



ACCÉSSS

Alliance des communautés culturelles pour
l'égalité dans la santé et les services sociaux



Centre de recherche et d'expertise
en gérontologie sociale

Centre de santé et de services sociaux
Cavendish

Centre affilié universitaire

**Folleto para ancianos con
dependencia en aumento y sus
familiares, miembros de
comunidades étnicas**



¿Sufre Vd. de una incapacidad física?

¿Es Vd. una persona de edad que necesita asistencia y apoyo?

¿No le permite su estado de salud hacerse cargo de las tareas
domésticas en su casa?

¿Necesita Vd. ayuda para trasladarse de un cuarto a otro en
su casa, o para vestirse o bañarse?

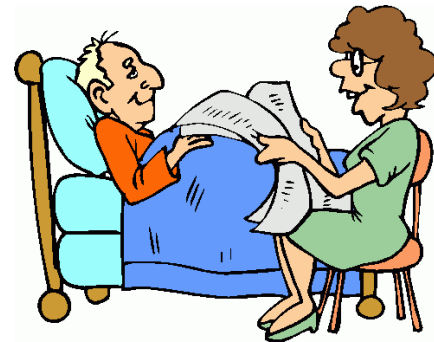
¿Tiene Vd. dificultad en trasladarse solo o sola fuera de su
domicilio?

¿Es Vd. un trabajador comunitario o trabajadora
comunitaria a quien le gustaría poder informar a
sus clientes sobre los servicios existentes?

¡Si es así, este folleto es su solución!

Si Vd. es residente permanente en términos de la ley de inmigración, hay muchos servicios disponibles a los que Vd. tiene derecho, ya sea inmigrante “independiente”, refugiado de la Convención o “patrocinado” (categoría de la familia). Si es residente permanente, Vd. tiene derecho a los mismos servicios que los nativos del Canadá. Si Vd. es un reclamante del estatus de refugiado, deberá entrar en contacto con el **Programa federal de salud interina (PFSI)** al número de teléfono **1 888 242-2100**.

N.B. Los servicios aquí enumerados son disponibles dependiendo de los recursos y la capacidad de las instituciones mencionadas.



Servicios disponibles a personas con incapacitaciones

Servicios en su propio domicilio

Su CLSC (o « Centro local de servicios comunitarios ») debe primero que nada conocer sus necesidades particulares. Uno de sus empleados vendrá a su domicilio para evaluarlas. Si su estado de salud lo requiere, se le asignará a un profesional que se hará cargo de su expediente (éste se conoce como el **administrador del expediente**). Él o ella se encargará de que Vd. reciba los servicios que Vd. necesita. Dependiendo de sus necesidades, su CLSC le puede ofrecer los siguientes servicios:

- **asistencia física en su propio domicilio** : un o una empleado o empleada puede ir a su propio domicilio para ayudarle con sus necesidades cotidianas : vestirse, bañarse y su higiene personal;
- **asistencia doméstica y diligencias** : Para ayudarle con el mantenimiento de su hogar o para ocuparse de sus mandados, cada día hay más y más CLSC's que firman acuerdos con organismos que le pueden ofrecer a Vd. servicios gratuitos o a bajos precios.

En lo que toca a los servicios de asistencia física en su domicilio, dichos servicios son generalmente sufragados en su totalidad por el CLSC. Si Vd. prefiere contratar a una persona en la que Vd. confía para ayudarle en sus tareas cotidianas o con su higiene personal, existe también el « **Programme d'allocation directe chèque-emploi service** ». Vd. puede informarse sobre éste, llamando a su CLSC local o conversando con el empleado o la empleada responsable de su expediente, si lo tuviese.

- **Tratamientos de enfermero(a)s en su propio domicilio** : Estos se ofrecen a las personas que requieren tratamientos que solamente pueden ser administrados por un enfermero(a) (medicinas, inyecciones, cambio de vendajes) ;
- **Consejos sobre cómo adaptar su domicilio y procurarse equipos especiales**: Un terapeuta ocupacional puede visitarle para sugerirle ciertas medidas para facilitar sus desplazamientos al interior de su casa y para reducir los riesgos (por ejemplo, cuando se bañe). Además, su CLSC puede prestarle ciertos equipos (por ejemplo, un andador).

