



Guide des programmes et services pour les aînés en Ontario

ontario.ca/GuidePourLesAines

Automne 2022

Le présent guide est tenu à jour par le ministère des Services aux aînés et de l'Accessibilité. Tous les URL et numéros de téléphone fournis dans ce document étaient exacts et actifs avant la publication du guide. Ce document fait périodiquement l'objet d'une mise à jour, mais pour les renseignements les plus récents, veuillez vous reporter à la [version en ligne de ce guide](#).

Renseignez-vous sur la façon dont le ministère aide les aînés et les personnes handicapées à demeurer autonomes et actifs et à maintenir leurs liens sociaux en consultant notre [site Web](#). Pour de plus amples renseignements, vous pouvez communiquer avec nous des façons suivantes:

- [Courriel](#)
- [Formulaire de contact](#)
- Sans frais : [1 888 910-1999](#)
- ATS sans frais : [1 800 387-5559](#)
- [Facebook](#)
- [Twitter](#)
- [LinkedIn](#)

[Répondez à un court sondage](#) pour nous aider à améliorer le guide.

L'Ontario s'engage à offrir des services à la clientèle accessibles. Sur demande, nous pouvons fournir des formats accessibles et des aides à la communication. Pour les demandes concernant les supports de substitution, veuillez communiquer avec [ServiceOntario](#) :

- Téléphone: 1 800 668-9938
- ATS: 1 800 268-7095
- [Par courriel](#)

[Consultez notre Politique d'accessibilité pour les services à la clientèle.](#)

This document is available in English

ISBN 978-1-4868-6190-3 (PDF)

ISBN 978-1-4868-6188-0 (IMPRIMÉ)

ISBN 978-1-4868-6189-7 (HTML)

© Imprimeur du Roi pour l'Ontario, 2022

Table des matières

À propos du guide	6
Contenu du guide.....	6
Information et soutien pendant la pandémie de COVID-19	9
Transport accessible pour la vaccination.....	9
Programme ontarien de soutien communautaire.....	10
Aide financière.....	10
Comment prendre rendez-vous pour se faire vacciner contre la COVID-19 ..	11
Renseignements sur les tests de dépistage de la COVID-19.....	11
Mises à jour sur la COVID-19.....	12
Vie active	13
Activités communautaires.....	13
Sport et loisirs.....	15
Rester actif et en bonne santé.....	15
Voyages.....	17
Bénévolat.....	19
Hommage à la contribution des personnes âgées.....	22
Services aux nouveaux arrivants.....	24
Pour les aînés francophones.....	26
Pour les aînés autochtones.....	26
Pour les aînés de la communauté bispirituelle, lesbienne, gaie, bisexuelle, transgenre, queer, intersexe et asexuelle (2SLGBTQIA+)	27
Pour les anciens combattants.....	28
Emploi et éducation	29
Emploi.....	29
Éducation permanente.....	31
Prestation de soins	33
Crédits d'impôt pour les aidants.....	34
Soins à domicile.....	34
Prestations d'emploi.....	35
Finances	38
Impôts.....	38
Régimes de retraite et autres prestations.....	42
Planification financière.....	47
Aide financière.....	49
Pour les anciens combattants.....	50
Santé et bien-être	53
Renseignements généraux.....	53
Santé publique.....	57
Régime d'assurance-santé de l'Ontario (Assurance-santé).....	62

Programme de médicaments de l'Ontario (PMO)	67
Soins dentaires	71
Programme d'appareils et accessoires fonctionnels.....	72
Services d'ambulance	73
Provincial Geriatrics Leadership Ontario.....	74
Santé mentale et dépendances.....	75
Prévention des chutes.....	79
Nutrition.....	80
Programme de counseling en soins auditifs	81
MedicAlert® Sécu-Retour ^{MD}	81
Trouvez votre chemin ^{MD}	82
Pour les aînés autochtones.....	82
Pour les aînés de la communauté bispirituelle, lesbienne, gaie, bisexuelle, transgenre, queer, intersexe et asexuelle (2SLGBTQIA+)	87
Pour les anciens combattants	88
Services à domicile et en milieu communautaire.....	89
Services de soutien à domicile et en milieu communautaire	89
Comment accéder aux services.....	90
Options de logement	91
Services de professionnels de la santé.....	91
Services de soutien à la personne.....	92
Services d'aide familiale	93
Services communautaires de soutien.....	93
Services aux personnes autochtones	95
Services de relève.....	96
Services en fin de vie	96
Autres services de soutien.....	97
Logement	99
Logements adaptés	99
Programmes d'aide financière.....	99
Options de logement	101
Choix de logement pour les aînés à faible revenu.....	104
Aide au loyer d'urgence	107
Taux légal d'augmentation des loyers	107
Relations entre locateurs et locataires	108
Pour les aînés autochtones.....	109
Foyers de soins de longue durée	110
Sécurité et protection	116
Protection du consommateur de l'Ontario.....	116
Services d'urgence et sécurité publique	122
Questions juridiques.....	127
Répondre à vos besoins juridiques	127
Service de référence du Barreau.....	127

Aide juridique Ontario.....	127
Advocacy Centre for the Elderly (ACE).....	128
Éducation juridique communautaire en Ontario (CLEO).....	128
Clinique juridique ARCH Disability Law Centre.....	129
Clinique juridique HIV and AIDS Legal Clinic Ontario (HALCO).....	129
Code des droits de la personne de l'Ontario.....	129
Bureau du tuteur et curateur public.....	130
Procuration.....	130
Planification préalable des soins.....	132
Don d'organes et de tissus.....	133
Décès.....	134
Bereaved Families of Ontario.....	135
Testaments et successions.....	135
Décès à l'extérieur du pays.....	136
Enregistrement et certificat de décès.....	136
Régimes de retraite et prestations.....	137
Impôts sur le revenu.....	138
Institutions financières et cartes de crédit.....	138
Cartes et registres du gouvernement.....	139
Véhicules.....	140
Biens.....	140
Clubs, organisations, services et associations professionnelles.....	141
Pour les anciens combattants.....	141
Transport.....	142
Conduite automobile.....	142
Solutions de rechange à la conduite automobile.....	144
Achat et vente de véhicules.....	146
Transport en commun.....	146
Pour les anciens combattants.....	147
Renseignements destinés aux organismes servant les aînés.....	148
Subventions et possibilités de financement.....	148
Séminaires.....	149
Le Comité de liaison pour les services aux aînés.....	152
Ressources importantes.....	153
Gouvernement de l'Ontario.....	153
Gouvernement du Canada.....	155
Administration locale.....	155
Sécurité communautaire.....	156
Pièces d'identité du gouvernement de l'Ontario.....	157
Carte-photo de l'Ontario.....	157
Permis de conduire.....	157
Carte Santé.....	158
Effectuer un changement d'adresse.....	158

À propos du guide

Ce guide se veut une ressource sur les programmes et les services mis à la disposition des aînés de l'Ontario pour les aider à rester en santé et en sécurité, actifs et engagés.

Cette version remplace le précédent *Guide des programmes et des services aux aînés* et contient des renseignements actualisés sur les programmes et les services offerts aux aînés, à leurs aidants et aux organismes qui leur apportent un soutien.

Ce document fait périodiquement l'objet d'une mise à jour, mais pour les renseignements les plus récents, veuillez vous reporter à la version en ligne de ce guide à l'adresse ontario.ca/GuidePourLesAines, que vous pouvez imprimer sur votre imprimante à la maison, en entier ou uniquement les sections dont vous avez besoin.

Contenu du guide

Ce guide contient de l'information sur ce qui suit :

[Information et soutien relatifs à la COVID-19](#)

Apprenez-en plus sur les moyens de vous faire vacciner et sur les mesures communautaires de soutien disponibles pour rester en sécurité.

[Rester actif et engagé](#)

Trouvez des programmes sociaux, culturels et récréatifs pour vous aider à maintenir des liens et à rester en bonne santé physique et mentale.

[Emploi et éducation](#)

Découvrez des possibilités d'emploi et d'apprentissage tout au long de la vie.

[Pour les familles et les aidants](#)

Trouvez de l'information si vous prenez soin d'un proche ou si une autre personne s'occupe d'un proche.

[Gérer vos finances](#)

Découvrez les crédits d'impôt, les prestations et les pensions de l'État à votre disposition.

[Rester en bonne santé](#)

Renseignez-vous sur les moyens de rester en bonne santé et d'obtenir le remboursement de médicaments d'ordonnance, d'appareils et d'accessoires fonctionnels, de soins dentaires, et plus encore.

[Services à domicile et en milieu communautaire](#)

Découvrez le large éventail de services de soutien qui peuvent être disponibles chez vous et dans votre communauté.

[Options de logement](#)

Trouvez des programmes qui vous permettent de rester dans votre domicile actuel ou les types de logements et établissements de soins qui existent au sein de votre collectivité.

[Demeurer en sécurité](#)

Apprenez-en plus sur les escroqueries fréquentes et les moyens de vous protéger en tant que consommatrice ou consommateur. Trouvez de l'information sur la maltraitance envers les aînés et la préparation aux situations d'urgence.

[Questions juridiques](#)

Renseignez-vous sur les procurations, le Bureau du tuteur et curateur public et la façon de trouver des services juridiques.

[Décès](#)

Trouvez des renseignements sur les testaments et les successions, l'enregistrement des décès et plus encore.

[Transport et conduite](#)

Obtenez de l'information sur les services de transport, les permis de stationnement accessible et les permis de conduire, y compris des renseignements pour les conducteurs de 80 ans ou plus.

[Pour les organismes d'aînés](#)

Découvrez les programmes de subventions et les séminaires disponibles pour les organismes qui servent les aînés.

[Ressources importantes](#)

Consultez les coordonnées des gouvernements local, provincial et fédéral.

[Obtenir ou renouveler vos pièces d'identité du gouvernement de l'Ontario](#)

Découvrez comment obtenir et renouveler vos pièces d'identité, par exemple la carte-photo de l'Ontario, le permis de conduire, la carte Santé et plus encore par l'entremise de ServiceOntario.

Information et soutien pendant la pandémie de COVID-19

Transport accessible pour la vaccination

Si vous êtes une personne handicapée ou un aîné à mobilité réduite, vous pourriez obtenir de l'aide pour vous rendre à un site de vaccination afin de recevoir votre vaccin contre la COVID-19.

Vous êtes admissible à ce programme si :

- vous avez un rendez-vous pour recevoir le vaccin contre la COVID-19 à la date à laquelle vous demandez le transport;
- vous êtes une personne handicapée au sens de la [*Loi de 2005 sur l'accessibilité pour les personnes handicapées de l'Ontario*](#), ce qui comprend toute incapacité physique, une déficience mentale ou un trouble du développement, une difficulté d'apprentissage, un problème de mobilité, une déficience visuelle ou une déficience auditive.

Consultez le site Web [Programme de transport accessible pour la vaccination](#) pour en savoir plus.

Si vous ne pouvez pas demander ce service à l'aide d'Internet ou si vous avez besoin d'un service dans une langue autre que l'anglais ou le français, composez l'un des numéros suivants :

- [2-1-1](#) depuis n'importe quel téléphone
- Sans frais : [1 877 330-3213](#)
- Sans frais ATS : [1 888 340-1001](#)

Programme ontarien de soutien communautaire

Si vous êtes un aîné à faible revenu ou une personne handicapée dans le besoin, par exemple si vous habitez dans un logement avec services de soutien ou participez à un programme communautaire d'aide à la vie autonome, vous pouvez obtenir :

- la livraison de repas payée ou subventionnée;
- la livraison de médicaments et d'autres articles de première nécessité.

[Pour obtenir de l'aide, consultez la page Recherche de soutien communautaire durant la COVID-19.](#)

Si vous ne pouvez pas demander ce service à l'aide d'Internet ou si vous avez besoin d'un service dans une langue autre que l'anglais ou le français, composez l'un des numéros suivants :

- [2-1-1](#) depuis n'importe quel téléphone
- Sans frais : [1 877 330-3213](#)
- Sans frais ATS : [1 888 340-1001](#)

Aide financière

Découvrez le [soutien financier](#) disponible en plus de l'assurance-emploi et d'autres mesures de soutien proposées par le gouvernement fédéral dans le cadre du [Plan d'intervention économique pour répondre à la COVID-19](#) pendant la crise sanitaire.

- [Aide financière pour vos besoins de base](#)
- [Changements aux processus de location](#)
- [Aide pour les factures d'électricité](#)

Comment prendre rendez-vous pour se faire vacciner contre la COVID-19

Vous pouvez utiliser le [système provincial de prise de rendez-vous](#). Pour ce faire, vous aurez besoin de ce qui suit :

- une **carte Santé verte avec photo (Assurance-santé de l'Ontario)** (les numéros au recto et au verso de la carte sont nécessaires; les cartes expirées seront acceptées);
- une **adresse courriel ou un numéro de téléphone pour prendre votre rendez-vous** (vous pouvez utiliser ceux de la personne qui vous aide à prendre un rendez-vous si vous n'en avez pas);
- un **navigateur Internet moderne** (le système n'est pas compatible avec Internet Explorer 11 ou toute autre version antérieure).

Pour [obtenir de l'aide pour prendre un rendez-vous, télécharger votre preuve de vaccination ou avoir plus de renseignements sur les vaccins](#), communiquez avec :

- l'InfoCentre provincial pour la vaccination au [numéro sans frais : 1 833 943-3900](#) ou au numéro ATS sans frais : [1 866 797-0007](#) (ATS pour les personnes sourdes, malentendantes ou ayant des troubles de l'élocution), accessible de 8 h à 20 h HNE, sept jours sur sept, dans plus de 300 langues.

Renseignements sur les tests de dépistage de la COVID-19

Ce que vous devez savoir avant, pendant et après un test dans un centre d'évaluation, une pharmacie ou un laboratoire communautaire. [En savoir plus](#).

- [Trouver un centre de dépistage](#)
- [Accéder aux résultats du test de diagnostic de la COVID-19](#)

Mises à jour sur la COVID-19

[Santé publique Ontario](#) donne des conseils scientifiques et techniques au ministère de la Santé, aux bureaux de santé publique locaux et aux autres partenaires du système de santé pour soutenir les efforts de lutte contre la COVID-19.

Vie active

Activités communautaires

Il existe de nombreuses façons de s'informer sur les activités culturelles, récréatives et sociales organisées au sein de votre collectivité.

Vous pouvez commencer par communiquer avec les organismes de votre localité :

- [Centres communautaires](#) et [centres pour personnes âgées](#);
- Associations d'entraide (p.ex., [YMCA](#), [Club Rotary](#), [Club Lion](#) ou [Légion royale canadienne](#));
- Centres culturels;
- Lieux de culte;
- Service des loisirs et [parcs](#).

211 Ontario

Obtenez de l'[information](#) sur les services communautaires, gouvernementaux, sociaux et de santé des quatre coins de l'Ontario, notamment des [ressources en santé mentale](#).

- Composez le [2-1-1](#)
- [Sans frais : 1 877 330-3213](#)
- [Sans frais ATS : 1 844 483-9835](#)

Cliquez sur la loupe en haut à droite et utilisez la [fonction de recherche du site](#) pour trouver des centres culturels, des lieux de culte et d'autres organisations près de chez vous.

Bibliothèques publiques

Le vaste réseau ontarien de bibliothèques publiques et de services de bibliothèque pour les Premières Nations assure la prestation de nombreux services aux aînés et à leur famille dans un milieu accueillant, accessible et agréable. En plus du prêt de livres et

d'autres documents, les bibliothèques proposent un accès à Internet et de la formation sur son fonctionnement, des documents de référence ainsi que des ateliers.

[Service des bibliothèques de l'Ontario](#) (en anglais seulement)
[Sans frais : 1 800 387-5765](#)

Centres de vie active pour personnes âgées

Les centres de vie active pour personnes âgées offrent des programmes sociaux, culturels, récréatifs et d'apprentissage destinés aux aînés. En faisant la promotion du mieux-être, des liens sociaux et de l'éducation, ces programmes contribuent à réduire l'isolement social et permettent aux aînés de rester actifs, autonomes et engagés.

Il existe près de 300 programmes établis dans l'ensemble de la province. Chaque centre propose différents programmes pour répondre aux besoins uniques des résidents locaux, notamment :

- Programmes artistiques et culturels;
- Clubs de lecture;
- Centres et cours de remise en forme;
- Services de santé et de bien-être;
- Cours d'éducation permanente;
- Groupes sociaux multiculturels;
- Activités de loisirs et récréatives;
- Événements spéciaux;
- Voyages.

[Trouvez le centre de vie active pour personnes âgées près de chez vous.](#)

En raison de la pandémie, de nombreux centres offrent des activités en ligne et par téléphone. Par exemple, certains d'entre eux proposent le programme [Seniors' Centre Without Walls](#) (en anglais seulement), qui permet aux aînés isolés de participer à des activités de groupe et de nouer des liens avec d'autres personnes de leur collectivité par téléphone.

[Older Adults Centres Association of Ontario](#) (en anglais seulement)

Sans frais : 1 866 835-7693

Sport et loisirs

Les bienfaits de l'activité physique sont nombreux, notamment l'amélioration de la forme physique, de la force et du bien-être. La pratique régulière d'une activité physique est importante pour vieillir en santé. Obtenez des conseils sur la façon d'accroître votre activité physique, de vous maintenir en bonne santé et d'améliorer votre qualité de vie, grâce aux renseignements ci-dessous.

Rester actif et en bonne santé

Il est recommandé aux adultes de 65 ans et plus de faire de l'activité physique 150 minutes par semaine. Découvrez :

- des [conseils sur l'activité physique](#) pour les adultes de 65 ans et plus;
- des [directives](#) que vous pouvez suivre pour faire de l'activité physique;
- un programme de marche de 8 semaines dans la [trousse d'outils pour l'activité physique](#);
- des [moyens de rester actif à tout âge](#) avec ParticipACTION.

En plus de suivre un bon régime alimentaire et d'avoir de bonnes nuits de sommeil, le fait de rester actif sur les plans mental et social est indispensable à une bonne santé générale. Apprenez-en plus sur :

- les programmes et services disponibles dans votre région sur [211Ontario.ca](#) et les [services et programmes de counseling et de traitement en santé mentale pour les aînés](#);
- les [centres de vie active pour personnes âgées près de chez vous](#);
- la [santé du cerveau](#), grâce à la Société Alzheimer;
- le service [Une voix amicale](#), une ligne téléphonique confidentielle et gratuite destinée aux Ontariennes et aux Ontariens de 55 ans

et plus ayant besoin de discuter avec une personne sympathique ([1 855 892-9992](tel:18558929992), numéro sans frais, entre 8 h et 22 h HNE);

- l'[importance du sommeil](#) et les [recommandations pour un avoir un bon sommeil à l'intention des aînés](#);
- la [saine alimentation pour les aînés](#);
- la [santé mentale](#);
- l'importance des [liens sociaux](#);
- le vieillissement en bonne santé, sur le [Portail sur le vieillissement optimal de McMaster](#).

Jeux de l'Ontario pour les aînés

Les Jeux de l'Ontario pour les aînés, aussi connus sous les noms Jeux d'été de l'Ontario des 55+ et Jeux d'hiver de l'Ontario des 55+, prennent la forme de compétitions provinciales multidisciplinaires mettant en vedette les adultes de 55 ans et plus, en leur donnant l'occasion d'accroître leurs interactions sociales et d'entretenir et de renforcer leur bien-être physique et mental par le biais d'activités récréatives et sportives. Ces jeux permettent aux personnes âgées de 55 ans et plus d'interagir dans un milieu qui valorise un mode de vie sain et actif.

[Ontario Senior Games Association](#) (en anglais seulement)

[Tél. : 905 232-8581](tel:9052328581)

Parcs Ontario

Les parcs provinciaux de l'Ontario offrent aux personnes âgées de 65 ans ou plus et aux personnes handicapées un tarif réduit pour le camping et les visites d'un jour. De nombreux parcs ontariens proposent des installations accessibles, y compris des douches, salles de toilette, emplacements de camping et centres d'accueil. La section Localisateur de parcs sur [Parcs Ontario](#) permet aux visiteurs de trouver des parcs avec des installations accessibles. Plusieurs emplacements de camping accueillent les véhicules récréatifs et peuvent également fournir des raccordements électriques et des postes de vidange des caravanes.

