

## Offre de services individuels

### Physiothérapie

Suivi en vue d'un maintien et/ou la récupération des capacités physiques nécessaires à l'accomplissement des activités quotidiennes. Évaluation des capacités physiques, traiter et intervenir au niveau du soulagement de la douleur, de la marche, de la posture, des transferts et de la prévention des chutes à domicile.

### Éducation spécialisée

Suivi auprès des familles d'utilisateurs pour l'intégration d'un plan d'action dans leur milieu de vie naturel, analyser les besoins occupationnels des utilisateurs avec troubles cognitifs. Possibilités de prêts de matériel occupationnel à domicile.

### Suivi psychosocial

Interventions à court terme visant à approfondir un besoin individuel

### Soins infirmiers

Suivi visant la prévention des maladies et la qualité de vie des personnes. Interventions au niveau de l'hygiène personnelle, l'hydratation, l'élimination, le sommeil, etc.

Possible suivi de la tension artérielle, du poids et de l'alimentation au besoin.

## Transport

*Si une personne répond aux critères d'admissibilité du transport adapté municipal, un intervenant du Centre de jour pourra l'aider à compléter la demande.*

*Si elle n'est pas admissible, elle peut être transportée par des conducteurs du Centre d'action bénévole ou par un proche. Pour de plus amples informations, vous devez communiquer directement avec ces organismes*

### **Transport adapté des Moulins :**

**450.964-1098**

*Gratuit pour les 65 ans et plus.*

### **Centre d'action bénévole des Moulins :**

**450.964.9898**

## **CENTRE DE JOUR JOSEPH-ALFRED- DUCHESNEAU**

### **COORDONNÉES**

**4300, rue Angora  
Terrebonne (Québec)  
J6X 4P1**

**Téléphone : (450) 471-7035**

**Télécopieur : (450) 471-5885**



## **OFFRE DE SERVICES**

## **CENTRE DE JOUR**

**JOSEPH-ALFRED-  
DUCHESNEAU**

**MRC Les Moulins**

**Mise à jour mars  
2026**

## Mission

Faisant partie des programmes de maintien à domicile, le Centre de jour offre des services de répit, des groupes et des activités de jour, de nature préventive, thérapeutique et de réadaptation.

## Clientèle

La clientèle fréquentant le Centre de jour est âgée ou adulte; elle présente une perte d'autonomie pouvant compromettre son maintien à domicile.

Elle peut aussi être en attente d'hébergement ou être un proche-aidant.

La cliente est référée par le CLSC, un médecin de famille, un hôpital de courte durée, un centre de réadaptation ou une ressource communautaire.

## Objectifs

- Viser la récupération et le maintien de l'autonomie fonctionnelle des personnes âgées.
- Tenter de réduire l'impact du vieillissement et ainsi prolonger le maintien au sein du milieu de vie naturel, le plus longtemps possible.
- Offrir un programme de répit de jour en soutien aux aidants naturels.
- Outiller les proches aidants dans leur rôle

## Philosophie

Nous travaillons en étroite collaboration avec l'utilisateur, ses proches et les ressources du milieu dont le soutien à domicile, les organismes communautaires, les autres établissements du réseau, les professionnels de la santé, les bénévoles et la communauté.

L'utilisateur doit démontrer de l'intérêt et doit s'impliquer dans son plan d'intervention tout au long de son séjour.

## Groupe répit

Ce groupe s'adresse à des usagers vivant à domicile atteint d'un déficit cognitif modéré à sévère, dont le maintien à domicile est compromis en raison soit d'un épuisement de l'aidant ou d'un manque de stimulation physique ou cognitive.

### Lundi au vendredi

#### De 9h30 à 15h00

**9 h 30 à 10 h 30 :** Accueil des usagers

**10 h 30 à 12 h 00 :** Activité animée

**12 h 00 à 13 h 00 :** Dîner

**13 h 00 à 13 h 45** Activité animée

**13 h 45 à 14 h 30 :** Activité animée

**14 h 30 à 15 h 00 :** Départ des usagers

(Exemple d'activité : Exercices, musicothérapie, stimulation cognitive, occupationnel, etc.)

**Coût de la journée : 7,50 \$**

## Groupe maintien/stimulation :

### Vendredi 9h30 à 15h00

Ce groupe s'adresse à des usagers en perte d'autonomie, avec légères ou sans atteintes cognitives, ayant besoin d'être stimulés et outillés en vue de maintenir leurs capacités. Peut également offrir un répit aux aidants.

**Coût de la journée : 7,50 \$**

## Groupe proches-aidants: Parenthèse pour vous

Ce groupe s'adresse aux proches-aidants et vise à permettre aux participants de trouver des outils pour les aider à cheminer, au jour le jour dans leur rôle d'aidant, et ce, afin qu'ils puissent garder la tête hors de l'eau.

**5 séances de 1h30**

## Offre de services maintien des capacités

**Durée : 10 semaines, 1h30 par séance**

**7 à 12 personnes**

**Déroulement:** Tous les groupes comprennent une période d'exercices adaptés d'environ 1h suivi d'une capsule informative diverse d'un professionnel du centre.

### **Groupe renforcement/équilibre**

Ce groupe s'adresse à une clientèle ambulante, présentant une difficulté au niveau de la marche et/ou de l'équilibre debout associée à une faiblesse des membres inférieurs

### **Groupe reconditionnement**

Ce groupe s'adresse à une clientèle présentant un déconditionnement physique lié à la maladie ou à une hospitalisation récente.

### **Groupe maladies neurodégénératives**

Client avec diagnostic de maladie neurodégénérative, présentant le besoin d'être outillés pour mieux vivre avec la maladie.

### **Groupe arthrite/arthrose**

Ce groupe s'adresse à une clientèle présentant des douleurs rachidiennes chroniques et vise à favoriser leur autonomie en les sensibilisant à l'importance de la pratique d'exercices physiques réguliers et par une meilleure compréhension de leur condition.

### **Groupe La vie après un AVC**

Usagers ayant fait un AVC et présentant le besoin d'être outillés pour mieux vivre avec leur condition.

**\*Les groupes débutent selon le nombre de références**