Servicios para adaptar su domicilio a sus necesidades

- **adaptación de su domicilio** : Si Vd. es una persona que sufre incapacitaciones importantes, el **Programa de adaptación de domicilio** le ofrece asistencia financiera para ayudarle a sufragar el costo de las obras necesarias para modificar su domicilio para que sea más accesible y adaptado a sus necesidades. Su CLSC podrá indicarle cómo acceder a este programa.
- el programa **Logements adaptés pour aînés autonomes** (u "Hospedajes adaptados para ancianos autónomos") le puede beneficiar si Vd. tiene por lo menos 65 años de edad, y que sus ingresos son escasos, para modificar su domicilio para que le sea más fácil vivir y de trasladarse adentro de él. Para más información sobre uno u otro de estos programas de adaptación de domicilios, llame a la **Société d'habitation du Québec** al número de teléfono gratuito 1 800 463-4315. Su CLSC podrá también ayudarle en estos trámites.



Servicios que facilitan su transporte

- El Ministerio de transportes del Quebec ha creado un programa cuyo objetivo es **adaptar el transporte** para inválidos. Hay varios municipios que ofrecen servicios de transporte adaptado para personas con incapacitaciones motrices y/o intelectuales:

Société de transport de Montréal (STM) : 514-280-8211
 Société de transport de Laval (STL) : 450-662-5400
 CIT Laurentides : 450-433-4000
 Réseau de transport de Longueuil : 450-670-2992, option 3
 Société de transport de l'Outaouais (SIO) : 819-773-2222
 Réseau de transport de la Capitale (RTC) : 418-687-2641
 Société de transport de Rimouski : 418-723-5555
 Société de transport de Sherbrooke : 819-564-2687

Varias compañías de taxi tienen también vehículos adaptados a su incapacitación. Vd. puede obtener la lista de las compañías de su región que ofrecen dicho servicio llamando al Ministerio de transportes del Quebec al número de teléfono gratuito: **au 1 888 355-0511**. Además, varios organismos comunitarios ofrecen servicios de transporte adaptado a precios módicos. Vd. puede enterarse de los recursos que hay en su territorio llamando a su CLSC o a los organismos comunitarios de su región.

Servicios en las residencias adaptadas o institucionales (asilos)

Si Vd. ya no puede seguir viviendo más en su domicilio sin riesgo para su salud, hay varias soluciones posibles.

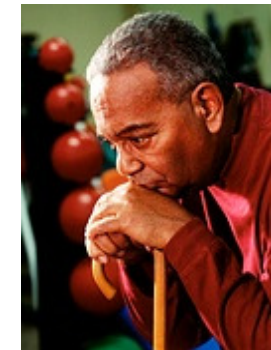
Los HLM (Habitations à loyer modique o «Apartamentos a precios módicos ») : Algunos de esos apartamentos están adaptados o se pueden adaptar a las personas incapacitadas. Vd. debe contar sólo con ingresos modestos para tener derecho a un HLM. Llame a la **Office municipal d'habitation** (u "Oficina municipal de vivienda").

Montréal : 514-872-6442
Laval : 450-688-0184
Rive-Sud : 450-670-2003

Recursos intermedios o residencias de asilo : Estos le permiten de vivir en un ambiente armonioso y tener acceso cercano a los servicios médicos, de enfermeros, de readaptación e inclusive a los servicios de empleados para sus necesidades personales (por ejemplo, de higiene, vestirse, etc.). Algunos son públicos y otros privados. La persona a cargo de su expediente en el CLSC podrá orientarle para escoger la residencia que mejor a Vd. le convenga.

Centre d'hébergement et soins de longue durée (CHSLD) : Si sus necesidades de asistencia cotidianas son considerables (o sea, más de tres horas al día), Vd. pudiera tener derecho a ingresar a un **Centre d'hébergement et de soins de longue durée (CHSLD)** (o « Centro de hospedaje y de tratamientos perpetuos ») que es un sitio especialmente diseñado para ofrecer servicios a las personas que tienen de incapacitaciones muy importantes, ye que ya no pueden seguir viviendo en su propio domicilio sin riesgo a su salud. Los servicios médicos, de readaptación y de seguimiento son gratuitos. Sin

embargo, Vd. debe asumir los costos de ciertos servicios tales como las comidas, la limpieza y mantenimiento domésticos, el lavado de ropa y demás servicio generales (excepto los tratamientos médicos y de enfermeros). El costo total de su hospedaje se calcula en base a sus ingresos. Si Vd. es un inmigrante patrocinado que no cuenta con ningún ingreso propio, su guardián (o patrocinador) estará obligado a pagar un monto calculado a partir de los ingresos de este último.