[Sans frais : 1 888 668-7275](tel:18886687275)

Pêche et chasse

Si vous avez plus de 65 ans ou que vous êtes une personne handicapée résidant au Canada, vous n'êtes pas tenu d'obtenir une [Carte Plein air](#) avec vignette de permis de pêche pour avoir le droit de pêcher en Ontario. Cependant, vous devez tout de même respecter tous les règlements, y compris les limites de prise et de possession. Si vous souhaitez chasser en Ontario, vous devez être titulaire de la Carte Plein air et obtenir un permis valide pour l'espèce ou le groupe d'espèces que vous allez chasser. Vous devez conserver ce permis sur vous, ainsi que toute vignette de validation requise pendant que vous êtes à la chasse. De plus, vous devez montrer votre permis à une agente ou à un agent de protection de la nature, à sa demande.

Ministère des Richesses naturelles et des Forêts

[Centre des Cartes Plein air](#)

Sans frais : 1-800-ONTARIO ([1 800 668-2746](tel:18006682746))

Voyages

Voyager en Ontario

Bon nombre des attractions touristiques de l'Ontario offrent aux aînés des tarifs réduits et d'autres proposent des programmes conçus spécifiquement pour cette clientèle. Rendez-vous à l'un des centres d'information touristique de l'Ontario pour en savoir plus au sujet des attractions touristiques de la province et pour obtenir de l'aide en vue de préparer un itinéraire personnalisé en fonction de vos intérêts.

[Destination Ontario](#)

Sans frais : 1-800-ONTARIO ([1 800 668-2746](tel:18006682746))

Voyager à l'extérieur de l'Ontario ou du Canada

Si vous vous trouvez temporairement à l'extérieur de l'Ontario ou du Canada, l'Assurance-santé de l'Ontario peut couvrir vos frais de santé, entièrement ou en partie. Si vous voyagez à l'extérieur de l'Ontario,

mais au sein du Canada, et que vous payez des services de santé, présentez une demande de remboursement à l'Assurance-santé de l'Ontario en remplissant le [formulaire de demande de remboursement en cas de traitement hors de la province ou du pays](#), et en le soumettant accompagné du relevé de traitement et de la preuve de paiement au bureau des réclamations de l'Assurance-santé de l'Ontario dans les 12 mois à compter de la date à laquelle vous avez reçu le service ou le traitement.

Si vous voyagez à l'extérieur du Canada, l'Assurance-santé de l'Ontario paiera un tarif fixe qui couvre les soins reçus d'un médecin ou en urgence dans un hôpital pour un état grave et inattendu (maladie, infection ou blessure) nécessitant des soins immédiats. Pour faire couvrir les frais médicaux que l'Assurance-santé de l'Ontario ne prend pas en charge, vous devez souscrire une assurance-santé privée pour tout déplacement à l'extérieur de l'Ontario et du Canada. [Renseignez-vous sur la protection offerte par l'Assurance-santé de l'Ontario à l'extérieur du Canada.](#)

Si vous êtes inscrit au Programme de médicaments de l'Ontario et que vous prévoyez voyager à l'extérieur de la province, vous pouvez peut-être obtenir des réserves de médicaments sur ordonnance, mais seulement une fois au cours de l'année du Programme de médicaments de l'Ontario, qui s'étend du 1^{er} août au 31 juillet. N'oubliez pas que les **médicaments obtenus sur ordonnance en dehors de l'Ontario ne sont pas remboursés par le Programme de médicaments de l'Ontario.**

Voici comment ça fonctionne :

- Si vous avez des médicaments pour une durée inférieure à 30 jours, vous pouvez obtenir des réserves pour une période allant **jusqu'à 200 jours**.
- Si vous avez des médicaments pour une durée supérieure ou égale à 30 jours, vous pouvez obtenir des réserves pour une période de **100 jours**.

Pour obtenir des réserves, fournissez à votre pharmacien l'un ou l'autre des documents suivants :

- Une lettre (que vous pouvez rédiger vous-même) confirmant que vous quittez la province pendant plus de 100 jours;
- Un exemplaire de votre police d'assurance-voyage indiquant que vous quittez la province pendant une période de 100 à 200 jours.
- Vous devez payer la franchise ou la quote-part associée aux réserves obtenues.

[Renseignez-vous sur la façon d'obtenir une réserve de médicaments d'ordonnance pour une période de trois mois.](#)

[ServiceOntario](#)

Sans frais : [1 866 532-3161](#)

Sans frais ATS : [1 800 387-5559](#)

Pour en savoir plus sur l'Assurance-santé ou le Programme de médicaments de l'Ontario, veuillez consulter le chapitre [Santé et bien-être](#) du présent guide.

La retraite à l'étranger

Le gouvernement fédéral offre des [renseignements et des conseils aux personnes qui envisagent de prendre leur retraite dans un autre pays](#), en permanence ou pour des séjours saisonniers. Cela comprend des renseignements sur le droit fiscal, les soins médicaux et la sécurité.

Service des renseignements, Affaires mondiales Canada

Sans frais : [1 800 267-8376](#)

Bénévolat

The Life Institute

[Le Life Institute](#) (en anglais seulement) aide les adultes de 50 ans et plus à poursuivre leur passion pour l'éducation permanente grâce à un large éventail de cours et d'activités pédagogiques offert par la Toronto Metropolitan University. Différentes [occasions de bénévolat](#)

sont offertes, que vous désiriez enseigner ou devenir hôte de classe, aider avec les tâches administratives, la planification d'événements ou siéger à un comité.

- [647 370-6572](tel:6473706572), poste 556989
- Courriel : info@thelifeinstitute.ca

Fondation Trillium de l'Ontario

[La Fondation Trillium de l'Ontario](#) investit dans des projets qui ont des retombées positives dans les collectivités de la province. La Fondation compte sur les connaissances et l'expertise locales des bénévoles pour effectuer des évaluations équitables et transparentes des demandes de subvention reçues de partout en Ontario.

Si vous désirez présenter votre candidature pour un poste de bénévole ou en savoir plus sur les équipes d'évaluation des demandes de subvention, faites parvenir un courriel à l'adresse volunteersupport@otf.ca.

Réseau des centres d'action bénévole de l'Ontario

Ce [réseau](#) (en anglais seulement) est le porte-parole provincial des centres d'action bénévole et contribue à jumeler bénévoles et organismes.

- Sans frais : [1 866 693-3318](tel:18666933318)
- Courriel : info@PINnetwork.ca

Croix-Rouge

La [Croix-Rouge canadienne](#) offre un large éventail d'occasions de bénévolat, que ce soit en aidant pendant des situations d'urgence et des catastrophes, en siégeant aux comités, en appuyant le service à la clientèle ou en donnant un coup de main dans les tâches administratives.

- Sans frais : [1 844 818-2155](tel:18448182155)
- [Formulaire de contact](#) pour de plus amples renseignements

Centraide

Les bénévoles peuvent consacrer une partie de leur temps, de leur savoir-faire et de leurs talents pour aider à améliorer leur collectivité. Pour trouver l'occasion de bénévolat qui vous convient, veuillez [communiquer avec le bureau de Centraide de votre région](#).

- Sans frais : [1 800 267-8221](tel:18002678221)
- Courriel : info@unitedway.ca

Bénévoles Canada

Cet [organisme bilingue sans but lucratif](#) fait la promotion du bénévolat d'un bout à l'autre du Canada en favorisant la participation communautaire et la reconnaissance des contributions des bénévoles.

- Sans frais : [1 800 670-0401](tel:18006700401)
- Courriel : info@volunteer.ca

Si vous souhaitez travailler comme bénévole et aider des gens à faire leur déclaration de revenus, envisagez de participer au [Programme communautaire des bénévoles en matière d'impôt](#), administré par l'Agence du revenu du Canada.

Pour de plus amples renseignements, veuillez consulter le chapitre [Finances](#) du présent guide.

Brigade des bénévoles de l'Ontario

[Brigade des bénévoles de l'Ontario](#) regroupe les Ontariennes et Ontariens qui veulent faire du bénévolat pour aider leurs collectivités durant des situations d'urgence comme des catastrophes naturelles et la pandémie de COVID-19.

Le portail soutiendra les efforts d'intervention par les bénévoles en situation d'urgence, en s'associant aux entités suivantes :

- [Gestion des situations d'urgence Ontario](#) par l'intermédiaire du Centre provincial des opérations d'urgence
- les ministères provinciaux

- les municipalités
- les Premières Nations
- les organismes non gouvernementaux

Si vous désirez vous joindre au programme, on vous demandera de suivre une formation gratuite en ligne sur les connaissances de base.

Sans frais : [1 888 777-0554](tel:18887770554), du lundi au dimanche de 8h30 à 17h (HNE)

Hommage à la contribution des personnes âgées

Messages de félicitations

Il est possible de souligner une occasion spéciale en demandant un message de félicitations de la part de Sa Majesté le Roi ou du gouverneur général ou de la gouverneure générale du Canada.

Sa Majesté le Roi envoie des vœux d'anniversaire aux Canadiennes et Canadiens pour leur 100^e anniversaire ou plus, et aux couples mariés depuis 60 ans ou plus.

Le **gouverneur général ou la gouverneure générale du Canada** envoie des vœux d'anniversaire aux Canadiennes et Canadiens pour leur 90^e anniversaire ou plus, et aux couples mariés depuis 50 ans ou plus.

Vous pouvez demander un message de plusieurs façons :

- Tél. : [613 993-8164](tel:6139938164)
- Courriel : anniversaries.anniversaires@gg.ca
- [Visitez le site Web](#)

Le **lieutenant-gouverneur ou la lieutenante-gouverneure de l'Ontario** envoie des vœux aux [Ontariennes et Ontariens](#) pour leur 90^e anniversaire ou plus et aux couples mariés depuis 50 ans ou plus.

- Tél. : [416 325-7780](tel:4163257780)
- ATS : [416 325-5003](tel:4163255003)
- [Faire une demande de vœux](#)

Le **premier ministre ou la première ministre du Canada** envoie des [certificats de félicitations](#) aux Canadiennes et Canadiens pour leur 65^e anniversaire ou plus (intervalles de cinq ans) et aux couples mariés depuis 25 ans ou plus (intervalles de cinq ans).

Messages de félicitations,

Services de la correspondance de la haute direction

Tél. : [613 941-6901](tel:6139416901)

Le **premier ministre ou la première ministre de l'Ontario** envoie des [certificats de félicitations](#) aux Ontariennes et Ontariens pour leur 80 ans ou plus et pour les couples mariés depuis 40 ans ou plus.

Tél. : [416 325-3777](tel:4163253777)

Courriel : CAB.Certificates@ontario.ca

Les **députés provinciaux ou fédéraux** envoient des vœux pour diverses occasions. Pour obtenir des renseignements supplémentaires, veuillez communiquer avec le bureau de circonscription de votre député provincial ou fédéral.

Pour trouver votre député provincial :

- Élections Ontario, sans frais : [1 888 668-8683](tel:18886688683)
- Sans frais ATS : [1 888 292-2312](tel:18882922312)
- Courriel : info@elections.on.ca
- [Site Web d'Élections Ontario](#)

Pour trouver votre député fédéral :

- Élections Canada, sans frais : [1 800 463-6868](tel:18004636868)
- Sans frais ATS : [1 800 361-8935](tel:18003618935)
- [Site Web d'Élections Canada](#) (Service d'information à l'électeur)

Récompenses en l'honneur des aînés

Le Secrétariat des distinctions et prix coordonne les programmes de médailles et de récompenses de l'Ontario, ainsi que les commémorations et célébrations spéciales.

Les récompenses provinciales en l'honneur des personnes âgées sont, notamment, les suivantes :

- Le [Prix d'excellence de l'Ontario pour les personnes âgées](#), pour rendre hommage aux Ontariennes et Ontariens qui, après l'âge de 65 ans, ont apporté une contribution exceptionnelle, quel que soit le domaine;
- Le [Prix ontarien de la personne âgée de l'année](#), présenté par chaque municipalité de l'Ontario à une personne qui, après 65 ans, a enrichi la vie sociale, culturelle ou citoyenne de sa collectivité.

Événements annuels

N'oubliez pas d'inscrire ces événements spéciaux à votre calendrier.

- Le [Mois des aînés](#), souligné annuellement en juin en Ontario, est l'occasion de reconnaître les nombreuses contributions des aînés au sein des collectivités de la province.
- La Journée nationale des aînés, célébrée le 1^{er} octobre, rend hommage aux aînés qui ont contribué à bâtir notre pays et qui continuent à apporter de précieuses contributions à la société. Consultez la [Loi célébrant les aînés du Canada](#).
- La [Journée internationale des personnes âgées](#), également célébrée le 1^{er} octobre, a été ainsi désignée par les Nations Unies en reconnaissance des contributions considérables des aînés du monde entier.

Services aux nouveaux arrivants

L'Ontario accueille la majorité des immigrants aînés au Canada. Si vous êtes une personne aînée immigrante, il existe de nombreux programmes et services offerts dans votre collectivité locale.

Programme d'aide à l'établissement des nouveaux arrivants

Ce programme offre du financement aux organismes communautaires de la province pour venir en aide aux nouveaux arrivants et favoriser leur intégration en Ontario. Ces organismes communautaires aident les nouveaux arrivants à accéder à des programmes d'apprentissage

linguistique, à de la formation professionnelle et à des services d'initiative communautaire, comme les soins de santé. Les services d'établissement sont gratuits et sont souvent offerts dans plusieurs langues.

[Apprenez-en plus sur l'arrivée et l'établissement en Ontario.](#)

Etablissement.Org

Ce site Web fournit des [renseignements et des ressources pour aider les nouveaux arrivants à s'établir](#) en Ontario. On peut y consulter de l'information sur toute une série de sujets, dont l'emploi, l'éducation, le logement, les soins de santé et les loisirs. Certains de ces renseignements sont offerts dans plusieurs langues.

Apprentissage du français ou de l'anglais

Des cours de français ou d'anglais langue seconde (FLS/ALS) sont proposés par les conseils scolaires locaux. Un vaste éventail de cours est offert, allant des niveaux pour débutants aux plus avancés. Certains conseils scolaires proposent des cours s'adressant particulièrement aux aînés. Pour des renseignements supplémentaires, veuillez communiquer avec vos [conseils scolaires locaux](#).

[Découvrez les formations linguistiques pour votre métier, ainsi que les activités d'enseignement et les soutiens en langue destinés aux enfants et aux jeunes à l'école.](#)

Le [programme Cours de langue pour les immigrants au Canada](#) (CLIC) est financé par le gouvernement fédéral. Pour trouver un cours CLIC près de chez vous, communiquez avec un centre local d'aide aux immigrants ou avec Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada. Pour être admissible à ce programme, vous devez avoir le statut de résident permanent au Canada.

[Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada](#)

Sans frais : [1 888 242-2100](#)

Sans frais ATS : [1 888 576-8502](#)

Quelques universités, collèges communautaires, écoles privées de langue et organismes communautaires dispensent aussi des cours de langue. Communiquez directement avec eux pour de plus amples renseignements.

Pour les aînés francophones

Fédération des aînés et des retraités francophones de l'Ontario (FARFO)

La [FARFO](#) est la voix des francophones de 50 ans et plus en Ontario. Elle travaille à élaborer et à coordonner des mesures de soutien pour les aînés et les personnes retraitées, en se concentrant particulièrement sur la santé et les soins de longue durée, la prévention de la maltraitance envers les aînés, le logement social et les questions relatives aux services en français. La FARFO offre également une variété d'activités et d'ateliers en ligne à l'intention des adultes plus âgés.

Sans frais : [1 800 819-3236](tel:18008193236)

[Formulaire de contact](#)

Pour les aînés autochtones

Artistes autochtones en milieu communautaire et scolaire

Ce programme fait partie du programme Artistes en milieu éducatif du Conseil des arts de l'Ontario. Il permet aux artistes autochtones et aux aînés de réaliser des activités de coopération avec des particuliers ou des groupes de personnes issues d'une collectivité. Ces activités visent à offrir une expérience enrichissante dans le domaine de l'art et à transmettre des compétences et des connaissances artistiques.

[Conseil des arts de l'Ontario](#)

Sans frais : [1 800 387-0058](tel:18003870058)

Créer, connaître et partager

Le programme Créer, connaître et partager souligne la souveraineté culturelle des peuples autochtones et respecte les notions d'autodétermination des Premières Nations, des Inuits et des Métis. Il apporte un soutien aux particuliers et aux groupes autochtones, aux organismes artistiques dirigés par des Autochtones et aux organisations de développement du secteur de l'art et de la culture qui favorisent un écosystème artistique autochtone dynamique et résilient.

[Conseil des arts du Canada](#)

Sans frais : [1 800 263-5588](tel:18002635588)

Courriel : info@canadacouncil.ca

Pour les aînés de la communauté bispirituelle, lesbienne, gaie, bisexuelle, transgenre, queer, intersexe et asexuelle (2SLGBTQIA+)

Egale

[Egale](#) (en anglais seulement) travaille à améliorer la vie des personnes membres de la communauté 2SLGBTQIA+ au Canada et à améliorer la réponse générale aux enjeux liés à la communauté 2SLGBTQIA+. L'organisme s'efforce d'atteindre cet objectif en éclairant les politiques publiques, en inspirant un changement culturel et en faisant la promotion des droits de la personne et de l'inclusion grâce à la recherche, à l'éducation, à la sensibilisation et à la représentation juridique.

Sans frais : [1 888 204-7777](tel:18882047777)

[Formulaire de contact](#)

The 519

Ce centre communautaire du centre-ville de Toronto propose un large éventail de [programmes et services](#) (en anglais seulement), y compris le programme 519 Older 2SLGBTQ+ Adults, qui offre une halte accueil hebdomadaire et un club de lecture mensuel pour les hommes et les femmes de 50 ans et plus.

[416 392-6874](tel:4163926874)

Courriel : info@the519.org

Senior Pride Network Toronto

Le [réseau](#) est une association de personnes, d'organismes et de groupes communautaires résolus à élargir les programmes et les services destinés aux personnes 2SLGBTQIA+ âgées de 50 ans et plus à Toronto et dans l'ensemble du Canada (site en anglais seulement).

Courriel : spntoronto@gmail.com

Pour les anciens combattants

La Légion royale canadienne, Direction provinciale de l'Ontario

La [Direction provinciale de l'Ontario de la Légion royale canadienne](#) (en anglais seulement) est constituée de 400 filiales partout dans la province. La Légion met l'accent sur la commémoration de celles et ceux qui ont donné leur vie au nom de la liberté, et sur les besoins des anciens combattants, des personnes qui sont à leur charge et de celles qui sont toujours actives au sein des Forces canadiennes.

Sans frais : [1 888 207-0939](tel:18882070939)

Courriel : info@on.legion.ca

La Légion royale canadienne, Direction provinciale du Manitoba et du Nord-Ouest de l'Ontario

La [Direction provinciale du Manitoba et du Nord-Ouest de l'Ontario de la Légion royale canadienne](#) (en anglais seulement) compte environ 130 filiales, dont bon nombre se trouvent dans le Nord-Ouest de l'Ontario.

[204 233-3405](tel:2042333405)

Courriel : mblegion@mbnwo.ca

Le Projet Mémoire

Initiative continue de Historica Canada, le [Projet Mémoire](#) retrace la participation militaire du Canada allant de la Première Guerre mondiale à l'ère contemporaine. Ces archives nationales bilingues abritent une collection inégalée d'entrevues orales, d'objets numérisés et de souvenirs qui racontent nos histoires de service et de sacrifice. Si vous souhaitez vous joindre au Bureau des Orateurs des anciens combattants, l'Institut organisera des visites en classe afin que vous puissiez partager votre histoire avec les élèves des écoles locales.

L'Institut Historica-Dominion

Sans frais : [1 866 701-1867](tel:18667011867)

Emploi et éducation

Emploi

La loi abolissant la retraite obligatoire est entrée en vigueur en 2006, favorisant ainsi une équité accrue et un plus grand nombre de choix pour les travailleuses et travailleurs âgés de 65 ans ou plus qui peuvent maintenant décider à quel moment ils prendront leur retraite, si telle est leur décision.

Emploi Ontario

[Emploi Ontario](#) est un réseau intégré d'emploi et de formation qui aide les Ontariennes et Ontariens à trouver les programmes et services d'emploi et de formation dont ils ont besoin.

