services.

### Ces options rendent le quotidien plus facile

- moins de ménage et d'entretien;
- moins de dépenses;
- plus de gens autour de soi.





## Résidence privée pour aînés (RPA)

Une résidence privée pour aînés (RPA) permet d'avoir son propre appartement. Selon le budget et l'évolution des besoins, on reçoit des services comme les repas, le ménage et des soins de santé. On peut participer à des activités et utiliser des services sur place. Des employés sont présents en tout temps pour offrir de l'aide.

### On peut penser à cette option si :

- c'est difficile de s'occuper de la maison;
- le budget permet de payer les frais.

### Cette option permet :

- d'avoir moins de responsabilités;
- de faire plus d'activités;
- de se sentir en sécurité;
- de recevoir des services.

Des allocations financières et des crédits d'impôt peuvent aider à payer certains services. Pour en savoir plus, on peut communiquer avec un conseiller en hébergement de Résidence Québec au 1 844 422-2555.



Quand rester à la maison en toute sécurité n'est plus possible, un professionnel du CLSC peut faire une évaluation de la situation et proposer des options adaptées : une ressource intermédiaire (RI) ou un Centre d'hébergement de soins de longue durée (CHSLD).

Le prix de l'hébergement est calculé selon les revenus et les besoins de chaque personne. Cela permet de payer un montant adapté à sa situation. Il est possible d'obtenir une estimation en visitant le site Web de la RAMQ ou en appelant au 1 800 561-9749.

## Ressource intermédiaire (RI)

Une ressource intermédiaire (RI) offre de l'aide au quotidien. On reçoit des repas et on vit dans une chambre ou un petit logement. Le personnel offre des soins adaptés aux besoins de la personne, qui peuvent changer avec le temps. Ce milieu accueille des gens qui ont souvent besoin d'aide, par exemple pour marcher, s'habiller, manger ou prendre leurs médicaments.





## Centre d'hébergement de soins de longue durée (CHSLD) et Maisons des aînés

Les CHSLD et les Maisons des aînés accueillent les personnes qui ne peuvent plus vivre seules et ont besoin de soins en tout temps. Du personnel formé est présent pour offrir les soins nécessaires. Des activités sont proposées selon les capacités de chacun. La présence des proches est importante et encouragée.

### On peut penser à cette option si :

- on n'est plus en sécurité à la maison, même avec de l'aide;
- on a de la difficulté à prendre soin de soi;
- la santé est fragile.

## Quand demander de l'aide

- Vous aimeriez déménager dans une résidence ou un hébergement.
- Vous ne vous sentez pas en sécurité à la maison.
- Vos proches sont inquiets pour vous.
- Vous ne pouvez plus rester seul à la maison, c'est dangereux.
- Vous souhaitez avoir accès à des crédits d'impôt ou à des allocations financières.

### Comment avoir de l'aide

- Conseiller en hébergement de Résidence Québec : 1 844 422-2555
- Guichet d'accès pour les personnes en perte d'autonomie : 514 255-2490
- CLSC
- Revenus Québec : 514 864-6299
- Services Québec : 514 644-4545
- Office municipal d'habitation de Montréal : 514 868-5588

Ressources et coordonnées : voir page 37