Servicios disponibles para los auxiliares

Si Vd. es un auxiliar de un inválido, hay en algunos CLSC's grupos de intercambio y servicios de reposo. Alguien puede reemplazarle durante varias horas en sus tareas de auxiliar de la persona que Vd. ayuda. Puede también ser posible dejar al anciano en un centro social donde éste puede participar en actividades y reunirse con otros de su misma edad. Hay también centros de hospedaje que acogen a ciertos pacientes a corto plazo. Dichos servicios no son iguales en todos los CLSC's, por lo cual deberá llamar a su CLSC local para verificar cuáles los recursos disponibles.

La  para acceder a los servicios: su CLSC

Su CLSC es la puerta principal para obtener servicios, a corto o a largo plazo, ya sean médicos o paramédicos. Si Vd. tiene necesidad de ayuda a causa de una incapacidad, es primero que nada a su CLSC a donde debe acudir.

Los profesionales del CLSC

Varios profesionales trabajan en el CLSC; y su objetivo es el de afianzar su salud, comodidad y bienestar, cualquiera que sea su condición.

Cuando Vd. llama al CLSC o al número general de **Info-Santé 8-1-1**, se le refiere a un profesional para determinar la naturaleza de su incapacidad. Si su situación es compleja, ese profesional jugará un papel de **interventor-pivote** o de **administrador de expediente**, lo que significa que él o ella le orientará hacia el servicio y los profesionales que Vd. necesite. Toda solicitud de servicio o de hospedaje deberá hacerse también al mismo individuo.

En cuanto a los **servicios en su propio domicilio**, varios tipos de empleado pueden ofrecerle servicios según sus necesidades.

El auxiliar familiar (o auxiliar de servicios de salud y sociales) le da tratamientos de higiene básica y puede también encargarse de varias tareas domésticas, tales como la preparación de comidas, la compra de víveres, y la limpieza y mantenimiento domésticos, tareas que hace sólo o conjunto con Vd. El auxiliar familiar es pues un aliado valioso que Vd. tendrá siempre.

El enfermero o la enfermera es responsable de sus tratamientos físicos (inyecciones, cambio de vendajes, toma de la presión, etc.)

Hay otros profesionales que pueden ayudarle, dependiendo de su condición. Algunos de ellos pueden ir a ayudarle a su domicilio si fuese necesario.

El médico evalúa su estado de salud, decide qué tipo de tratamientos le conviene y aconseja al equipo de readaptación para asegurar su bienestar en caso de incapacidad.

El trabajador o la trabajadora social se encarga de que Vd. se beneficie al máximo de su ambiente familiar y social. Además, le ayuda a encontrar el auxilio que su situación requiere. A menudo, será su contacto principal en el CLSC.

El terapeuta ocupacional le ayuda a ejecutar más eficazmente actividades cotidianas, indicándole qué modificaciones o transformaciones hacer a su domicilio para ayudarle a llevar a cabo sus actividades normales o para reforzar su seguridad. Puede también proveerle equipos tales como un andador, una silla de ruedas, etc.

El fisioterapeuta le ayuda a recuperarse físicamente mediante tratamientos que aumentarán su fortaleza, su flexibilidad, su movilidad y su resistencia.

El ortofonista le da tratamientos si Vd. tiene dificultad en oír, hablar, leer o escribir.

El nutricionista le ayudará a alimentarse bien, proponiéndole una dieta que responda a sus necesidades y a su condición.

El sicólogo se encarga de su estado mental cuando éste tiene impacto sobre su readaptación.

Hay varios programas disponibles para ayudarle a Vd. a vivir en su casa. Dichos programas pueden cubrir sus necesidades en lo que toca a los equipos médicos, los aparatos técnicos (tales como barras de sostén para bañaderas o un levantador), las prótesis y las órtesis, los audífonos y lentes especiales, los aparatos para ayudarle a desplazarse (por ejemplo: un bastón, una silla de ruedas) y muchos más tipos de incapacitación. Vd. puede obtener información adicional en el mismo CLSC que evaluará sus necesidades particulares.