Centre Emploi Ontario

- Sans frais : [1 800 387-5656](tel:18003875656)
- Sans frais ATS : [1 866 533-6339](tel:18665336339)
- Courriel : contactEO@ontario.ca

Services d'emploi

Les Services d'emploi ont pour but d'offrir aux Ontariennes et Ontariens un meilleur accès à tous les services d'emploi dont ils ont besoin en un seul lieu, afin de les aider à trouver et à garder un emploi, à suivre une formation et à planifier une carrière.

Programme Partenariats pour la création d'emplois de l'Ontario

[Ce programme](#) vise à améliorer les perspectives d'emploi à long terme des personnes admissibles aux prestations d'assurance-emploi, ou qui en reçoivent déjà, en leur offrant des possibilités d'acquérir une expérience de travail.

Meilleurs Emplois Ontario

Le programme [Meilleurs Emplois Ontario](#) donne aux personnes licenciées admissibles la possibilité d'acquérir la formation

professionnelle nécessaire pour les aider à décrocher un emploi dans un domaine à forte demande. Le programme offre un maximum de 28 000 \$ pour payer les frais de scolarité, les manuels, le transport et les autres frais liés à la formation. Une aide supplémentaire peut être disponible pour les besoins des personnes handicapées. Il n'y a pas de limite d'âge pour participer au programme Meilleur emplois.

Guichet-Emplois

[Guichet-Emplois](#) est un réseau national d'offres d'emploi sur Internet, mis à la disposition de toute la population canadienne. Il fournit des renseignements sur le marché du travail à l'intention des chercheuses et chercheurs d'emploi et des employeurs.

Ontario info-Emploi (OnWIN)

[OnWIN](#) est un répertoire en ligne gratuit et bilingue qui fournit aux Ontariennes et Ontariens les perspectives actuelles et pertinentes de carrière et de bénévolat, ainsi que des renseignements sur le marché du travail. Les aînés peuvent utiliser OnWIN pour prendre des décisions éclairées quant aux occasions de bénévolat, d'emploi et de formation.

Loi sur les normes d'emploi

Toutes les Ontariennes et tous les Ontariens ont le droit d'être traités de manière équitable au travail. La *Loi sur les normes d'emploi* énonce les normes minimales que les employés et les employeurs doivent respecter. Si vous travaillez en Ontario, vous êtes probablement protégé par la *Loi sur les normes d'emploi*.

Apprenez-en plus sur vos droits et obligations au titre de la [Loi sur les normes d'emploi](#).

Centre d'appels pour les normes d'emploi

Sans frais : [1 800 531-5551](tel:18005315551)

Sans frais ATS : [1 866 567-8893](tel:18665678893)

Professionnels formés à l'étranger

Bon nombre de [programmes relais](#) existent en Ontario à l'intention des professionnels formés à l'étranger.

[Apprenez-en plus sur les services disponibles en Ontario pour vous aider à continuer d'exercer votre profession ou votre métier si vous avez été formé à l'étranger.](#)

Éducation permanente

Formation continue et enseignement à distance

En Ontario, de nombreux conseils scolaires, collèges et universités proposent des programmes de formation continue et d'enseignement à distance. Certains offrent des tarifs spéciaux pour les aînés.

- [Conseils scolaires publics](#)
- [Universités](#)
- [Collèges](#)
- [OntarioLearn](#)

Third Age Network

[Ce réseau](#) (en anglais seulement) consiste en un groupe d'organismes autogérés d'aînés qui partagent leur expérience d'apprentissage sur un vaste éventail de sujets.

- Courriel : info@thirdagenetwork.ca

Centre d'études indépendantes

Ce centre fournit de l'enseignement à distance et des tests pour l'obtention d'un certificat d'équivalence du cours secondaire (GED). Il propose une autre façon d'obtenir le diplôme d'études secondaires de l'Ontario.

- Sans frais : [1 800 387-5512](tel:18003875512)

Formation en informatique

Voici des bibliothèques offrant des programmes informatiques :

- [Bibliothèque de Barrie](#) (en anglais seulement)
- [Bibliothèque de Midland](#) (en anglais seulement)
- North Bay: [Bibliothèque publique de Callander](#) (en anglais seulement)
- [Bibliothèque publique du Grand Sudbury](#)
- [Bibliothèque publique du canton de Russell](#)
- [Bibliothèque publique de Toronto](#) (en anglais seulement)

Trouvez des programmes de formation près de chez vous, visitez le site de 211ontario.ca ou en composant:

- le [2-1-1](#)
- Sans frais : [1 877 330-3213](#)
- Sans frais ATS : [1 844 483-9835](#)

[Les centres de vie active pour personnes âgées](#) offrent des programmes éducatifs pouvant comporter une formation en informatique.

[Le Régime d'encouragement à l'éducation permanente](#) (REEP) vous permet de retirer des montants de vos régimes enregistrés d'épargne-retraite (REER) pour aider à payer votre formation ou vos études à temps plein ou celles de votre conjoint ou conjoint de fait.

Pour de plus amples renseignements, veuillez consulter le chapitre Finances du présent guide.

Prestation de soins

Les aidants offrent des soins continus aux membres de leur famille et à leurs amis qui souffrent d'un problème de santé physique ou d'un trouble cognitif ou de santé mentale. La prestation de soins par des aidants n'est pas quelque chose de nouveau, mais les aidants d'aujourd'hui dispensent des soins plus complexes et sur une période de temps plus longue qu'avant.

En tant qu'aidante ou aidant, il est essentiel de connaître vos besoins et les mesures de soutien existantes au sein de votre collectivité qui pourraient vous aider. Il est également important d'aborder tôt les souhaits des membres de votre famille qui vieillissent et de comprendre l'importance de la planification juridique et financière.

De plus, vous pouvez vous renseigner sur les services de soins à domicile et en milieu communautaire destinés aux aînés, aux aînés fragiles et à d'autres personnes.

Services de soutien à domicile et en milieu communautaire gèrent et fournissent des soins à domicile et au sein de la collectivité. Ceux de votre région peuvent réaliser une évaluation pour une personne qui a besoin de soins à domicile et vous faire part des possibilités de soins dans la collectivité.

[En savoir plus sur les services à domicile, communautaires et résidentiels disponibles pour les aînés.](#)

Pour de plus amples renseignements sur les services de soutien communautaires, veuillez consulter le chapitre [Services à domicile et en milieu communautaire](#) du présent guide.

Crédits d'impôt pour les aidants

Les « personnes de soutien » peuvent être admissibles à des crédits d'impôt au titre du [Crédit d'impôt pour personnes handicapées](#) et du [Crédit d'impôt pour frais médicaux](#). Non remboursables, ces crédits d'impôt peuvent alléger le montant de l'impôt fédéral ou provincial que vous devez verser, mais ne se veulent pas des avantages en espèces.

En outre, vous pourriez demander à bénéficier du montant accordé aux aidants si vous entretenez une maison pour un parent admissible dont vous avez la charge. Contrairement aux crédits d'impôt pour personnes handicapées et pour frais médicaux, ce montant ne peut être réclamé si la personne dont vous prenez soin est votre conjoint ou conjoint de fait.

Si vous apportez du soutien à votre conjoint ou conjoint de fait, ou à une personne à charge ayant un handicap physique ou mental, vous pourriez également bénéficier du [Crédit canadien pour aidant naturel](#) (CCAN). Le montant que vous pouvez demander dépend de votre relation avec cette personne, de votre situation, du revenu net de la personne concernée et des autres demandes de crédits d'impôt présentées pour elle. L'Agence du revenu du Canada (ARC) fournit des [formulaires accessibles](#), des publications et des lettres personnalisées dans d'autres formats pour les personnes handicapées.

[Agence du revenu du Canada](#)

Sans frais : [1 800 959-8281](#)

Sans frais ATS : [1 800 665-0354](#)

Soins à domicile

Le [crédit d'impôt de l'Ontario pour les soins à domicile à l'intention des aînés](#) est un crédit d'impôt personnel remboursable qui vise à aider les aînés à payer des frais médicaux admissibles, y compris ceux qui leur permettent de vieillir à la maison. Ce crédit fournit 25 % des frais médicaux admissibles jusqu'à concurrence de 6 000 \$ pour un crédit maximum de 1 500 \$. Ce montant sera réduit de 5 % du revenu familial net de plus de 35 000 \$.

Si vous avez des questions sur ce crédit, veuillez les adresser à l'Agence du revenu du Canada :

- à un [bureau de services fiscaux ou un centre fiscal](#)
- à la ligne de demande de renseignements sur l'impôt des particuliers au [1 800 959-8281](tel:18009598281)

Vous trouverez aussi de plus amples renseignements dans [le site Web de l'Agence du revenu du Canada](#).

Pour de plus amples renseignements sur les crédits d'impôt, veuillez consulter le chapitre Finances du présent guide.

Prestations d'emploi

Prestations de compassion

Prodiguer des soins à un membre de la famille gravement malade est l'un des plus grands défis de la vie.

Les aidants sont confrontés à de nombreuses exigences sur les plans émotionnel, physique et financier. En période de stress, vous ne devriez pas avoir à choisir entre conserver votre emploi et prendre soin de votre famille. Les [prestations de compassion](#) sont une contribution financière fédérale mise à la disposition des travailleuses et travailleurs qui doivent s'absenter temporairement de leur travail pour dispenser des soins de fin de vie ou offrir un soutien à un membre de la famille atteint d'une affection médicale grave et présentant un risque important de décès au cours des 26 semaines (6 mois) à venir. Ces prestations de compassion peuvent être versées pour un maximum de 26 semaines.

[Service Canada](#)

Sans frais : [1 800 206-7218](tel:18002067218)

Sans frais ATS : [1 800 926-9105](tel:18009269105)

Congé familial pour raison médicale

Même si vous êtes admissible à des prestations de compassion, vous devez vous assurer que votre employeur conservera votre emploi pour vous pendant votre absence. Le congé familial pour raison médicale vous permet de vous absenter du travail pour une durée maximale de 28 semaines par période de 52 semaines afin de dispenser des soins à certains membres de la famille qui ont une maladie grave et présentent un risque important de décès au cours des 26 semaines à venir. Bien que votre emploi soit protégé, il s'agit d'un congé non payé. Vous ne serez donc pas rémunéré pendant votre absence du travail. Si vous n'êtes pas admissible à des prestations de compassion du gouvernement fédéral, vous pourriez tout de même prendre un congé familial pour raison médicale.

[Apprenez-en plus sur vos droits et obligations concernant les congés familiaux pour raison médicale au titre de la *Loi sur les normes d'emploi*.](#)

Centre d'appels pour les normes d'emploi

Sans frais : [1 800 531-5551](tel:18005315551)

Sans frais ATS : [1 866 567-8893](tel:18665678893)

Congé familial pour les aidants naturels

Le congé familial pour les aidants naturels est un congé non payé, assorti d'une protection de l'emploi allant jusqu'à huit semaines par année civile par membre de la famille. Le congé familial pour les aidants naturels peut être pris afin de dispenser des soins ou d'apporter du soutien à certains membres de la famille pour lesquels un médecin qualifié a délivré un certificat indiquant qu'ils sont atteints d'une affection médicale grave.

L'une des principales différences entre le congé familial pour les aidants naturels et le congé familial pour raison médicale réside dans le fait qu'un employé est uniquement admissible au second si le membre de la famille gravement malade présente un risque de décès au cours des 26 semaines à venir. Les employés peuvent également avoir le droit de prendre un congé en cas de maladie grave pour fournir

des soins ou du soutien à un enfant mineur ou à un adulte qui est un membre de la famille, dont l'état général de santé a considérablement changé et dont la vie est menacée par une maladie ou une blessure.

[En savoir plus sur vos droits et obligations concernant le congé familial pour les aidants naturels au titre de la *Loi sur les normes d'emploi*.](#)

Centre d'appels pour les normes d'emploi

Sans frais : [1 800 531-5551](tel:18005315551)

Sans frais ATS : [1 866 567-8893](tel:18665678893)

Finances

Impôts

Il existe de nombreuses raisons pour lesquelles les aînés devraient produire chaque année leur déclaration de revenus, même s'ils n'ont pas de revenu à déclarer. Par exemple :

- de nombreux programmes gouvernementaux d'avantages sociaux se basent sur la déclaration de revenus pour déterminer l'admissibilité;
- obtenir le crédit pour la taxe sur les produits et services ou la taxe de vente harmonisée (TPS/TVH), un paiement trimestriel non imposable afin de compenser la totalité ou une partie de la TPS ou de la TVH payée;
- obtenir des crédits d'impôt remboursables ou subventions auxquels ils sont admissibles même s'ils n'ont pas de revenu ou aucun impôt sur le revenu à payer;
- bénéficier de programmes de retraite et autres prestations qui sont automatiquement renouvelés lorsque vous produisez votre déclaration de revenus, par exemple la Sécurité de la vieillesse, le Supplément de revenu garanti, l'Allocation et l'Allocation au survivant.

Pour vous assurer de recevoir toutes les prestations auxquelles vous avez droit, le meilleur moyen consiste à déclarer vos revenus chaque année avant le 30 avril.

[Agence du revenu du Canada \(ARC\)](#)

Sans frais : [1 800 959-8281](tel:18009598281)

Sans frais ATS : [1 800 665-0354](tel:18006650354)

Produire votre déclaration de revenus

Vous pouvez préparer et produire votre déclaration de revenus sur papier ou par voie électronique. Si vous produisez votre déclaration sur papier, joignez vos feuillets de renseignements de revenus et retenues, et conservez une copie de votre déclaration pour pouvoir vous y reporter par la suite. Des programmes comme [IMPÔTNET](#) permettent de produire électroniquement votre déclaration.

Si vous avez droit à un remboursement, l'ARC vous l'accordera. Si vous avez un solde à payer, vous pouvez le régler de plusieurs manières, notamment en utilisant le service de paiement électronique Mon paiement de l'ARC. Il est également possible d'effectuer votre paiement auprès de votre institution financière ou de joindre votre chèque ou mandat, fait à l'ordre du receveur général, sur le dessus de votre déclaration sur papier. Si vous choisissez cette option, assurez-vous d'inscrire votre numéro d'assurance sociale au verso de votre chèque ou mandat. [En savoir plus sur la production de la déclaration de revenus des particuliers.](#)

Si vous êtes exécutrice ou exécuteur testamentaire, il vous incombe de produire la déclaration de revenus de la défunte ou du défunt. Pour des renseignements supplémentaires, veuillez consulter le [chapitre Sécurité et protection : fin de vie.](#)

[Agence du revenu du Canada \(ARC\)](#)

Ligne téléphonique pour le remboursement : sans frais : [1 800 959-1956](#)

Ententes de paiements : Sans frais : [1 888 863-8657](#)

Sans frais ATS : [1 800 665-0354](#)

Comprendre vos impôts

Ce [cours en ligne gratuit](#) a pour but de vous indiquer comment remplir une déclaration de revenus et de prestations simple.

Programme communautaire des bénévoles en matière d'impôt

Avez-vous besoin d'aide pour remplir votre déclaration de revenus et de prestations?

L'Agence du revenu du Canada travaille avec les organismes communautaires afin que les bénévoles puissent aider à remplir la déclaration de revenus des particuliers ayant un revenu peu élevé et dont la situation fiscale est simple. Si vous avez une connaissance générale de l'impôt et souhaitez être [bénévole pour ce programme](#), veuillez vous adresser à un organisme participant de votre collectivité.

[Agence du revenu du Canada \(ARC\)](#)

Sans frais : [1 800 959-8281](#)

Sans frais ATS : [1 800 665-0354](#)

Prestations et crédits d'impôt provinciaux

Feuillet d'information : [Message important aux aînés! Vous pourriez être admissibles à l'aide relative au coût de la vie](#) (PDF)

Si vous êtes une personne âgée, il se peut que vous soyez admissible aux prestations suivantes :

[Prestation Trillium de l'Ontario \(PTO\)](#) – La PTO regroupe le crédit de taxe de vente de l'Ontario, le crédit d'impôt de l'Ontario pour les coûts d'énergie et les impôts fonciers et le crédit pour les coûts d'énergie dans le Nord de l'Ontario. La plupart des bénéficiaires reçoivent un versement mensuel de la PTO.

- Sans frais : 1-866-ONT-TAXS ([1 866 668-8297](#))
- Sans frais ATS : [1 800 263-7776](#)
- [Subvention ontarienne aux personnes âgées propriétaires pour l'impôt foncier](#) – Si vous êtes propriétaire, vous pourriez recevoir jusqu'à 500 \$ pour vous aider à alléger le coût des impôts fonciers.
 - Sans frais : [1 877 627-6645](#)
- [Crédit d'impôt aux aînés pour la sécurité à domicile](#) – Il s'agit d'un crédit d'impôt remboursable temporaire qui peut vous aider à couvrir les frais d'améliorations visant à rendre votre domicile plus sécuritaire et accessible, vous permettant ainsi d'y rester plus longtemps. Le crédit correspond à 25 % d'un montant maximum de dépenses admissibles de 10 000 \$ pour la résidence principale d'un aîné en Ontario (le montant maximum du crédit est de 2 500 \$). Ce crédit est offert pour les années d'imposition 2021 et 2022.

- [Crédit d'impôt de l'Ontario pour les soins à domicile à l'intention des aînés](#) – Ce crédit d'impôt personnel remboursable offre une aide financière aux aînés à revenu faible et moyen âgés de 70 ans et plus pour payer des frais médicaux admissibles afin de les aider à demeurer plus longtemps à la maison. Ceci peut inclure :
 - des soins auxiliaires (attestation requise)
 - des fauteuils roulants
 - des lits d'hôpitaux
 - des soins dentaires, de la vue et de l'ouïe (par exemple, prothèses dentaires, lunettes, prothèses auditives)
- Le crédit équivaut à 25 % d'un montant pouvant aller jusqu'à 6 000 \$ en frais médicaux admissibles, pour un crédit maximum de 1 500 \$.
- [Crédit d'impôt de l'Ontario aux personnes âgées pour le transport en commun](#) – Ce crédit d'impôt remboursable permet aux résidents de l'Ontario de 65 ans et plus de déclarer jusqu'à 3 000 \$ en frais de transport en commun admissibles et de recevoir jusqu'à 450 \$ chaque année.
- [Programme d'aide aux impayés d'énergie](#) – Les clients à faible revenu peuvent obtenir une aide d'urgence de 500 \$ maximum pour le paiement de leurs factures d'électricité (600 \$ si votre foyer est chauffé à l'électricité) et de 500 \$ pour les factures de gaz naturel. Communiquez avec un service social ou un organisme public.
- [Programme ontarien d'aide relative aux frais d'électricité \(POAFE\)](#) – Ce programme allège les factures d'électricité des foyers à faible revenu. Le POAFE fournit un crédit mensuel aux clients admissibles en fonction du revenu et de la taille du foyer. Les crédits accordés en vertu de ce programme sont directement appliqués aux factures des clients admissibles.
 - Sans frais : [1 855 831-8151](tel:18558318151)
 - Sans frais ATS : [1 800 855-1155](tel:18008551155)

Les aidants peuvent être admissibles aux crédits d'impôt et à d'autres prestations pour la prestation de soins. Pour obtenir de plus amples renseignements, veuillez consulter le chapitre Prestation de soins du présent guide.

Pour obtenir de l'information sur l'allègement des impôts fonciers pour les aînés ou les personnes handicapées, veuillez consulter le chapitre Logement du présent guide.

Vos droits en tant que contribuable

En tant que contribuable, vous avez des droits incluant des droits relatifs aux services, établis dans la [Charte des droits du contribuable](#). Ceux-ci régissent vos interactions avec l'Agence du revenu du Canada (ARC). Par exemple, vous avez le droit d'être traité(e) de façon professionnelle, courtoise et équitable. De plus, vous avez le droit d'obtenir de l'ARC des renseignements complets, exacts, clairs, dans des délais raisonnables. Si vous estimez que vos droits en tant que contribuable ne sont pas respectés, contactez le [Bureau de l'ombudsman des contribuables](#) au numéro sans frais : [1 866 586-3839](#).

Régimes de retraite et autres prestations

Veuillez communiquer avec Service Canada pour obtenir des renseignements au sujet du programme de la Sécurité de la vieillesse (SV) ou du Régime de pensions du Canada (RPC). Lorsque vous téléphonez, assurez-vous d'avoir à la portée de la main le numéro qui figure sur votre paiement de SV ou de RPC, votre numéro d'assurance sociale ou le numéro indiqué sur votre carte de Sécurité de la vieillesse. Pour demander à ce que vos prestations soient versées directement sur votre compte bancaire chaque mois, ayez le numéro au complet de votre compte bancaire au moment de votre appel. Ce numéro se trouve au bas de vos chèques. Si vous n'avez pas de compte-chèques, vous pouvez obtenir ce numéro auprès de votre institution financière.

Pour obtenir une liste complète des programmes et services fédéraux pour les aînés, visitez [canada.ca/aines](#).

[Service Canada](#)

Sans frais : [1 800 277-9914](#)

Sans frais ATS : [1 800 255-4786](#)

Pension de la Sécurité de la vieillesse (SV)

Si vous avez 65 ans ou plus et que vous avez vécu au Canada pendant au moins 10 ans depuis votre 18^e anniversaire, vous pourriez être admissible à la pension de la Sécurité de la vieillesse, une prestation mensuelle accordée aux Canadiennes et Canadiens admissibles. Il n'est pas nécessaire d'être à la retraite pour recevoir la pension de base de la SV. Il se peut que vous receviez une lettre indiquant que vous percevrez la pension de la SV. Vous devrez déposer une demande au titre de la pension de la SV si vous recevez une lettre vous demandant de le faire, ou si les renseignements contenus dans la lettre sont inexacts.

Si vous êtes un aîné à faible revenu, il se peut que vous soyez admissible à d'autres prestations dès l'âge de 60 ans. Si vous avez vécu ou travaillé dans un autre pays avec lequel le Canada a conclu un accord de sécurité sociale, vous pourriez être admissible à des prestations du Canada ou de l'autre pays. [En savoir plus.](#)

Supplément de revenu garanti (SRG)

Le Supplément de revenu garanti (SRG) est une prestation versée aux aînés admissibles du Canada qui reçoivent une pension de base de la SV et dont le revenu est faible. Le montant que vous pourriez recevoir est calculé en fonction de votre revenu annuel ou de la somme totale de votre revenu annuel et de celui de votre conjoint ou conjoint de fait. Vous pouvez déposer une demande pour obtenir cette prestation si vous percevez déjà votre pension de la SV et n'avez jamais demandé le SRG. Vous pouvez recevoir votre premier paiement le mois qui suit votre 65^e anniversaire. Vous devez produire vos déclarations de revenus à temps chaque année pour éviter toute interruption des versements. [En savoir plus.](#)

Sans frais : [1 800 277-9914](tel:18002779914)

Sans frais ATS : [1 800 255-4786](tel:18002554786)

Allocation et Allocation au survivant

Si vous recevez le SRG et que votre conjoint ou conjoint de fait (de même sexe ou de sexe opposé) est âgé de 60 à 64 ans, il est possible de demander l'Allocation. Il existe aussi l'Allocation au survivant, qui peut être demandée par une veuve ou un veuf âgé de 60 à 64 ans.

[En savoir plus.](#)

Autres prestations

Vous pourriez également être admissible à d'autres programmes, dont certains sont destinés aux aînés à faible revenu ou à des groupes particuliers, comme les anciens combattants. Veuillez communiquer avec Service Canada pour savoir si vous êtes admissible à un programme particulier.

[Service Canada](#)

Sans frais : [1 800 277-9914](tel:18002779914)

Sans frais ATS : [1 800 255-4786](tel:18002554786)

Pension de retraite du Régime de pensions du Canada (RPC)

Sauf exception, la plupart des personnes de plus de 18 ans qui travaillent au Canada (en dehors du Québec) cotisent au Régime de pensions du Canada (RPC). Vous et votre employeur payez chacun la moitié des cotisations. Si vous êtes une travailleuse indépendante ou un travailleur indépendant, vous devez payer la totalité des cotisations. Le montant de la pension de retraite du RPC est calculé en fonction du montant de vos cotisations et de la durée de votre période de cotisation au RPC, ainsi que de l'âge auquel vous commencez à recevoir votre pension de retraite.

Le RPC offre une certaine souplesse quant à l'âge auquel vous pouvez choisir de recevoir votre pension. L'âge habituel est de 65 ans. Toutefois, vous pouvez choisir de commencer à la percevoir dès 60 ans ou plus tard à 70 ans.

Si vous commencez à recevoir votre pension plus tôt, le montant mensuel perçu sera moins important. Si vous décidez de la percevoir plus tard, le montant mensuel que vous recevrez sera plus important.

Compte tenu de cette flexibilité, il est essentiel de noter que vous devez déposer une demande pour toucher votre pension de retraite au titre du RPC au moment voulu. Elle ne vous sera pas automatiquement versée à l'âge de 65 ans.

Néanmoins, si vous ne faites pas votre demande pour obtenir votre pension de retraite du RPC avant votre 70^e anniversaire, les mensualités vous seront automatiquement versées. Les personnes qui ne souhaitent pas recevoir les prestations disposent d'une année pour signifier leur refus.

Le revenu des prestations du RPC est imposable et doit être déclaré dans votre déclaration annuelle de revenus. [En savoir plus.](#)

[Service Canada](#)

Sans frais : [1 800 277-9914](#)

Sans frais ATS : [1 800 255-4786](#)

Prestations d'invalidité du Régime de pensions du Canada

Si vous avez moins de 65 ans et avez cotisé au RPC, et que vous avez une invalidité qui vous empêche de travailler, vous pouvez demander une prestation mensuelle d'invalidité du RPC. [En savoir plus.](#)

Prestation de décès et pension du survivant du Régime de pensions du Canada

La pension du survivant du RPC consiste en un versement mensuel au conjoint en droit ou au conjoint de fait d'un cotisant décédé. En tant que survivante ou survivant, il vous incombe de déposer une demande pour obtenir votre pension mensuelle. Si vous n'êtes pas en mesure de déposer une demande, vous pouvez demander à un représentant (comme un fiduciaire) de le faire pour vous.

La [prestation de décès](#) est un montant unique payable aux ayants droit ou aux autres personnes admissibles au nom du cotisant décédé du RPC. La [prestation d'enfant](#) est une prestation mensuelle versée aux enfants à charge d'un cotisant décédé. [En savoir plus.](#)

Partage des pensions du RPC

Les conjoints ou conjoints de fait qui vivent ensemble peuvent partager leurs pensions du RPC pourvu qu'ils aient tous les deux au moins 60 ans. Cela peut permettre aux couples âgés de payer moins d'impôt. [En savoir plus.](#)

Programmes canadiens de retraite et de prestations pour les personnes ayant vécu ou vivant à l'extérieur du Canada

Si vous avez vécu ou travaillé au Canada et dans un autre pays, ou si vous êtes la survivante ou le survivant d'une personne qui a vécu ou travaillé au Canada et dans un autre pays, vous pourriez être admissible à une pension et à des prestations du Canada ou de l'autre pays dans le cadre d'un accord de sécurité sociale. Un accord de sécurité sociale est une entente internationale conclue entre le Canada et un autre pays qui vise à coordonner les programmes de retraite des deux pays pour les personnes qui ont vécu ou travaillé dans les deux pays.

[Accords internationaux de sécurité sociale](#)

Sans frais : [1 800 454-8731](#)

Sans frais ATS : [1 800 255-4786](#)

Prestations d'assurance-emploi

Si vous souhaitez continuer de travailler après l'âge de 65 ans, vous pourriez être admissible aux prestations d'assurance-emploi comme les autres travailleuses et travailleurs au Canada. Vous pouvez recevoir des prestations d'assurance-emploi même si vous recevez un revenu de pension, mais vous devez satisfaire aux critères et aux conditions d'admissibilité. [En savoir plus.](#)

[Service Canada](#)

Sans frais : [1 800 206-7218](#)

Sans frais ATS : [1 800 529-3742](#)

Régime de revenu annuel garanti (RRAG)

Le Régime de revenu annuel garanti (RRAG) est un programme provincial qui assure un revenu minimum aux personnes âgées admissibles de l'Ontario. Vous pourriez avoir droit à des prestations du RRAG si vous résidez en Ontario, avez 65 ans ou plus, touchez la pension de la SV et le SRG et avez un revenu total, toutes sources combinées, inférieur au seuil de revenu garanti par la province.

[En savoir plus.](#)

Ministère des Finances

Sans frais : 1 866 ONT-TAXS ([1 866 668-8297](tel:18666688297))

Sans frais ATS : [1 800 263-7776](tel:18002637776)

Planification financière

Tout le monde devrait avoir un plan financier. Il n'est jamais trop tard pour commencer. Un bon plan tiendra compte de vos dépenses, sources de revenus, actifs, planification fiscale, besoins en matière d'assurance et placements actuels et futurs. Des guides gratuits sont disponibles en ligne pour amorcer votre planification; autrement, vous pouvez communiquer avec un planificateur financier agréé. Les conseillers en planification pour les aînés sont spécialisés pour travailler auprès des personnes âgées de 50 ans et plus.

[FP Canada](#) (Financial Planners Canada) (en anglais seulement)
[416 593-8587](tel:4165938587)

Sans frais : [1 800 305-9886](tel:18003059886)

Courriel : info@fpcanada.ca

Régime enregistré d'épargne-retraite (REER) et fonds enregistré de revenu de retraite (FERR)

Bon nombre de personnes choisissent de se constituer une épargne-retraite en cotisant à des régimes enregistrés d'épargne-retraite (REER). Les contributions versées à un REER sont déductibles et les revenus d'intérêt sont exonérés d'impôt. Cependant, les sommes provenant d'un REER sont imposables. Selon la loi, vous ne pouvez plus détenir de REER au-delà du dernier jour de l'année de votre

71^e anniversaire. Un fonds enregistré de revenu de retraite (FERR) est un fonds qui fournit un revenu pendant votre retraite. Comme pour le REER, le FERR est un arrangement conclu entre vous et un émetteur, comme une compagnie d'assurances, une société de fiducie ou une institution financière.

[En savoir plus sur les FERR.](#)

[En savoir plus sur les REER.](#)

Compte d'épargne libre d'impôt (CELI)

Ce compte bancaire unique vous permet de mettre de l'argent de côté à l'abri de l'impôt pendant toute votre vie. Chaque année civile, vous pouvez cotiser au compte d'épargne libre d'impôt (CELI) à raison d'une somme allant jusqu'au plafond établi pour l'année, plus les droits inutilisés de cotisation à un CELI de l'année précédente et le montant que vous avez retiré l'année précédente. Vos droits aux différents crédits et prestations fondés sur le revenu, tels que les prestations de la SV, le SRG et les prestations d'AE, ne seront pas réduits par les revenus gagnés ou les montants retirés de votre CELI. Pour en savoir plus, [cliquez ici](#) ou communiquez avec votre institution financière.

Régime d'encouragement à l'éducation permanente (REEP)

Le Régime d'encouragement à l'éducation permanente (REEP) vous permet de retirer de vos REER une somme allant jusqu'à 10 000 \$ au cours d'une année civile pour financer votre formation ou vos études à temps plein ou celles de votre conjoint ou conjoint de fait. Lorsque vous retirez des fonds de vos REER dans le cadre du REEP, vous avez jusqu'à 10 ans pour remettre le montant dans vos REER. La personne doit terminer son programme de formation avant la fin de l'année de son 71^e anniversaire. [En savoir plus.](#)

Autres types de placements

Pour atteindre vos objectifs de retraite, il convient de connaître les différents types d'options de placement. Gerezmeuxvotreargent.ca est un site Web créé par la Commission des valeurs mobilières de l'Ontario (CVMO) qui offre des outils financiers impartiaux et indépendants vous permettant de prendre les meilleures décisions.

Le site Web est exploité par le Bureau des investisseurs de la CVMO et constitue une excellente ressource pour en savoir plus sur les CPG, les fonds communs, ainsi que les placements plus complexes.

Aide financière

Ontario au travail

Si vous êtes admissible au programme, Ontario au travail peut vous fournir des fonds pour vous aider à couvrir les coûts de vos besoins essentiels comme la nourriture et les frais de logement. Le montant de vos prestations est établi en fonction de la taille de votre famille, de votre revenu, de vos actifs et de vos frais de logement. Veuillez communiquer avec le bureau d'emploi et des services sociaux de votre localité pour obtenir des renseignements supplémentaires.

[En savoir plus.](#)

Programme d'adaptation des habitations et des véhicules

Administré par La Marche des dix sous de l'Ontario, ce programme fournit un financement qui permet aux personnes à mobilité réduite de modifier leur habitation et leur véhicule, et ainsi de continuer à vivre en sécurité chez elles et de participer à la vie de leur collectivité.

Si vous êtes admissible, vous pouvez présenter une demande pour recevoir :

- jusqu'à 15 000 \$ (montant maximal à vie) pour des modifications à un domicile
- jusqu'à 15 000 \$ tous les dix ans pour des modifications à un véhicule.

[En savoir plus sur le Programme d'adaptation des habitations et des véhicules.](#)

La Marche des dix sous de l'Ontario

Sans frais : [1 877 369-4867](tel:18773694867) (appuyez sur « 2 » pour parler à une conseillère ou à un conseiller)

Le [crédit d'impôt aux aînés pour la sécurité à domicile](#) peut aider les aînés à mobilité réduite ou atteints de déficiences à vivre en sécurité chez eux. Ce crédit est offert pour les années d'imposition 2021 et 2022.

Crédit d'impôt pour frais médicaux

Le crédit d'impôt pour frais médicaux est un crédit d'impôt fédéral non remboursable que vous pouvez utiliser pour réduire l'impôt que vous avez payé ou que vous pourriez avoir à payer. Si vous avez engagé des dépenses en soins de santé, vous pourriez être en mesure de les déclarer à titre de frais médicaux admissibles sur votre déclaration de revenus et de prestations.

Les frais admissibles incluent un large éventail de produits, procédures et services, notamment :

- fournitures médicales
- soins dentaires
- frais de déplacement
- travaux de construction et de rénovation (par exemple, achat et installation de rampes, élargissement de couloirs et passages et abaissement des armoires de cuisine ou de salle de bains).

Pour en savoir plus sur les dépenses admissibles aux fins de ce crédit, consultez la page [Folio de l'impôt sur le revenu S1-F1-C1, Crédit d'impôt pour frais médicaux de l'ARC](#).

Le [crédit d'impôt de l'Ontario pour les soins à domicile à l'intention des aînés](#) remboursable peut être demandé en plus du crédit d'impôt pour frais médicaux.

Pour les anciens combattants

Pensions d'invalidité et indemnités spéciales

Anciens Combattants Canada offre une vaste gamme de services et de prestations aux anciens combattants et autres personnes admissibles. Des pensions d'invalidité et des indemnités spéciales peuvent être versées aux personnes ayant servi au sein de la marine marchande,

des Forces canadiennes, de la Gendarmerie royale du Canada ainsi qu'à celles et ceux qui ont servi au sein des Forces canadiennes en temps de guerre ou dans les zones de service spécial ou d'opérations spéciales, s'ils ou elles répondent aux critères d'admissibilité.

[Anciens Combattants Canada](#)

Sans frais : [1 866 522-2122](tel:18665222122)

Sans frais ATS : [1 833 921-0071](tel:18339210071)

Bureau de services juridiques des pensions

Le Bureau des services juridiques des pensions (BSJP) est un organisme unique d'avocats à l'échelle nationale au sein d'Anciens Combattants Canada. Le Bureau offre gratuitement de l'aide juridique aux anciens combattants insatisfaits de la décision rendue à l'égard de leurs demandes de prestations d'invalidité. [En savoir plus](#).

Sans frais : [1 877 228-2250](tel:18772282250)

Sans frais ATS : [1 833 921-0071](tel:18339210071)

Allocation aux anciens combattants

Cette allocation est mise à la disposition des anciens combattants à faible revenu admissibles ayant servi lors de la Deuxième Guerre mondiale ou de

la guerre de Corée. Les conjoints survivants, les conjoints de fait et les orphelins peuvent être admissibles à cette allocation si l'ancien combattant ou le civil décédé avait les états de service voulus.

[En savoir plus](#).

[Anciens Combattants Canada](#)

Sans frais : [1 866 522-2122](tel:18665222122)

Sans frais ATS : [1 833 921-0071](tel:18339210071)

Commission d'aide aux anciens combattants de l'Ontario

La Commission d'aide aux anciens combattants offre une aide financière aux anciens combattants admissibles de l'Ontario et à leur famille lorsqu'ils sont en proie à des difficultés financières. La Commission complète l'appui offert par la Légion royale canadienne et par Anciens Combattants Canada. L'aide est offerte à titre exceptionnel

tous les 12 mois pour les dépenses essentielles. Les fonds peuvent servir à l'achat d'articles liés à la santé (prothèses auditives ou dentaires, lunettes, etc.) et d'articles liés au logement, à la réalisation de modifications ou de réparations qui visent à accroître la mobilité, au paiement de frais de santé et de sécurité, à l'acquisition d'équipement spécialisé et d'appareils et accessoires fonctionnels pour favoriser l'accessibilité, et plus encore. [En savoir plus](#).

[416 327-4674](#)

Sans frais : [1 888 789-4199](#)

Sans frais ATS : [1 800 387-5559](#)

Caisses de bienfaisance

Les caisses de bienfaisance offrent de l'aide aux anciens combattants, aux anciens membres du personnel de service et aux personnes qui sont à leur charge. Le but de ces caisses est de fournir une aide d'urgence, qui serait autrement inaccessible. Toute demande doit être faite par l'entremise d'une conseillère ou d'un conseiller d'Anciens Combattants Canada, ou d'une agente ou d'un agent des services provinciaux de la Légion royale canadienne.

Les demandes d'aide sont habituellement liées aux besoins de base comme la nourriture, le logement et les soins médicaux. Cette aide est conçue pour ne servir qu'une seule fois. [En savoir plus](#) (en anglais seulement).

[Légion royale canadienne, Direction de l'Ontario](#)

(en anglais seulement)

Sans frais : [1 888 207-0939](#)

[Anciens Combattants Canada](#)

Sans frais : [1 866 522-2122](#)

Sans frais ATS : [1 833 921-0071](#)

Santé et bien-être

Renseignements généraux

Appelez le 9-1-1 si vous vous trouvez dans une situation où des personnes sont en danger et qu'une intervention immédiate est nécessaire.

Connexion Santé Ontario

Ce service gratuit, sécurisé et confidentiel vous permet d'obtenir des conseils sur la santé auprès d'un membre du personnel infirmier autorisé, de trouver des services de santé ou d'obtenir des renseignements – 24 heures sur 24, sept jours sur sept.

Ce service est offert en français et en anglais ainsi que dans d'autres langues par l'intermédiaire d'interprètes. Les personnes ayant des difficultés à entendre ou parler peuvent y avoir accès grâce à un numéro direct ATS. [En savoir plus](#).

Sans frais : [811](#)

Sans frais ATS : [1 866 797-0007](#)

Services de soutien à domicile et en milieu communautaire

Le 1^{er} avril 2021, les réseaux locaux d'intégration des services de santé (RLISS) ont commencé à exercer leurs activités sous un nouveau nom, à savoir Services de soutien à domicile et en milieu communautaire.

Il n'y a aucun changement dans la façon dont les patients accèdent aux soins à domicile et en milieu communautaire ou aux services de placement dans les foyers de soins de longue durée, et leurs personnes-ressources habituelles ne changeront pas non plus.

Soins à domicile

[Services de soutien à domicile et en milieu communautaire](#)

fournissent un soutien aux personnes de tout âge qui ont besoin de soins à leur domicile, à l'école ou dans la collectivité. Les aînés et les personnes de tout âge ayant des problèmes de santé complexes peuvent souvent rester chez eux s'ils ont un peu d'aide. Si vous êtes

admissible, le gouvernement de l'Ontario subventionne une vaste gamme de services à votre domicile et dans la collectivité. Si vous n'êtes pas admissible aux subventions, il se peut que vous soyez admissible à des services de soutien communautaire qui souvent exigent une contribution du client. Vous pouvez aussi obtenir de l'aide auprès d'entreprises privées, moyennant certains frais.

Comment organiser des soins à domicile et obtenir des services communautaires

Services de soutien à domicile et en milieu communautaire offrent des soins au patient, notamment des services de soins à domicile et de placement dans les foyers de soins de longue durée, et facilitent l'accès aux services communautaires.

Services de soutien à domicile et en milieu communautaire peuvent vous aider à vivre de manière autonome chez vous aussi longtemps que possible. Par exemple, votre coordonnateur peut aider à coordonner les services à domicile, y compris soins infirmiers, soutien à la personne (aide pour le bain, pour s'habiller, etc.), physiothérapie, ergothérapie, services sociaux, conseils en matière de nutrition, fournitures médicales et équipement médical.