Los servicios de readaptación

Según su condición, puede que Vd. necesite servicios de readaptación para ayudarle a caminar de nuevo, a mover ciertos miembros, a expresarse o a oír mejor. Las **clínicas ambulatorias** y los **centros de readaptación** le ofrecen servicios especializados según los tipos de incapacitación. Además de los tratamientos dados por profesionales, tales como los fisioterapeutas, los terapeutas ocupacionales y los ortofonistas, los **centros de readaptación** pueden ofrecerle equipos especializados para ayudarle a funcionar mejor. Puede que se trate de sillas de ruedas, aparatos auditivos y mucho más. Su médico determinará el tipo de servicio que el centro de readaptación le puede ofrecer.

He aquí algunos ejemplos de centros existentes. Por lo general, Vd. debe ser referido por su CLSC, su médico por el hospital para recibir estos servicios. Varias regiones ofrecen servicios de readaptación; y hay muchos centros de readaptación. Los que ofrecemos en esta lista son sólo una pequeña selección.

El Instituto de readaptación de Montréal (IRM) es un tipo de hospital público que ofrece servicios a corto plazo a personas que han sufrido episodios de trauma vascular cerebral o accidentes, para ayudarles a recuperar o a aumentar su movilidad. Se le puede contactar al 514-340-2085.

El Instituto de readaptación de deficiencia física de Québec (IRD PQ) es un instituto universitario situado en la ciudad de Québec que ofrece servicios de adaptación, de readaptación, de apoyo a la reintegración social, de acompañamiento y de apoyo a la familia del inválido. Esos servicios se ofrecen a personas de cualquier edad que tengan deficiencias, ya sean auditivas, motrices, neurológicas, visuales, del habla o de la pronunciación. Su número de teléfono es el 1-418-529-9141.

Los **centros de readaptación de deficiencias intelectuales** (CRDI) ofrecen servicios a personas que sufren alguna deficiencia intelectual (DI) o de un desequilibrio neurológico que se conoce como 'Síndrome de Desarrollo Invasivo' (TED). Hay varios centros en toda la provincia; y Vd. será referido al de su región por su CLSC o por su médico si fuese necesario.

El **Centro Constance-Lethbridge** es un centro de readaptación para inválidos o para víctimas de un accidente cerebro-vascular, de afasia o de dolores crónicos. Vd. puede entrar en contacto con este centro llamando al número de teléfono 514-487-1770.

La **Asociación montrealense para ciegos** ofrece muchos programas de readaptación a personas que sufren **la pérdida parcial o total de la vista**. Esta ofrece servicios en Francés, y también a las personas angloparlantes o cuya lengua materna no es el Francés. Vd. puede entrar en contacto con dicha asociación llamando al número de teléfono 514-489-8201, extensión 1067.

El **Instituto Nazareth y Louis-Braille** ofrece servicios similares, y puede llamarles gratuitamente al 1-800-361-7063.

El **Instituto Raymond-Dewar** es un centro de readaptación especializado en **problemas auditivos y de comunicación**. Vd. puede llamarles al 514-284-2214, extensión 3600 (voz) o al 514-284-3747 (ATS).

El **Centro Lucie Bruneau** ofrece servicios de readaptación a personas con **incapacitación física** y puede contactarles al 514-527-4527.

Otros recursos

He aquí otros recursos que están a su disposición para obtener más información acerca de su incapacitación o la de un familiar.

Office des personnes handicapées (u Oficina de las personas inválidas): ofrece un servicio de referencia y de acompañamiento en varias regiones de Quebec : **1 888 873-3905**

La Asociación multiétnica para la integración de las personas incapacitadas : ofrece servicios de apoyo y de referencia a personas de diversos orígenes, de todas las edades y todo género de incapacitaciones : **514-272-0680**

La ligne référence-aînés (o Línea telefónica de referencia para ancianos): un servicio informativo para ancianos – ¡con recepcionistas de carne y hueso!: **(514) 527-0007**

¿Y... qué de la violencia?

Está claro que la violencia, sea verbal, física, psicológica o económica, es inaceptable, no importa cuál sea su edad o su condición. Si Vd. es víctima de violencia y su estado es grave y requiere auxilio inmediato, no vacile en llamar al **9-1-1**.

Vd. puede también apelar a la Comisión de los derechos de la persona y de los derechos de la juventud (CDPDJ) para entablar un pleito formal si considera que es víctima de abuso, al **514-873-5146**, o también gratuitamente al **1-800-361-6477**.

Para más información sobre las características del abuso, Vd. puede llamar a **Tél-Aînés** al **514-353-2462**.

Además, Vd. puede llamar a la línea confidencial **Info-Abus** al **514-489-2287** o gratuitamente al **1-888-489-2287**.

Para más información, sírvase contactar a...