Il existe en outre d'autres services communautaires destinés à aider les aînés et les personnes handicapées à vivre de manière autonome à domicile. Votre coordonnateur de Services de soutien à domicile et en milieu communautaire peut vous informer au sujet d'autres services communautaires locaux qui pourraient vous aider, vous, votre aidant naturel ou la personne à qui vous donnez des soins. Vous pouvez aussi accéder directement à ces services.

Votre coordonnateur peut aussi fournir de l'information au sujet des foyers de soins de longue durée, d'autres formes de logement, comme les logements avec services de soutien, les maisons de retraite et les appartements pour personnes âgées, de même qu'au sujet des options financières. Votre coordonnateur évaluera votre admissibilité à un foyer de soins de longue durée et vous aidera à préparer une demande.

Services de soutien à domicile et en milieu communautaire peuvent mettre des services de relève à la disposition des aidants naturels qui s'occupent de leurs clients. Les clients sont alors pris en charge de différentes manières :

- Programmes de jour pour adultes;
- Visites effectuées par un préposé aux services de soutien à la personne;
- Séjours de courte durée en établissement.

[En savoir plus.](#)

Pour communiquer avec Services de soutien à domicile et en milieu communautaire dans votre région, composez le [310-2222](#) (sans indicatif régional) ou [utilisez le localisateur de région.](#)

Pour de plus amples renseignements sur les options de logement pour les aînés, veuillez consulter la section sur le logement du présent guide.

Trouver un fournisseur de soins de santé

- [L'outil de recherche d'un médecin de l'Ordre des médecins et chirurgiens de l'Ontario](#) est un service gratuit qui fournit de l'information au sujet des médecins de l'Ontario.
 - [416 967-2600](#)
- [Accès Soins](#) est un programme qui oriente les personnes qui n'ont pas de fournisseur de soins primaires attiré vers un médecin de famille ou une infirmière praticienne ou un infirmier praticien de votre collectivité qui accepte de nouveaux patients.

Pour vous inscrire, composez sans frais le [1 800 445-1822](#) ou [remplissez le formulaire en ligne.](#)

[Le ministère de la Santé](#) fournit de l'aide pour cheminer dans le système de soins de santé de l'Ontario et pour vous orienter vers les programmes ou les services que vous cherchez.

- [ConnexionSanté Ontario](#) – Obtenez rapidement et gratuitement des conseils généraux d'ordre médical en composant sans frais le [1 866 797-0000](#) ou le numéro ATS : [1 866 797-0007](#).
- [ConnexOntario](#) – Obtenez des recommandations pour des problèmes de santé mentale, de toxicomanie, d'alcoolisme et de jeu compulsif en composant sans frais le [1 866 531-2600](#).

Ombudsman des patients

[L'ombudsman des patients](#) de l'Ontario examine et contribue à résoudre les plaintes déposées par des patients et des personnes soignantes concernant les hôpitaux publics, les foyers de soins de longue durée et les services de soins à domicile et en milieu communautaire offerts ou coordonnés par l'intermédiaire de [Services de soutien à domicile et en milieu communautaire](#). Il est essentiel d'atteindre un niveau d'équité pour tous ceux concernés par l'examen d'une plainte afin de résoudre celle-ci.

L'ombudsman des patients formule également des recommandations aux organismes du secteur de la santé et fournit des rapports à la ministre de la Santé qui sont rendus publics sur le site [Web de l'ombudsman des patients](#).

Pour déposer une plainte, vous pouvez :

- vous servir du [formulaire en ligne](#)
- téléphoner au numéro sans frais du lundi au vendredi de 9 h à 16 h

Sans frais : [1 888 321-0339](#)

Sans frais ATS : [416 597-5371](#)

Pour des renseignements généraux, vous pouvez faire parvenir un courriel à l'adresse info@patientombudsman.ca

Santé publique

Bureaux de santé publique

Les [bureaux de santé publique](#) offrent des programmes de promotion de saines habitudes de vie et de l'information sur la prévention des maladies à tous les membres de la collectivité. Ces programmes portent sur de saines habitudes de vie, y compris en matière de sexualité, de vaccins, de dépendances et de croissance et développement.

[Trouvez un bureau de santé publique près de chez vous.](#)

Ligne INFO de ServiceOntario

Sans frais : [1 866 532-3161](#)

Sans frais ATS : [1 800 387-5559](#)

ContrôleCancerColorectal

Ce programme est le premier programme de dépistage systématique à l'échelle de la province conçu pour accroître les taux de dépistage et réduire les décès liés au cancer colorectal, qui est tout à fait guérissable s'il est diagnostiqué à un stade précoce. L'Ontario a l'un des taux de cancer colorectal les plus élevés au monde. Assurez-vous de connaître les facteurs de risque :

- Êtes-vous âgé de 50 à 74 ans? Avez-vous un bon régime alimentaire? Songez à consommer plus de fibres et à éviter les viandes rouges et les viandes transformées.
- Êtes-vous fumeur? Si vous fumez, pensez sérieusement à cesser de fumer. Il n'existe pas de produits du tabac ni de niveau de consommation sans danger.
- Consommez-vous de l'alcool à l'excès? Abstenez-vous d'en consommer. Si vous consommez de l'alcool, suivez les directives sur la consommation d'alcool à faible risque pour la prévention du cancer, soit pas plus d'un verre par jour pour les femmes et pas plus de deux verres par jour pour les hommes.
- Menez-vous une vie sédentaire? Devenez actif! Les personnes plus actives sont moins susceptibles d'être atteintes d'un cancer colorectal.

- Êtes-vous obèse? Atteignez et maintenez un poids santé. L'excès de poids peut accroître le risque de cancer colorectal.
- Y a-t-il des antécédents de cancer colorectal dans votre famille, en particulier du côté de vos parents, de vos frères et sœurs ou de vos enfants?
- Souffrez-vous d'une maladie intestinale inflammatoire (colite ulcéreuse ou maladie de Crohn)?

Si vous avez répondu par l'affirmative à l'une de ces questions, demandez à votre professionnel de la santé comment vous pouvez réduire votre risque de cancer colorectal, et quelles sont les méthodes de dépistage qui permettent de détecter cette maladie tôt. [En savoir plus.](#)

Santé Ontario (Action Cancer Ontario)

Sans frais ATS : [1 866 662-9233](tel:18666629233)

Courriel : fo@cis.cancer.ca

Diabète

Le diabète est une maladie grave qui, si on la néglige, peut entraîner d'importants problèmes de santé à long terme, comme des maladies cardiovasculaires et rénales, des accidents vasculaires cérébraux, la cécité et l'amputation. Bien qu'il n'existe aucun moyen de prévenir le diabète de type 1, on peut prévenir le diabète de type 2 grâce à une saine alimentation, au contrôle du poids et à l'activité physique. L'adoption de bonnes habitudes de vie permet de prendre en charge les deux types de diabète. Les symptômes précoces du diabète doivent être pris au sérieux. Consultez un médecin pour faire vérifier votre glycémie.

Voici quelques-uns des symptômes précoces :

- Soif inhabituelle;
- Envie fréquente d'uriner;
- Prise ou perte de poids subite;
- Baisse d'énergie ou sensation d'être plus fatigué que d'habitude;
- Vision trouble;
- Infections fréquentes ou à répétition;

- Ralentissement du processus de cicatrisation des blessures, dont les coupures ou les ecchymoses;
- Fourmillement ou perte de sensibilité dans les mains ou les pieds;
- Difficulté à obtenir ou à maintenir une érection.

[En savoir plus.](#)

Le **Programme de surveillance pour une bonne santé de l'Ontario** rembourse les fournitures pour les tests de glycémie à certains groupes, notamment les résidents de l'Ontario qui prennent de l'insuline et qui ne reçoivent aucune autre aide pour l'achat de ces fournitures. Le programme est financé par le ministère de la Santé et administré par l'Association canadienne du diabète.

[L'Association canadienne du diabète](#) (site en anglais seulement)

Sans frais : [1 800 226-8464](tel:18002268464)

Courriel : info@diabetes.ca

[Découvrez comment prévenir le diabète ou apprenez à vivre avec cette maladie.](#)

Analyse de la densité minérale osseuse

L'ostéoporose entraîne la fragilisation des os et augmente le risque de fractures. L'analyse de la densité minérale osseuse mesure la perte osseuse attribuable à l'ostéoporose. Les résultats vous aident vous et votre médecin à déterminer le risque de fractures, à décider si un traitement médical est nécessaire et à surveiller l'efficacité d'un traitement en cours. L'Assurance-santé paie une analyse annuelle de la densité minérale osseuse chez les personnes présentant un risque élevé d'ostéoporose et de fractures éventuelles, et une analyse moins fréquente pour les personnes à faible risque. [En savoir plus.](#)

[ServiceOntario](#)

Sans frais : [1 866 532-3161](tel:18665323161)

Sans frais ATS : [1 800 387-5559](tel:18003875559)

[Ostéoporose Canada](#)

Sans frais : [1 800 463-6842](tel:18004636842)

Immunisation

L'immunisation aide à sauver des vies et prévient des maladies graves. Avoir une [immunisation](#) à jour peut contribuer à vous protéger, vous et vos êtres chers, contre certaines maladies évitables par la vaccination, y compris la COVID-19.

L'Ontario offre les vaccins qui suivent gratuitement aux adultes, y compris aux personnes âgées de 65 ans et plus :

- Vaccin contre la COVID-19;
- Vaccin antidiphtérique antitétanique et vaccin contre la coqueluche (une fois à l'âge adulte);
- Vaccin antidiphtérique antitétanique (tous les 10 ans);
- Vaccin contre la grippe saisonnière (chaque automne);
- Vaccin antipneumococcique (à l'âge de 65 ans);
- Vaccin contre le zona (deux doses pour les personnes âgées entre 65 et 70 ans).

Les personnes âgées de plus de 65 ans sont plus à risque de souffrir de complications dues à la grippe et à la pneumonie. En conséquence, il est important pour les aînés de recevoir un vaccin gratuit contre la grippe chaque année avant la saison de la grippe, qui commence généralement en octobre. La majorité des aînés n'ont besoin de recevoir le vaccin contre la pneumonie qu'une seule fois, et celui-ci peut être administré à tout moment de l'année. Il existe d'autres vaccins qui sont recommandés et gratuits pour les aînés, surtout pour ceux qui présentent certaines affections médicales. Consultez votre fournisseur de soins de santé pour vous assurer que tous vos vaccins sont à jour.

Pour de plus amples renseignements au sujet des programmes d'immunisation ou des vaccins financés par les fonds publics, veuillez communiquer avec votre fournisseur de soins de santé ou votre [bureau de santé publique](#).

Traitement du VIH

Santé sexuelle Ontario est une source de renseignements sur la santé sexuelle, le VIH/sida, l'hépatite C et les services d'échange de seringues. Vous pourrez obtenir des renseignements au sujet des services liés au VIH offerts en Ontario.

[Santé sexuelle Ontario](#)

Sans frais : [1 800 668-2437](tel:18006682437)

L'Ontario AIDS Network (OAN) est un réseau d'organismes communautaires qui offrent des programmes et des services d'éducation, de sensibilisation, de prévention et de soutien et soins liés au VIH/sida pour les personnes qui vivent avec le VIH/sida. Pour la liste des membres partout en Ontario, contactez directement l'OAN.

[Ontario AIDS Network](#) (site en anglais seulement)

Sans frais : [1 800 839-0369](tel:18008390369)

Courriel : info@oan.red

Le Réseau canadien d'info-traitements sida (CATIE) est une source canadienne de renseignements actuels et objectifs sur le VIH et l'hépatite C. Cet organisme offre aux personnes vivant avec le VIH ou l'hépatite C, aux communautés à risque, aux fournisseurs de soins de santé et aux organismes communautaires les connaissances, les ressources et l'expertise nécessaires pour réduire la transmission et améliorer la qualité de vie.

[Réseau canadien d'info-traitements sida](#)

Sans frais : [1 800 263-1638](tel:18002631638)

Courriel : info@catie.ca

Le Réseau ontarien de traitement du VIH (ROTV) est un organisme sans but lucratif qui finance et mène des travaux de recherche sur le VIH et fournit des services d'éducation, de renforcement des capacités, d'évaluation, de collecte de données et de surveillance pour les services liés au VIH en Ontario.

[Réseau ontarien de traitement du VIH](#)

Sans frais : [1 877 743-6486](tel:18777436486)

Régime d'assurance-santé de l'Ontario (Assurance-santé)

L'Assurance-santé couvre un vaste éventail de services de santé qui sont médicalement nécessaires. En tant que résident de l'Ontario, vous devez avoir une carte Santé pour prouver votre admissibilité aux services de soins de santé payés par l'Assurance-santé de l'Ontario.

Admissibilité

Généralement, en tant que résident de l'Ontario, vous êtes admissible aux services financés l'Assurance-santé de l'Ontario si :

- vous êtes un citoyen canadien ou un résident permanent ou avez un statut d'immigrant admissible à l'Assurance-santé en vertu du [Règlement 552 pris en application de la Loi sur l'assurance-santé de l'Ontario](#);
- vous êtes physiquement présent en Ontario pendant 153 jours au cours de toute période de 12 mois;
- vous êtes présent en Ontario pendant au moins 153 jours des 183 premiers jours qui suivent immédiatement votre date d'établissement dans la province;
- vous faites de l'Ontario votre principal lieu de résidence.

Habituellement, [la protection offerte par l'Assurance-santé](#) commence trois mois après la date à laquelle vous avez élu domicile en Ontario. Les nouveaux arrivants et les résidents de retour sont fortement encouragés à souscrire une assurance-santé privée en cas de maladie pendant la période d'attente. Il convient de noter qu'en réponse à la COVID-19, l'Ontario a éliminé la période d'attente pour la protection offerte par l'Assurance-santé, de sorte qu'une protection immédiate est offerte aux nouveaux résidents et aux résidents de retour en Ontario. Cette mesure n'est que temporaire et la période d'attente sera rétablie à une date ultérieure.

[S'inscrire à l'Assurance-santé de l'Ontario et obtenir une carte Santé.](#)

Carte Santé de l'Ontario

Les résidentes et résidents de l'Ontario doivent détenir une carte Santé pour prouver qu'ils sont admissibles aux services de soins de santé payés par l'Assurance-santé de l'Ontario. Votre carte Santé doit servir uniquement à accéder à des services de santé. Ne montrez votre carte à personne et n'en divulguez pas le numéro, sauf aux fournisseurs de soins de santé lors de la prestation de services ou au ministère de la Santé. La carte avec photo et la carte rouge et blanche sont toutes deux acceptables à l'heure actuelle pour obtenir des services de santé assurés, à condition que la carte soit valide et qu'elle vous appartienne. Voir ci-dessous pour en savoir plus sur la carte rouge et blanche.

Renouvellement

L'Ontario a suspendu les exigences pour le renouvellement des cartes Santé pour fournir une protection immédiate aux Ontariens pendant la pandémie de COVID-19.

Dans la plupart des cas, la date d'expiration de votre carte Santé avec photo correspond à la date de votre anniversaire de naissance. À l'approche de l'expiration de votre carte Santé, vous devrez peut-être vous rendre dans un centre ServiceOntario pour renouveler votre carte et vous faire prendre en photo. Avant de vous présenter en personne, vérifiez si vous êtes admissible au [renouvellement en ligne](#).

Carte rouge et blanche

Si vous possédez encore une carte Santé rouge et blanche, il est temps de passer à une carte Santé avec photo plus sécuritaire. Le remplacement de la carte pour une carte Santé avec photo est gratuit et contribue à protéger le système de soins de santé de l'Ontario contre toute fraude éventuelle. Découvrez comment [passer à la carte Santé avec photo](#).

Rappels concernant le renouvellement

ServiceOntario a cessé d'envoyer des avis de renouvellement de courtoisie par la poste à la plupart des Ontariens en faveur de rappels numériques. Vous pouvez vous inscrire pour recevoir des rappels

numériques et voir la liste complète des Ontariens qui continueront de recevoir des avis de renouvellement par la poste à ontario.ca/Rappels.

Les avis de renouvellement sur papier des cartes Santé avec photo continueront d'être envoyés par la poste aux personnes âgées de 70 ans et plus et aux personnes qui vivent dans un établissement de soins de longue durée financé par les fonds publics environ trois mois avant la date d'expiration figurant au recto de la carte. Toutefois, ces personnes peuvent toujours demander le renouvellement de leur carte six mois avant la date d'expiration.

Si vous êtes âgé de 80 ans ou plus, vous avez la possibilité de renouveler votre carte Santé par la poste. L'avis de renouvellement indiquera si cette option vous est offerte et vous présentera les prochaines étapes.

Si vous ne pouvez pas vous rendre à un centre ServiceOntario pour une raison quelconque, vous devez demander à un médecin ou à un membre du personnel infirmier praticien de remplir le formulaire [Demande d'exemption médicale – Carte Santé](#). Le formulaire rempli, accompagné des documents requis, doit être apporté à un centre ServiceOntario par quelqu'un d'autre en votre nom pour terminer le renouvellement.

[ServiceOntario](#)

Sans frais : [1 866 532-3161](tel:18665323161)

Sans frais ATS : [1 800 387-5559](tel:18003875559)

[Carte Santé de l'Ontario](#)

[Passer à la carte Santé avec photo](#)

Quels sont les services assurés?

Services offerts par les médecins

Le Ministère prend en charge le coût de tous les services jugés nécessaires du point de vue médical et dispensés par vos médecins. Les médecins peuvent vous demander de payer les frais si les services rendus ne sont pas assurés (p. ex., obtenir un billet du médecin), si vous ne vous présentez pas à un rendez-vous ou si votre carte Santé n'est pas valide.

Soins dentaires à l'hôpital

L'Assurance-santé couvre certaines chirurgies dentaires qui sont médicalement nécessaires. Vous devez payer les services dentaires réguliers offerts dans un cabinet de dentiste. (De plus amples renseignements sur les soins dentaires sont donnés plus loin.)

Soins de la vue

Un examen de la vue annuel est couvert pour les personnes :

- âgées de 19 ans ou moins;
- âgées de 65 ans ou plus.

Les personnes âgées de 20 à 64 ans qui sont atteintes de certaines affections médicales peuvent aussi être admissibles à des examens de la vue assurés effectués par un optométriste ou un médecin. Consultez votre fournisseur de soins de santé primaires pour en savoir plus. Si vous recevez des prestations du Programme ontarien de soutien aux personnes handicapées, du programme Ontario au travail ou du Programme de prestations familiales, vous avez droit à un examen de la vue gratuit tous les deux ans.

Services d'autres fournisseurs de soins de santé

Il se peut que vous ayez à payer une partie ou la totalité des coûts des services offerts par d'autres fournisseurs de soins de santé, comme les podiatres, les chiropraticiens et les physiothérapeutes. Pour toute question concernant les services fournis par d'autres fournisseurs de soins de santé, veuillez communiquer avec le ministère de la Santé.

Voir la liste complète des [services couverts par l'Assurance-santé](#).

Programme de subventions accordées aux résidents du Nord de l'Ontario pour frais de transport à des fins médicales

Si vous résidez dans le Nord de l'Ontario et que vous devez parcourir de grandes distances pour recevoir des services médicaux spécialisés, vous pourriez être admissible à une subvention. [En savoir plus](#).

Sans frais : [1 800 461-4006](tel:18004614006)

Services assurés dans d'autres provinces ou territoires du Canada

Bon nombre des services assurés en Ontario le sont également dans le reste du Canada. La province ou le territoire que vous visitez facture habituellement l'Ontario directement pour les services d'un médecin ou les services fournis dans un hôpital qui sont couverts, mais peut décider de vous envoyer la facture directement.

Si vous devez payer des services de santé assurés que vous recevez dans une autre partie du Canada, [consultez le site Web du Ministère pour savoir comment soumettre vos reçus aux fins de remboursement](#). Seuls les services d'un médecin et les services fournis dans un hôpital sont couverts lorsque vous êtes dans une autre province ou un autre territoire; par conséquent, les médicaments sur ordonnance obtenus dans une pharmacie ou les services tels que des soins à domicile, les services ambulanciers et les soins de longue durée reçus dans d'autres provinces et territoires ne sont pas couverts.

Services à l'extérieur du Canada

En ce qui concerne les personnes qui voyagent en dehors du Canada, [l'Assurance-santé couvre certains services médicaux et services d'urgence](#), à des taux limités. Si les soins sont recommandés par votre médecin ontarien, l'Assurance-santé pourrait couvrir certains services médicaux dans un hôpital ou un établissement de santé agréé à l'étranger, mais vous devez obtenir une approbation préalable par écrit du ministère de la Santé avant de recevoir les services. Il est conseillé aux résidents de l'Ontario qui voyagent à l'extérieur du Canada de souscrire une assurance supplémentaire étant donné que le coût d'un grand nombre de services de santé d'urgence fournis hors du pays est beaucoup plus élevé que le remboursement offert par l'Assurance-santé de l'Ontario.

MedsCheck

Ce [programme gratuit](#) vous permet d'avoir chaque année un entretien de 20 à 30 minutes avec une pharmacienne ou un pharmacien pour vous assurer que vous prenez tous vos médicaments correctement et en toute sécurité.

Tout résident de l'Ontario qui prend au moins trois médicaments sur ordonnance pour traiter une maladie chronique, qui réside dans un foyer de soins de longue durée agréé ou qui est atteint de diabète peut bénéficier de ce programme. Si vous prenez au moins trois médicaments sur ordonnance pour traiter une maladie chronique, mais que vous ne pouvez pas vous rendre à la pharmacie, vous pourriez être admissible à une consultation à domicile avec votre pharmacienne ou pharmacien.

[Ministère de la Santé](#)

Sans frais : [1 800 268-1153](#)

Sans frais ATS : [1 800 387-5559](#)

Programme de médicaments de l'Ontario (PMO)

Si vous êtes âgé de 65 ans ou plus et que vous êtes titulaire d'une carte Santé valide, vous êtes admissible au [Programme de médicaments de l'Ontario](#). Vous n'avez pas à vous inscrire au programme pour y être admissible. Si le ministère de la Santé a votre adresse postale exacte, vous serez avisé par lettre de votre admissibilité au PMO environ deux mois avant votre 65^e anniversaire. Le Programme de médicaments de l'Ontario s'adresse uniquement aux résidents de l'Ontario. Les ordonnances doivent être soumises dans une pharmacie de la province de l'Ontario pour être prises en charge. Assurez-vous que votre carte Santé de l'Ontario est valide (par exemple, qu'elle n'est pas expirée).

Votre admissibilité commence le premier jour du mois qui suit votre 65^e anniversaire. À partir de ce moment, vous n'avez qu'à présenter votre ordonnance et votre carte Santé à la pharmacie en informant la pharmacienne ou le pharmacien que vous êtes maintenant admissible au PMO. La pharmacienne ou le pharmacien vérifiera votre admissibilité dans le Système du réseau de santé du gouvernement.

Si vous prévoyez changer d'adresse, vous êtes tenu d'en informer le Ministère. Vous pouvez faire votre [changement d'adresse en ligne](#) ou dans un centre ServiceOntario.

[Programme de médicaments de l'Ontario](#)

Sans frais : [1 888 405-0405](#)

Quotes-parts et franchises

L'année de prestation du PMO débute le 1^{er} août. La majorité des aînés doivent payer la première tranche de 100 \$ (la franchise) du coût de leurs médicaments d'ordonnance à leur pharmacie chaque année. Vous payez la franchise lorsque vous achetez des produits sur ordonnance approuvés. Après avoir payé cette franchise, la majorité des aînés doivent payer un maximum de 6,11 \$ chaque fois qu'une ordonnance de produits approuvés est exécutée (la quote-part), jusqu'au début de la prochaine année de prestation.

Programme de la quote-part pour les personnes âgées

Grâce au [Programme de la quote-part pour les personnes âgées](#), les aînés à faible revenu peuvent être exonérés de la franchise de 100 \$ et avoir une quote-part réduite à 2,00 \$ pour l'exécution d'une ordonnance pour un produit approuvé. Pour être admissible à ce programme, vous devez soit :

- vivre seul et avoir un revenu annuel net ne dépassant pas 22 000 \$;
- vivre en couple et avoir un revenu annuel combiné de moins de 37 000 \$.

Vous devez présenter une demande au Programme. Pour obtenir un formulaire de demande :

- adressez-vous à votre pharmacie locale;
- composez sans frais le [1 888 405-0405](#);
- téléchargez [le formulaire de demande](#).

Programme de médicaments Trillium

Si les coûts de vos médicaments d'ordonnance sont élevés, vous pourriez avoir à payer seulement 2 \$ ou moins pour chaque ordonnance.

Vous devriez en faire la demande si vous :

- vivez en Ontario et êtes âgé de moins de 65 ans;
- êtes titulaire d'une carte Santé de l'Ontario valide;
- **n'êtes pas** déjà admissible au [Programme de médicaments de l'Ontario](#) (vous n'êtes pas, par exemple, inscrit à un programme tel que le programme Ontario au travail);
- **n'avez pas** un régime d'assurance qui paie 100 % de vos médicaments;
- consacrez environ 4 % ou plus du revenu de votre ménage après impôt au coût des médicaments d'ordonnance admissibles.

Pour en savoir plus sur le Programme de médicaments Trillium et les coûts d'ordonnance admissibles :

- consultez le ontario.ca/programmedemedicamentstrillium
- composez sans frais le numéro ATS : [1 800 575-5386](tel:18005755386).

Ce qui est couvert

Le Programme de médicaments de l'Ontario couvre la majeure partie du coût d'environ 5 000 médicaments d'ordonnance et substances thérapeutiques figurant dans la liste des médicaments assurés du PMO, ainsi qu'environ 1 000 produits pharmaceutiques qui répondent à des critères précis dans le cadre du Programme d'accès exceptionnel. Bien que la liste des médicaments pris en charge soit longue, elle ne couvre pas tous les médicaments qui peuvent être prescrits à un patient. Vous pouvez vérifier si un médicament est couvert par le PMO au moyen de cet [outil de recherche](#).

Le Programme de médicaments de l'Ontario couvre les mêmes médicaments, peu importe si le patient est un aîné ou est inscrit au Programme de médicaments Trillium. Pour être admissible, le

médicament doit être prescrit par un médecin ou un membre du personnel infirmier praticien de l'Ontario, et vous devez vous le procurer dans une pharmacie accréditée de l'Ontario.

Dans des cas très particuliers, le Programme d'accès exceptionnel rembourse des médicaments qui ne sont pas sur la liste approuvée du PMO. Un médecin doit faire la demande en votre nom.

Le PMO ne prend pas en charge les produits suivants :

- Les médicaments d'ordonnance achetés à l'extérieur de l'Ontario;
- Les médicaments d'ordonnance achetés au cabinet du médecin.

Agents réactifs pour diabétiques

Les agents réactifs pour diabétiques sont des produits que les personnes atteintes de diabète utilisent pour mesurer le taux de sucre dans le sang ou de cétone dans l'urine. Si vous êtes admissible au PMO, si vous faites du diabète et si un médecin de l'Ontario vous a prescrit des agents réactifs pour diabétiques, le programme prend en charge le coût des agents réactifs pour diabétiques figurant dans la liste des médicaments assurés. Le Programme de médicaments de l'Ontario prend en charge le coût d'un nombre maximal de bandelettes réactives pour patients diabétiques selon la méthode de traitement en cours pour chacun d'eux et les directives cliniques établies par l'Association canadienne du diabète. Si vous désirez une quantité supérieure à la quantité maximale prise en charge par le PMO, vous devez payer vous-même l'excédent.

Il est entendu qu'il peut y avoir des circonstances cliniques exceptionnelles qui exigent des vérifications plus fréquentes. Votre médecin peut prescrire 100 bandelettes réactives supplémentaires à la fois s'il est établi que vous avez besoin d'une quantité supérieure de bandelettes en raison de circonstances exceptionnelles. Si vous avez besoin de bandelettes réactives supplémentaires, veuillez consulter votre médecin. [En savoir plus.](#)

Programme de médicaments de l'Ontario

Sans frais : [1 888 405-0405](tel:18884050405)

Soins dentaires

Bien que vous deviez assumer le coût des services dentaires réguliers dispensés dans un cabinet de dentiste, l'Assurance-santé de l'Ontario couvre certaines chirurgies dentaires qui doivent absolument être effectuées à l'hôpital. Si vous êtes résident d'un foyer de soins de longue durée, une évaluation de votre santé dentaire aura été effectuée dans le cadre du processus d'admission. Ces foyers offrent aussi, contre rémunération, des soins d'hygiène buccale continus dispensés par des dentistes qualifiés. Si vous avez besoin de soins dentaires ou d'autres services qui ne sont pas offerts par votre foyer, vous devriez demander à ce qu'on vous dirige vers un dentiste ou un autre professionnel de votre choix. Vous ou votre représentant devez autoriser et payer ces services.

Programme ontarien de soins dentaires pour les aînés (POSDA)

Ce [programme](#) offre gratuitement des soins dentaires courants aux aînés à faible revenu admissibles résidant en Ontario qui sont âgés de 65 ans et plus, qui ne reçoivent aucune autre forme de prestations pour soins dentaires et qui satisfont aux critères suivants :

- Ils vivent seuls et ont un revenu annuel net de 22 000 \$ ou moins
- Ils vivent en couple et ont un revenu annuel net combiné de 37 100 \$ ou moins.

Le programme couvre ce qui suit :

- Les examens, ainsi que le détartrage, les traitements au fluor et le polissage;
- La réparation de dents cassées et des caries;
- Les radiographies;
- L'extraction dentaire ou le retrait de tissus anormaux (chirurgie buccale);
- L'anesthésie;
- Le traitement des infections et de la douleur (services endodontiques);
- Le traitement des maladies des gencives (services périodontiques).

Les prothèses dentaires (services prosthodontiques), dont les dentiers, sont partiellement couvertes. Pour de plus amples renseignements, veuillez communiquer avec votre [bureau de santé publique](#).

Sans frais : [1 833 207-4435](tel:18332074435)

Sans frais ATS : [1 800 855-0511](tel:18008550511)

Programme d'appareils et accessoires fonctionnels

Les résidentes et résidents de l'Ontario qui ont une déficience physique de longue durée peuvent obtenir une aide financière pour se procurer des appareils et des accessoires fonctionnels leur permettant de vivre de manière plus autonome. Sont admissibles toutes les personnes résidant en Ontario qui sont titulaires d'une carte Santé valide, qui ont une déficience physique de longue durée et qui nécessitent de l'équipement pendant six mois ou plus. Chaque catégorie d'appareils ou d'accessoires comporte des critères d'admissibilité particuliers qui doivent être respectés.

Le [Programme d'appareils et accessoires fonctionnels](#) rembourse jusqu'à 75 % du coût de l'équipement tel que les fauteuils roulants, les appareils d'assistance respiratoire, les aides visuelles et les orthèses fabriquées sur mesure.

Le Programme d'appareils et accessoires fonctionnels rembourse jusqu'à 75 % du coût de l'oxygénothérapie à domicile aux personnes âgées de 65 ans et plus et aux personnes de 64 ans et moins qui touchent des prestations d'aide sociale et qui résident dans un foyer de soins de longue durée ou qui reçoivent des services professionnels par l'intermédiaire de [Services de soutien à domicile et en milieu communautaire](#). Pour d'autres types d'équipement comme les appareils auditifs, le programme offre un montant fixe. Dans le cas des fournitures pour stomisés, des prothèses mammaires et des aiguilles et seringues pour les aînés, le programme verse une subvention annuelle directement à la personne.

Ministère de la Santé**1 800 268-6021**Sans frais ATS : **1 800 387-5559**Courriel : adp@ontario.ca**Services d'ambulance**

Si vous êtes titulaire d'une carte Santé de l'Ontario valide et si un médecin traitant juge que votre recours à une ambulance est essentiel du point de vue médical, vous n'avez pas à payer les déplacements en ambulance effectués entre des établissements médicaux situés en Ontario (p. ex., entre deux hôpitaux), mais vous devrez payer une quote-part de 45 \$ dans le cas des déplacements en ambulance d'un autre point de départ (votre domicile par exemple). Vous êtes exempté de ces frais si vous touchez des prestations d'aide sociale, si vous vivez dans un foyer de soins de longue durée agréé ou approuvé par le ministère des Soins de longue durée, si vous recevez certains soins à domicile ou si vous répondez à d'autres critères d'exemption.

Si vous n'êtes pas titulaire d'une carte Santé de l'Ontario valide ou si le médecin traitant juge que votre recours à une ambulance n'est pas essentiel du point de vue médical, vous devrez assumer une quote-part de 240 \$ pour chaque déplacement en ambulance terrestre ou le coût total de chaque déplacement en ambulance aérienne. Apprenez-en plus sur [la facturation des services d'ambulance](#).

Renseignez-vous sur [les services d'ambulance ou les soins préhospitaliers](#) (y compris l'aide en ce qui concerne les préoccupations ou les plaintes).

Services de transport de patients autres qu'en ambulance

Le recours à une ambulance pourrait ne pas être l'option de transport la plus appropriée dans le cas de patients qui sont stables du point de vue médical, mais qui ont besoin d'accès à des soins. En pareil cas, les foyers de soins de longue durée et les hôpitaux peuvent prendre des arrangements avec des services de transport privés (à ou sans but lucratif) pour qu'ils assurent ces services de transport courants.

Ces services de transport de patients autres qu'en ambulance ne sont pas :

- réglementés par les ministères de la Santé et des Soins de longue durée;
- couverts par le Régime d'assurance-santé de l'Ontario.

Exception faite des transports entre hôpitaux (qui sont couverts par les hôpitaux), les passagers doivent généralement assumer le coût de ces services, bien qu'il puisse y avoir quelques programmes d'aide financière pour certains patients, notamment :

- le Fonds d'aide à la prestation de soins spéciaux du ministère des Soins de longue durée, qui couvre le coût du transport à destination et en provenance d'un hôpital en vue d'une dialyse pour les résidents de foyers de soins de longue durée admissibles.
- le [Programme de subventions accordées aux résidents du Nord de l'Ontario pour frais de transport à des fins médicales](#) du ministère de la Santé, qui accorde des subventions de déplacement aux patients admissibles qui doivent parcourir au moins 100 kilomètres dans un sens pour avoir accès : i) au médecin spécialiste le plus proche; ou ii) aux services de soins de santé non offerts localement à l'établissement de soins de santé le plus proche financé par le Ministère.

Provincial Geriatrics Leadership Ontario

En collaboration notamment avec les médecins de soins primaires et les professionnels en santé communautaire, le réseau provincial de services gériatriques spécialisés vise à répondre aux besoins des personnes âgées atteintes d'affections médicales complexes et chroniques.

Voici les coordonnées pour obtenir de plus amples renseignements au sujet des services offerts :

- [Provincial Geriatrics Leadership Ontario](#)
Courriel : info@rgpo.ca (site en anglais seulement)
- [Programme régional de soins gériatriques de Toronto](#) :
[416 480-6026](tel:4164806026) (site en anglais seulement)

- [Services gériatriques spécialisés](#) (Sud-Est de l'Ontario) :
[613 544-4900](#)
- [Programme gériatrique régional de l'Est de l'Ontario](#) (Ottawa) :
[613 761-4458](#)
- [Services gériatriques spécialisés](#) (Sud-Ouest de l'Ontario) :
[519 685-4000](#) (site en anglais seulement)

Santé mentale et dépendances

Près de 30 % de la population de l'Ontario éprouvera un problème de santé mentale ou de dépendance à un moment ou un autre de sa vie.

Si vous ou quelqu'un de votre entourage avez besoin de soutien, il existe en Ontario plusieurs options permettant d'obtenir une aide gratuite et confidentielle en matière de santé mentale et de dépendances. [En savoir plus.](#)

[Trouvez des services de santé mentale et de toxicomanie dans votre collectivité](#)

Programmes gériatriques spécialisés dans le domaine de la santé mentale

Ces programmes offrent aux aînés atteints de graves maladies mentales, à leur famille et aux personnes qui s'occupent d'eux des services d'évaluation, de consultation, de traitement et d'éducation. Dans la plupart des cas, les aînés atteints de maladies mentales ainsi que leur famille peuvent accéder à ces programmes par eux-mêmes ou par l'entremise de leur médecin de famille. Pour savoir si ce genre de programme existe dans votre région, communiquez avec votre médecin de famille.

Services pour patients hospitalisés et externes dispensés en milieu hospitalier

Plus de 85 hôpitaux dans la province disposent de lits en psychiatrie afin de prodiguer des soins actifs à court terme aux personnes atteintes de maladies mentales.

Un certain nombre d'hôpitaux psychiatriques spécialisés de la province disposent de lits en psychogériatrie pour les aînés atteints de maladies mentales graves qui doivent être hospitalisés à plus long terme. Bon nombre de ces établissements offrent des programmes psychiatriques en consultation externe pour les aînés atteints de maladies mentales, notamment des programmes de traitement de jour et des cliniques de consultation.

En cas d'urgence psychiatrique, communiquez avec le service d'urgence de l'hôpital le plus près de chez vous ou présentez-vous en personne.

Pour avoir accès aux services psychiatriques destinés aux aînés en milieu hospitalier, communiquez avec votre médecin de famille.

Dans certaines régions, Services de soutien à domicile et en milieu communautaire offrent aussi parfois des services de santé mentale destinés aux aînés.

Pour contacter Services de soutien à domicile et en milieu communautaire, vous pouvez composer le [310-2222](tel:310-2222) (sans indicatif régional) ou [utiliser le localisateur de région pour trouver les services offerts dans votre collectivité. Apprenez comment obtenir de l'aide pour les patients et aînés qui ont besoin d'aide pour vivre à la maison.](#)

Centre de toxicomanie et de santé mentale (CAMH)

Le [CAMH](#) est le plus grand organisme de toxicomanie et de santé mentale au Canada offrant des soins complets et accessibles aux personnes qui ont des problèmes de dépendance ou de santé mentale. Les services gériatriques aux patients hospitalisés du CAMH consistent en deux unités d'admission des aînés, fonctionnant 24 heures sur 24, sept jours sur sept, qui se concentrent sur la stabilisation des symptômes et un traitement actif portant à la fois sur la santé mentale et la toxicomanie.

Les services se spécialisent dans les soins pour les troubles neurocognitifs et traitent les personnes atteintes de divers sous-types de troubles neurocognitifs, dont la maladie d'Alzheimer, la démence à corps de Lewy, la démence fronto-temporale et la démence vasculaire, pour n'en nommer que quelques-uns, l'objectif étant

essentiellement d'élaborer des plans de soins adaptés aux objectifs et aux valeurs de chaque client et de sa famille.

Les services sont destinés aux personnes âgées de 65 ans et plus ayant des troubles psychiatriques de longue date ou nouvellement diagnostiqués, dont les troubles de l'humeur, la psychose, l'anxiété et des troubles concomitants ainsi que des troubles psychiatriques qui peuvent découler d'affections médicales ou de substances ou médicaments. Les personnes âgées de 60 à 64 ans atteintes de troubles neurocognitifs liés à l'âge peuvent aussi être admissibles à ce programme.

Services gériatriques aux patients hospitalisés (24/7)

[416 535-8501](tel:4165358501)

La pandémie de COVID-19 a compliqué la prise en charge de problèmes de santé mentale courants chez les aînés, dont ceux causés par la perte d'êtres chers et l'isolement social. L'équipe du projet [Comprendre la santé mentale et le bien-être chez les personnes âgées](#) du CAMH souhaite aider les personnes âgées à faire face à ces problèmes et à savoir où s'adresser pour trouver de l'aide.

Association canadienne pour la santé mentale (ACSM), division de l'Ontario

L'ACSM est un organisme bénévole à but non lucratif voué à améliorer les services de santé mentale et de soutien aux personnes vivant avec des problèmes de santé mentale et à leur famille. L'Association offre des services communautaires de santé mentale aux quatre coins de l'Ontario et formule des conseils en matière de politiques publiques relativement à la promotion de la santé mentale pour toute la population ontarienne. [Trouver l'ACSM de votre région.](#)

[ACSM Ontario](#) (site en anglais seulement)

Sans frais : [1 800 875-6213](tel:18008756213)

Courriel : info@cmha.ca

Si vous ou une personne de votre entourage êtes en situation de crise ou avez des idées suicidaires, contactez sans tarder le **Service canadien de prévention du suicide**.

Sans frais : [1 833 456-4566](tel:18334564566) (24/7)

Sans frais : [1 866 277-3553](tel:18662773553) au Québec (24/7)

ConnexOntario

[ConnexOntario](#) offre trois lignes d'aide où obtenir des services d'information gratuits et confidentiels sur la santé; les personnes ayant des problèmes d'alcool, de drogue, de santé mentale ou liés aux jeux d'argent sont mises en contact avec des services dans leur région. Un personnel spécialisé et d'expérience chez ConnexOntario soutient les Ontariens par [téléphone](#), par [clavardage en direct sur le Web](#) et par [courriel](#) 24 heures sur 24, sept jours sur sept, et offre une écoute attentive pour vous aider à trouver des ressources tirées de leur base de données exhaustive.

Sans frais : [1 866 531-2600](tel:18665312600)

Abandon du tabagisme

Les produits du tabac continuent de représenter la principale cause évitable de décès et de maladie. Le tabagisme et l'exposition à la fumée secondaire sont associés à l'apparition et à la progression de nombreuses maladies chroniques, notamment cancer, maladies respiratoires et maladies du cœur. Ces maladies peuvent entraîner des restrictions de la mobilité et un déclin du fonctionnement physique. Cesser de consommer du tabac peut améliorer votre qualité de vie et réduire votre risque de maladie et de décès. Le counseling est une stratégie d'intervention éprouvée qui accroît considérablement les chances de réussir à arrêter. [En savoir plus](#).

[Téléassistance pour fumeurs](#) est un service gratuit, sans jugement et confidentiel fourni par la Société canadienne du cancer, qui offre de l'aide et de l'information sur l'abandon du tabagisme, le vapotage et la consommation de tabac. Des services bilingues sont offerts [en ligne](#) et par téléphone au [1 877 513-5333](tel:18775135333) (sans frais).

Visitez le site de [ConnexionSanté Ontario](#) ou téléphonez au 811 pour connaître les mesures de soutien offertes pour vous aider à cesser de fumer.

Le Programme de médicaments de l'Ontario peut vous aider à cesser de fumer. Il offre :

- jusqu'à un an de counseling assisté par un pharmacien (parlez-en à votre pharmacien ou votre fournisseur de soins de santé);
- des médicaments pour traitement si vous êtes âgé de 18 ans ou plus.

[ServiceOntario](#)

Sans frais : [1 866 532-3161](tel:18665323161)

Sans frais ATS : [1 800 387-5559](tel:18003875559)

Prévention des chutes

Les chutes constituent la principale cause de blessures chez les aînés, et près de la moitié se produisent à leur domicile. Chaque année, environ le tiers des aînés subissent une chute et, souvent, cette chute entraîne des conséquences graves pour leur santé, leur autonomie et leur qualité de vie.

Heureusement, un grand nombre de chutes peuvent être évitées.

Vous pouvez réduire les risques en mettant en pratique les conseils suivants :

- **Faites régulièrement de l'exercice.** Les adultes âgés de 65 ans et plus devraient faire au moins 150 minutes d'activité physique aérobique d'intensité modérée à élevée par semaine, en périodes de 10 minutes ou plus. Si votre mobilité est réduite, l'activité physique peut vous aider à améliorer votre équilibre et à éviter les chutes. Assurez-vous de porter des chaussures adéquates à semelles de caoutchouc et à talons plats, munies de lacets ou de velcro permettant de les attacher fermement.
- **Passez une ostéodensitométrie.** L'ostéoporose est une maladie qui rend les os minces et poreux, et qui augmente le risque de fracture en cas de chute. Au moins 80 % des fractures osseuses chez les aînés sont liées à l'ostéoporose, et les femmes courent un plus grand risque de développer la maladie. Consultez votre médecin pour passer une ostéodensitométrie et déterminer si vous êtes à risque.
- **Soyez au fait des médicaments que vous prenez.** La prise de plusieurs médicaments augmente le risque de chute. Parlez à votre médecin des médicaments que vous prenez. Informez-vous des raisons pour lesquelles vous les prenez, des effets secondaires

(comme la somnolence et les étourdissements) et des solutions de rechange, le cas échéant.

- **Réduisez les facteurs de risque à la maison.** Parmi ces facteurs, on retrouve les tapis lâches, les rallonges sur le sol, les objets encombrants, les escaliers et les endroits mal éclairés. Songez également à installer des accessoires fonctionnels comme des barres d'appui et des sièges de toilette surélevés.

[Ostéoporose Canada](#)

Sans frais : [1 800 463-6842](tel:18004636842)

Pour commander des publications connexes auprès de l'Agence de la santé publique du Canada, dont les documents [Chez soi en toute sécurité – Guide de sécurité des aînés](#), [Vous POUVEZ éviter les chutes!](#) et [La sécurité dans les escaliers](#), visitez le [site Web](#) l'Agence ou composez le numéro sans frais [1 800 O-CANADA \(622-6232\)](tel:1800O-CANADA).

Nutrition

Trouver une ou un diététiste professionnel à l'aide de ConnexionSanté Ontario

Ce programme vous met en contact avec une ou un diététiste professionnel qui pourra vous conseiller gratuitement sur les aliments et une saine alimentation. Ce service est confidentiel et est offert en français, en anglais avec une traduction offerte dans d'autres langues.

[ConnexionSanté Ontario](#)

Sans frais : [811](tel:811)

Sans frais ATS : [1 866 797-0007](tel:18667970007)

Bien manger avec le Guide alimentaire canadien

Pendant des années, ce guide a aidé les Canadiennes et Canadiens à équilibrer nutrition et activité physique pour garder la forme et la santé. Il n'est pas nécessaire de cesser de consommer les aliments que vous aimez pour être en santé. Il faut simplement manger de façon variée et modérée. [Bien manger avec le Guide alimentaire canadien](#) peut vous aider à faire les bons choix.

Bureau de la politique et de la promotion de la nutrition

613 957-8329

Sans frais ATS : 1 800 465-7735

Courriel : nutrition@hc-sc.gc.ca**Les diététistes du Canada**

Cette [association](#) composée de professionnels de l'alimentation et de la nutrition s'efforce de favoriser la santé et le bien-être des Canadiennes et des Canadiens. Elle produit une documentation variée visant à aider les gens à faire des choix alimentaires judicieux, à s'informer sur le rôle de la nutrition dans la santé et à trouver une ou un diététiste dans leur région.

[416 596-0857](tel:4165960857)**Programme de counseling en soins auditifs**

Ce programme est conçu pour aider les aînés 55 ans et plus à rester branchés et à préserver leur autonomie et leur confiance en leur fournissant des renseignements sur les appareils de communication et d'autres services offerts dans le confort de leur foyer. Les conseillers font des visites à domicile, fournissent des services éducatifs, font des démonstrations et formulent des recommandations relativement aux appareils de communication.

[Société canadienne de l'ouïe](#)Sans frais : [1 866 518-0000](tel:18665180000)Sans frais ATS : [1 877 215-9530](tel:18772159530)Courriel : info@chs.ca**MedicAlert® Sécu-Retour^{MD}**

Avec le temps, une personne atteinte d'un trouble neurocognitif (démence) pourrait éprouver des difficultés à résoudre des problèmes, à communiquer et à reconnaître son milieu. Par conséquent, elle risque de s'égarer, même dans les lieux qui lui sont familiers. [MedicAlert® Sécu-Retour^{MD}](#) soutient les familles et les proches

aidants, les personnes atteintes d'un trouble neurocognitif qui sont égarées, ainsi que les membres de la collectivité qui les retrouvent.

MedicAlert® Sécu-Retour^{MD} a été créé grâce à un partenariat entre la Fondation canadienne MedicAlert et la Société Alzheimer du Canada. Les frais pour un abonnement d'un an au service MedicAlert® Sécu-Retour^{MD} sont de 60 \$. [En savoir plus.](#)

Les anciens combattants recevant des prestations de maladie par l'entremise d'Anciens combattants Canada (ACC) pourraient être admissibles au programme d'assistance ACC qui couvre les frais d'inscription à ce service.

Sans frais : [1 855 581-3794](tel:18555813794)

Trouvez votre chemin^{MD}

Afin de renforcer la sécurité des personnes atteintes de troubles neurocognitifs qui peuvent errer ou se perdre et de soutenir les aidants et les collectivités, la Société Alzheimer de l'Ontario s'est associée avec des sociétés locales pour offrir ce programme dans toute la province. Ce programme vise à sensibiliser les gens aux risques d'errance et de disparition des personnes atteintes de troubles neurocognitifs et offre des conseils pratiques à ces personnes, aux familles, aux aidants et aux collectivités sur les façons de réagir efficacement si un incident de ce genre survient.

[Trouvez votre chemin^{MD}](#)

[Société Alzheimer de l'Ontario](#)

Sans frais : [1 800 879-4226](tel:18008794226)

[Site de 211 Ontario](#)

Pour les aînés autochtones

Services de santé non assurés pour les Premières Nations et les Inuits

Le Programme des services de santé non assurés (SSNA) est un programme national qui offre une couverture aux membres des

Premières Nations inscrits et aux Inuits reconnus pour une gamme de produits et de services médicaux nécessaires qui ne sont pas couverts par d'autres régimes et programmes. Le programme offre une couverture pour une gamme précise de demandes de prestations pour des médicaments, des soins dentaires, des soins de la vue, de l'équipement médical et des fournitures médicales, des interventions d'urgence à court terme, du counseling en santé mentale, ainsi que pour le transport pour raison médicale. [En savoir plus.](#)

Services de santé non assurés de l'Ontario

Sans frais : [1 800 640-0642](tel:18006400642)

Sans frais ATS : [1 800 267-1245](tel:18002671245)

Services de soins primaires adaptés sur le plan culturel pour les aînés autochtones

Centres d'accès aux services de santé pour les Autochtones (CASSA)

Les centres d'accès aux services de santé pour les Autochtones (CASSA) sont des organismes de soins de santé primaires propres aux Autochtones dirigés par la collectivité. Ils offrent une combinaison de services de santé traditionnels, de soins primaires, de programmes culturels, de programmes de promotion de la santé, d'initiatives de développement communautaire et de services de soutien social aux collectivités des Premières Nations, des Métis et des Inuits. L'Ontario compte actuellement dix CASSA, qui offrent des services à la fois dans des réserves et à l'extérieur de celles-ci, dans des milieux urbains et ruraux et dans le Nord de l'Ontario. L'Alliance pour des communautés en santé peut vous fournir les coordonnées du CASSA le plus proche.

[Alliance pour des communautés en santé](#)
[416 236-2539](tel:4162362539)

Centres de santé communautaire autochtones

Les centres de santé communautaire (CSC) autochtones offrent un éventail d'approches autochtones traditionnelles en matière de santé et de bien-être et de soins de santé primaires dans des milieux adaptés sur le plan culturel aux membres de la collectivité autochtone. Il existe actuellement deux CSC en Ontario.

[Anishnawbe Health Toronto](#) (site en anglais seulement, trois endroits)

225, rue Queen Est : [416 360-0486](#)

179, rue Gerrard Est : [416 920-2605](#)

213, rue Carlton : [416 657-0379](#)

[Misiway MilopemahteseWIN](#) (site en anglais seulement, Timmins)

130, avenue Wilson : [705 264-2200](#)

Équipes interprofessionnelles de soins primaires autochtones (EISPA)

Les équipes interprofessionnelles de soins primaires autochtones sont des organismes communautaires gérés par des Autochtones qui peuvent comprendre des guérisseurs et des aidants traditionnels, des médecins généralistes et des médecins de famille, des infirmières et infirmiers praticiens, des infirmières et infirmiers, des travailleurs en santé mentale et des intervenants en toxicomanie, ainsi que toute une gamme de fournisseurs de soins de santé qui ont à cœur de travailler ensemble selon un modèle interprofessionnel de soins holistiques en matière de santé et de bien-être. Les programmes et les services, ainsi que la prestation de soins de santé primaires traditionnels liés à la terre et adaptés à la culture sont propres à chaque collectivité.

Équipe interprofessionnelle de soins primaires autochtone

[Mamaway Wiidokdaadwin](#) « Everyone Helps » (en anglais seulement, deux endroits)

Clinique de Barrie

125, route Bell Farm, bureau 200
Barrie (Ontario) L4M 6L2

Heures d'ouverture :
de 8 h 30 à 16 h 30

[705 503-9554](#)

Clinique d'Orillia

210, promenade Memorial,
bureau 112

Orillia (Ontario) L3V 7V1
Heures d'ouverture :

de 8 h 30 à 16 h 30

[705 259-9520](#)

Dilico Anishinabek Family Care Primary Care Health Team

200, place Anemki

Première Nation de Fort William (Ontario) P7J 1L6

Sans frais : [807 623-8511](#)

Sans frais ATS : [1 855 623-8511](#)

**Matawa Health Cooperative Inc. Indigenous Interprofessional
Primary Care Team**

233, rue South Court
Thunder Bay (Ontario) P7B 2X9
[807 346-2370](tel:8073462370)

Tsi Kanonhkwatsheriyo IIPCT (A place where there is good medicine)

CP 721
Deseronto (Ontario) K0K 1X0
[343 478-0196](tel:3434780196)
Courriel : iipct@mbq-tmt.org

North Bay Indigenous Interprofessional Primary Care Team

1040, rue Brookes
North Bay (Ontario) P1B 2N6
[705 995-0060](tel:7059950060)
Courriel : info@gmghub.ca

Sioux Lookout Area Primary Care Team

61, rue Queen
Sioux Lookout (Ontario) P8T 1B8
[807 737-1802](tel:8077371802)
[Formulaire de contact](#) (site en anglais seulement)

Sweetgrass Health Centre

207, 6^e rue, bureau 3
Cochrane (Ontario) P0L 1C0
[705 913-2043](tel:7059132043)
Courriel : hello@sghc.ca

Mino M'Shki-ki Indigenous Health Care Team

421, route Shepherdson
Temiskaming (Ontario) P0J 1P0
[705 647-7855](tel:7056477855)

Wasauksing First Nation Indigenous Primary Healthcare Team

150, route Geewdin, allée G
Complexe communautaire de la Première Nation Wasauksing
Parry Sound (Ontario) P2A 2X4

Programme national concernant le diabète chez les Autochtones

[Ce programme](#) (site en anglais seulement) sensibilise la population au diabète et offre des programmes et des services culturellement adaptés sur le plan culturel aux personnes autochtones atteintes de la maladie.

Communiquez avec le coordonnateur au [204 927-1221](tel:2049271221) ou par courriel à coordinator@nada.ca.

Centres de traitement de la consommation problématique de substances pour les Premières Nations et les Inuit

Santé Canada offre du financement aux collectivités des Premières Nations et des Inuits pour mettre en place et gérer des programmes de traitement de la consommation problématique d'alcool et d'autres drogues. Ces programmes offrent de nombreux services d'aide aux personnes et aux familles touchées par la toxicomanie. [En savoir plus](#).

Pour obtenir des renseignements au sujet des services de traitement, vous pouvez communiquer avec le chef du Programme national de lutte contre l'abus de l'alcool et des drogues chez les autochtones (PNLAADA) de la région de l'Ontario au [807 343-5352](tel:8073435352). Vous pouvez aussi communiquer avec le Bureau régional principal de l'Ontario au [613 668-6411](tel:6136686411).

Pour les aînés de la communauté bispirituelle, lesbienne, gaie, bisexuelle, transgenre, queer, intersexe et asexuelle (2SLGBTQIA+)

Santé arc-en-ciel Ontario

Cet organisme vise à améliorer la santé et le bien-être des personnes de la communauté bispirituelle, lesbienne, gaie, bisexuelle, transgenre, queer, intersexe et asexuelle (2SLGBTQIA+) au moyen de l'éducation, de la recherche, de la sensibilisation, et de la défense de leurs intérêts. Il offre également de la formation sur un éventail de sujets dans les domaines de la santé et du bien-être, dont des séances spécialisées qui s'adressent aux aînés de la communauté 2SLGBTQIA+. Un programme de Sherbourne Health, relevant de Santé arc-en-ciel Ontario (SAO), crée des occasions permettant au système de soins de santé de mieux servir la communauté 2SLGBTQIA+. À titre d'exemple, [SAO](#) :

- fait la promotion de meilleurs résultats en matière de santé pour la communauté 2SLGBTQIA+ en améliorant l'accès à des soins pertinents et appropriés;
- offre de la formation aux fournisseurs de soins de santé à l'échelle de la province pour qu'ils se sentent plus compétents sur les plans clinique et culturel pour procurer des soins aux membres de la communauté 2SLGBTQIA+ qui ont recours à leurs services;
- produit des ressources fondées sur des données probantes en format imprimé et en ligne;
- agit à titre de catalyseur de la recherche et transmet la perspective des populations 2SLGBTQIA+ en matière de santé pour orienter les politiques publiques;
- organise le plus important congrès canadien sur la santé des populations 2SLGBTQIA+.

Le travail de Santé arc-en-ciel Ontario comprend le perfectionnement des compétences en soins de santé transgenres dans toute la province par l'entremise de réseaux de formation, d'encadrement et de promotion liés aux compétences cliniques et culturelles, de ressources et de consultation.

[416 324-4100](tel:416-324-4100)

Pour les anciens combattants

Programme pour l'autonomie des anciens combattants

Les anciens combattants admissibles peuvent bénéficier de différents types de prestations pour services de santé, notamment pour les soins médicaux, chirurgicaux et dentaires, les médicaments d'ordonnance, les prothèses auditives et les aides visuelles par l'entremise d'Anciens Combattants Canada. De plus, des programmes comme le Programme pour l'autonomie des anciens combattants aident les anciens combattants et autres personnes admissibles à rester en santé et à vivre de façon autonome dans leurs propres foyers et collectivités.

[Anciens Combattants Canada](#)

Sans frais : [1 866 522-2122](tel:18665222122)

Sans frais ATS : [1 833 921-0071](tel:18339210071)

Services à domicile et en milieu communautaire

Services de soutien à domicile et en milieu communautaire

Le 1^{er} avril 2021, les réseaux locaux d'intégration des services de santé (RLISS) ont commencé à exercer leurs activités sous un nouveau nom, [Services de soutien à domicile et en milieu communautaire](#).

Rien ne change dans la façon dont les patients accèdent à des services de soins à domicile et en milieu communautaire ou à des services de placement dans un foyer de soins de longue durée, et aucun changement ne sera apporté à leurs personnes-ressources habituelles.

Les services de soutien à domicile et en milieu communautaire sont offerts par un réseau d'organismes régionaux qui couvrent la province. Ces organismes aident des gens de tous âges qui ont besoin de soins à leur domicile, à l'école ou dans la collectivité. Les aînés et les personnes de tous âges ayant des problèmes médicaux complexes peuvent souvent rester à leur domicile s'ils reçoivent le soutien approprié.

Ces organismes fournissent des soins aux patients, y compris des services de placement dans des foyers de soins de longue durée, des soins à domicile et un accès à des services en milieu communautaire. Ils peuvent également offrir des services de relève aux personnes soignantes.

Si vous êtes admissible, le gouvernement de l'Ontario finance une vaste gamme de services à votre domicile et dans votre collectivité. Si vous n'êtes pas admissible aux soins à domicile, vous pourriez tout de même être admissible à des services de soutien en milieu communautaire pouvant exiger une quote-part de la clientèle. Vous pouvez également obtenir de l'aide d'entreprises privées moyennant des frais.

Ces services peuvent vous aider à vivre de façon autonome dans votre propre domicile aussi longtemps que possible.

Comment accéder aux services

[Communiquez avec votre organisme de Services de soutien à domicile et en milieu communautaire](#) en téléphonant au [310-2222](#) (sans indicatif régional) ou [utilisez le localisateur de région](#).

On vous mettra en relation avec **une coordonnatrice ou un coordonnateur des soins** qui déterminera si vous êtes admissible à des services de soins à domicile financés par le gouvernement. Si vous n'y êtes pas admissible, la coordonnatrice ou le coordonnateur pourra vous renseigner sur d'autres services offerts dans votre collectivité auxquels vous pouvez accéder directement.

Les coordonnateurs de soins sont membres d'une profession de la santé réglementée ayant une expertise en soins infirmiers, travail social, ergothérapie, physiothérapie ou orthophonie. Les coordonnateurs de soins travaillent directement auprès des patients dans les hôpitaux, les cabinets de médecins, les collectivités, les écoles et aux domiciles des patients. Ils se servent de leurs connaissances et de leurs compétences en évaluation pour comprendre vos besoins uniques, et formulent des recommandations en fonction de vos besoins et de vos objectifs.

Par exemple, votre **coordonnatrice ou coordonnateur des soins** de Services de soutien à domicile et en milieu communautaire peut :

- évaluer vos besoins, déterminer votre admissibilité à des services de **soins à domicile** et préparer votre plan de soins;
- aider à coordonner les **services de soins à domicile**, y compris les services de soins infirmiers, de soutien à la personne, de physiothérapie, d'ergothérapie, de travail social, l'offre de fournitures médicales et d'équipement médical, les services de nutrition et de diététique et plus encore;
- vous renseigner sur des **services en milieu communautaire dans votre région** qui pourraient vous aider vous, votre personne

Services à domicile et en milieu communautaire

soignante ou la personne de qui vous prenez soin, vous aiguiller vers ces services ou vous mettre en relation avec eux. Vous pouvez également avoir directement accès à ces services;

- fournir des renseignements sur les **foyers de soins de longue durée** et autres **options de logement**, et **coordonner un placement**;
- offrir un accès à des **services de relève**.

Les types de services qui suivent sont souvent offerts par l'entremise d'organismes de Services de soutien à domicile et en milieu communautaire.

Options de logement

Votre coordonnatrice ou coordonnateur des soins peut vous fournir des renseignements à propos des foyers de soins de longue durée, d'autres options de logement comme des logements avec services de soutien et des maisons de retraite, ainsi qu'à propos d'options financières. Votre coordonnatrice ou coordonnateur des soins évaluera votre admissibilité à une place dans un foyer de soins de longue durée, vous aidera avec le processus de demande et coordonnera le placement dans le foyer.

Pour de plus amples renseignements sur les options de logement pour aînés, veuillez consulter la [section sur le logement](#) du présent guide.

Services de professionnels de la santé

Si vous êtes admissible à des services de soins à domicile, ceux-ci peuvent inclure les services suivants :

- soins infirmiers – y compris de l'aide pour prendre des médicaments, pour changer des pansements et nettoyer des plaies, pour vous remettre d'une blessure ou d'un problème de santé et pour vérifier votre état de santé;
- physiothérapie – y compris de l'aide pour les douleurs lombaires, les problèmes de mobilité et de circulation sanguine, le soulagement de la douleur et la relaxation;

Services à domicile et en milieu communautaire

- ergothérapie – y compris de l'aide pour faciliter les activités quotidiennes et la mobilité à domicile;
- orthophonie – y compris aider à se remettre d'un accident vasculaire cérébral pour les aînés qui éprouvent des difficultés à parler ou de compréhension du langage;
- travail social – y compris de l'aide pour permettre aux personnes soignantes de composer avec le stress et le gérer et de l'aide aux familles afin de régler des conflits;
- services de nutrition et de diététique – y compris de l'aide pour évaluer les habitudes alimentaires et pour préparer un plan de saine alimentation;
- fournitures pour soins de santé à domicile – y compris des pansements, des aides à la marche, des appareils orthopédiques, des coussins.

Services de soutien à la personne

Si vous êtes admissible à des services de soutien à la personne, ceux-ci comprennent de l'aide pour ce qui suit :

- soins de toilette et bain;
- soins de la bouche;
- soins des cheveux;
- soins préventifs de la peau;
- aide pour prendre place sur une chaise, dans un véhicule ou un lit et en sortir;
- aide pour se vêtir et se dévêtir;
- aide pour manger;
- aide pour aller à la toilette;
- aide pour se rendre à des rendez-vous.

Services d'aide familiale

Les services d'aide familiale peuvent vous permettre de maintenir un domicile sûr et confortable en vous aidant avec des tâches ménagères de routine, notamment :

- le ménage;
- la lessive;
- les courses;
- les transactions bancaires;
- le paiement de factures;
- la planification des menus et la préparation des repas.

Services communautaires de soutien

De nombreuses collectivités offrent des services destinés exclusivement aux aînés et à d'autres personnes ayant besoin d'aide pour continuer à vivre de façon autonome à la maison. Vous aurez peut-être à payer des frais pour certains de ces programmes ou il est possible qu'un financement soit offert. Certains de ces services sont uniquement offerts dans des collectivités plus importantes.

Rester actif et en contact

- **Les programmes de jour pour adultes** offrent des activités structurées et supervisées en groupe pour les adultes qui ont besoin de soins ou de soutien. Les programmes incluent habituellement des activités de loisirs et physiques planifiées, les repas, le transport aller-retour et certains soins personnels. Le client pourrait devoir payer des frais pour couvrir les coûts des repas et du transport. Des subventions pourraient être offertes.
- **Des services de transport** vous aident si vous n'êtes pas en mesure d'utiliser les options de transport existantes à votre disposition ou si vous avez besoin d'assistance. Le transport peut se faire dans la voiture d'une personne bénévole, dans un véhicule communautaire ou un taxi, selon vos besoins et la disponibilité du service dans votre secteur. Le client doit payer des frais pour ce

service afin de couvrir les coûts de transport, mais des subventions pourraient être offertes.

- **Les services de visites amicales** offrent des visites régulières effectuées par des bénévoles chez un aîné isolé. Les visites se font habituellement à votre domicile, mais la personne bénévole peut également vous aider à faire des courses ou vous accompagner au magasin, à votre institution financière ou dans le cadre d'autres activités.

Rester en santé et en sécurité

- **Des services de repas** sont offerts en fonction de vos besoins et la disponibilité du service. Des repas nutritifs peuvent vous être livrés à domicile, ou il est possible de prendre des dispositions pour vous permettre de prendre un repas avec d'autres dans la collectivité. Il est possible que vous ayez à payer le coût de la nourriture ou du transport.
- **Des services d'assistance** aident les aînés à risque élevé ayant besoin d'un niveau de service plus élevé que ce que peuvent offrir les soins à domicile, mais sans la surveillance médicale ou la supervision de personnel infirmier en tout temps qu'offrent les foyers de soins de longue durée. Ces services sont la plupart du temps, mais pas uniquement, offerts dans des milieux comme des logements avec services de soutien, des immeubles d'habitation ou des endroits où les clients vivent à proximité. Les soins peuvent être dispensés sans rendez-vous ou au besoin, plutôt que dans le cadre de visites planifiées. Les services incluent ce qui suit :
 - services de soutien à la personne (24 heures sur 24, sept jours sur sept, planifiés et non planifiés);
 - services d'aide familiale;
 - vérifications de sécurité;
 - coordination des soins entre les services d'assistance et les services de soins à domicile.
- **Des services de vérifications de sécurité ou services de réconfort** s'assurent qu'une personne bénévole vous téléphone régulièrement pour s'assurer que vous n'êtes pas en situation de

crise ou à risque de préjudice physique.

- **Des services d'intervention en situation d'urgence** incluent l'installation d'un dispositif électronique à votre domicile afin que vous soyez relié en tout temps à un centre d'intervention en situation d'urgence. Ce dispositif se porte souvent autour du cou afin que la personne y ait accès en tout temps.
- **Des services de soins des pieds** sont offerts par du personnel formé qui vous aide en coupant vos ongles, en examinant la condition de vos pieds et en effectuant des bains et des massages de pieds. Les services que vous pourrez obtenir varieront selon vos besoins et dans la mesure où des services de soins des pieds sont offerts dans votre collectivité. Il est possible que vous ayez à payer pour ces services.
- **Services d'entretien et de réparation domiciliaires** : Certains organismes peuvent vous aider à organiser des corvées lourdes, notamment l'entretien du terrain, le déneigement, le nettoyage de fenêtres ou certains travaux ponctuels de réparation. Si vous êtes frêle ou physiquement handicapé, un organisme peut prendre des dispositions pour vous. De façon générale, le consommateur doit payer directement les travailleurs ou l'entreprise.

Services aux personnes autochtones

Les Ontariennes et Ontariens autochtones sont également admissibles à des services de soutien culturels pour personnes autochtones, qui peuvent aider les patients, familles et collectivités autochtones à entrer en contact avec des fournisseurs de différents services. Vous pouvez en apprendre davantage en communiquant avec [Services de soutien à domicile et en milieu communautaire](#).

[Trouvez des renseignements sur les soins primaires pour aînés autochtones](#) dans le chapitre sur la santé et le bien-être du présent guide.

Services de relève

Les organismes de Services de soutien à domicile et en milieu communautaire peuvent mettre les patients et familles en relation avec des services de relève pour personnes soignantes. Ces services peuvent offrir aux personnes soignantes un répit de leurs tâches. Les patients peuvent recevoir des services de relève au moyen :

- d'un programme de jour pour adultes;
- de la visite d'une préposée ou d'un préposé aux services de soutien à la personne;
- d'un court séjour dans un foyer de soins de longue durée.

[En savoir plus.](#)

Services en fin de vie

Les soins palliatifs représentent une philosophie de soins visant à soulager la souffrance et à améliorer la qualité de vie et de décès. Ils aident les personnes et les familles à surmonter les problèmes physiques, psychologiques, sociaux, spirituels et pratiques associés au cheminement vers la mort. Ces services peuvent comprendre des groupes de soutien et des maisons de soins palliatifs, où les soins en fin de vie sont prodigués dans un milieu semblable à celui de la maison.

Si vous ou un proche avez besoin de soins en fin de vie à domicile, de nombreux programmes peuvent vous aider en Ontario. Vous pouvez demander :

- des soins infirmiers et personnels;
- des fournitures médicales;
- des médicaments à faible coût pour aînés par l'entremise du [Programme de médicaments de l'Ontario](#);
- des tests;
- du matériel hospitalier et pour chambre de malade;
- un transport vers d'autres services de santé;

- de l'aide pour contrôler la douleur;
- des services de soins palliatifs à domicile, y compris des visites à domicile;
- des soins de relève prodigués par des bénévoles formés.

Autres services de soutien

Vous pouvez accéder directement aux services suivants :

Une voix amicale

[Une voix amicale](#) est une ligne téléphonique confidentielle et gratuite à l'intention des Ontariennes et des Ontariens âgés de 55 ans et plus qui veulent simplement parler avec une personne amicale.

- Sans frais : [1 855 892-9992](tel:18558929992)
- afriendlyvoice@rosss.ca

Programme d'appels amicaux

[Le programme d'appels amicaux](#) met les adultes en contact avec des bénévoles de la Croix-Rouge qui fournissent une écoute active, une interaction sociale et un soutien émotionnel. Bien que la priorité soit accordée aux personnes de plus de 65 ans qui reçoivent des soins à domicile et en milieu communautaire, le programme est offert à tous les adultes en Ontario qui pourraient bénéficier d'un appel amical pour diminuer leur sentiment d'anxiété, de dépression ou de solitude.

Les inscriptions à ce programme se font par courriel uniquement à l'adresse ONFriendlyCalls@redcross.ca.

Meals on Wheels (popote roulante)

[Meals on Wheels](#) (site en anglais seulement) livre des repas nutritifs, délicieux et à prix abordable à diverses clientèles, y compris :

- les aînés, les personnes ayant des handicaps physiques ou des déficiences cognitives;

Services à domicile et en milieu communautaire

- les personnes atteintes d'une maladie et ayant subi une intervention chirurgicale;
- les personnes ayant besoin d'une planification et de soutien pour un régime alimentaire spécial.

Téléphonez au : 1 800 267-OCSA

Sans frais : [1 800 267-6272](tel:18002676272)

Courriel : info@ocsa.on.ca

Programmes de centres de vie active pour personnes âgées

Offerts dans l'ensemble de la province, les [programmes des centres de vie active pour personnes âgées](#) consistent en des activités sociales, culturelles, d'apprentissage et de loisirs qui encouragent la participation communautaire et aident les aînés à demeurer actifs, autonomes et mobilisés. Ces programmes virtuels et en personne servent un large éventail de personnes, allant des personnes en excellente santé à celles ayant besoin d'aide pour continuer à vivre de façon autonome dans la collectivité.

Les aînés participent souvent directement au fonctionnement de ces programmes, notamment en siégeant au conseil d'administration, en donnant des conseils sur la planification des programmes et en faisant du bénévolat.

[Trouvez un centre de vie active pour personnes âgées près de chez vous.](#)

Logement

Logements adaptés

En général, nous préférons demeurer dans notre propre résidence le plus longtemps possible. Toutefois, les besoins en matière de logement changent au cours d'une vie. Parfois, même de légères modifications peu coûteuses suffisent à rendre votre résidence plus sécuritaire et vous permettent de vieillir de façon autonome. Si vous songez à modifier votre demeure, la Société canadienne d'hypothèques et de logement offre en ligne des publications qui pourront vous aider :

- Le document [*Maintenir l'autonomie des aînés par l'adaptation des logements : guide d'évaluation pour les aînés*](#) peut vous renseigner sur les adaptations du domicile qui répondent le mieux à vos besoins.
- La page [*Une habitation accessible dès la conception*](#) décrit l'éventail des rénovations qui peuvent accroître l'accessibilité de votre résidence.
- Le guide [*Comment prévenir les chutes dans les escaliers*](#) peut vous aider à réduire les risques de chute et de blessure dans les escaliers.

[**Société canadienne d'hypothèques et de logement**](#) (SCHL)

Sans frais : [1 800 668-2642](tel:18006682642)

Sans frais ATS : [1 800 309-3388](tel:18003093388)

Programmes d'aide financière

Si vous songez à effectuer des modifications à votre demeure pour la rendre plus accessible, il existe des programmes gouvernementaux qui pourraient vous aider.

Rénovations Ontario

Le programme Rénovations Ontario fait partie de l'Initiative liée aux priorités de l'Ontario en matière de logement, un programme de logement communautaire qui offre des prêts-subsidies pour :

- les propriétaires à revenu faible ou modique
- les propriétaires d'immeubles à loyers abordables

Ce programme permet d'effectuer les réparations nécessaires pour rendre les unités conformes à des normes acceptables et en améliorer l'accessibilité. L'Initiative liée aux priorités de l'Ontario en matière de logement est administrée par les municipalités et les conseils d'administration de district des services sociaux, désignés sous le nom de gestionnaires de services. Les personnes intéressées par le programme Rénovations Ontario sont invitées à contacter directement leur gestionnaire de services pour savoir s'il est offert dans leur localité et connaître les critères d'admissibilité locaux et les détails du programme.

[Consultez la liste des gestionnaires de services de l'Ontario et des localités qu'ils servent.](#)

Allègement de l'impôt foncier pour les personnes âgées et handicapées

Les propriétaires qui construisent ou modifient une résidence pour une personne âgée ou handicapée peuvent bénéficier d'un allègement de l'impôt foncier. Parmi les exemples de modifications et d'ajouts, on notera l'aménagement d'une rampe ou d'une pièce supplémentaire. Si vous estimez que votre maison est admissible, contactez votre bureau de la Société d'évaluation foncière des municipalités. [Exemptions pour les personnes âgées et les personnes handicapées.](#)

[Société d'évaluation foncière des municipalités](#)

Sans frais : [1 866 296-MPAC \(1 866 296-6722\)](#)

Sans frais ATS : [1 877 TTY-MPAC \(1 877 889-6722\)](#)

Allègement de l'impôt foncier pour les personnes âgées à faible revenu et les personnes à faible revenu atteintes d'une invalidité

Les propriétaires fonciers qui sont des personnes âgées à faible revenu ou des personnes à faible revenu atteintes d'une invalidité pourraient être admissibles à un allègement des augmentations d'impôt découlant de la réforme de l'évaluation foncière. Pour de plus amples renseignements ou pour déterminer si vous êtes admissible, veuillez communiquer avec votre municipalité.

Programme de report de l'impôt foncier provincial pour les personnes âgées à faible revenu et les personnes handicapées à faible revenu

Grâce à ce programme, les personnes âgées à faible revenu et les personnes handicapées à faible revenu peuvent demander le report annuel d'une partie de l'augmentation de l'impôt foncier provincial et de l'impôt scolaire. Tous les montants reportés doivent être remboursés au moment de la vente ou du transfert de la propriété. Ce programme est conçu pour les personnes qui payent leurs impôts fonciers directement au gouvernement de l'Ontario. [En savoir plus.](#)

Ministère des Finances

Sans frais : [1 866 400-2122](tel:18664002122)

Sans frais ATS : [1 888 321-6774](tel:18883216774)

Pour en savoir plus sur le Programme d'adaptation des habitations et des véhicules, veuillez consulter la section Aide financière du chapitre Finances du présent guide.

Options de logement

Si vous avez besoin d'aide pour choisir le logement qui vous convient le mieux ou qui convient le mieux à un membre de la famille, vous pouvez faire appel à l'un des professionnels suivants :

- un coordonnateur des soins de [Services de soutien à domicile et en milieu communautaire](#);

- un travailleur social d'un centre gériatrique ou d'un organisme de counseling familial;
- une infirmière ou un infirmier de la santé publique.

Communautés pour adultes

Les communautés pour adultes fournissent des résidences de vie autonome pour les retraités ou les semi-retraités. Les résidences peuvent être des pavillons, des maisons en rangée, de petites maisons ou des copropriétés offrant les avantages de l'accession à la propriété ainsi que des activités récréatives et communautaires sur place. Veuillez communiquer avec votre agent immobilier pour connaître les communautés pour adultes de votre région.

Logements à bail viager

Le [bail viager](#) vous assure un droit sur une propriété dont vous n'êtes pas propriétaire. Ce type d'accord offre plusieurs avantages. Par exemple, les logements à bail viager sont souvent moins chers que les copropriétés de tailles comparables dans un même secteur. De plus, les ensembles à baux viagers sont réservés aux personnes d'un certain âge. Ainsi, les intérêts et les besoins des résidentes et résidents tendent à converger.

Maisons de retraite

Les maisons de retraite sont tenues par des entreprises privées qui vendent aux consommateurs diverses combinaisons de logements (allant des chambres partagées aux appartements spacieux), de services de soutien et de soins personnels. Tout le monde peut faire une demande pour vivre dans une maison de retraite.

Le coût du logement et des services de soins revient entièrement à la cliente ou au client. Les loyers sont assujettis à un mécanisme de contrôle. Les maisons de retraite et les tarifs varient beaucoup en ce qui a trait aux soins, aux services et aux commodités. Même si la cliente ou le client n'a aucunement besoin de fournir des preuves médicales pour profiter de soins, la maison de retraite procédera à l'évaluation des besoins pour s'assurer qu'elle est en mesure d'y répondre.

L'exploitation d'une maison de retraite est assujettie à la [Loi de 2010 sur les maisons de retraite](#). Cette loi établit :

- des normes en matière de soins et de sécurité, exigeant notamment un plan de mesures d'urgence, des programmes de prévention et de contrôle des infections, une évaluation des besoins en soins et de la planification des soins, la vérification des dossiers de police et la formation du personnel;
- une déclaration des droits des résidents indiquant notamment celui de connaître le coût réel des soins et de l'hébergement et le droit de vivre dans un milieu qui promeut la tolérance zéro en matière de mauvais traitement et de négligence;
- l'Office de réglementation des maisons de retraite, un organisme indépendant destiné à former, autoriser et inspecter les maisons de retraite pour veiller à ce qu'elles respectent les normes prescrites.

L'Office de réglementation des maisons de retraite de l'Ontario autorise et inspecte les maisons de retraite de la province, tient un [registre public de toutes les maisons de retraite ayant demandé ou reçu un permis d'exploitation](#), gère les plaintes et forme les propriétaires et le personnel des maisons de retraite, les consommateurs et le public sur la Loi.

N'importe qui en Ontario peut, sans frais, communiquer avec l'Office pour obtenir de l'aide en matière de résolution des plaintes concernant une maison de retraite.

Si vous êtes témoin d'un préjudice ou d'un risque de préjudice à l'égard d'un pensionnaire, ou si vous en soupçonnez l'existence, qu'il s'agisse de mauvais soins, de mauvais traitements ou de négligence, vous avez l'obligation d'en informer l'Office de réglementation des maisons de retraite. Les cas peuvent être signalés de façon anonyme.

Pour obtenir des renseignements sur les maisons de retraite de votre communauté, communiquez avec l'Office de réglementation des maisons de retraite.

[Office de réglementation des maisons de retraite](#)

Sans frais : [1 855 ASK-RHRA \(1 855 275-7472\)](#)

Logements avec services de soutien

Les Programmes de logement avec services de soutien sont coordonnés par Services de soutien à domicile et en milieu communautaire. Ces programmes proposent des services de soutien personnalisés sur place aux aînés vivant en tant que locataires dans des immeubles résidentiels spécifiques. Ils sont conçus pour aider les personnes à vivre de manière autonome dans leur propre logement. Les services comprennent une aide personnelle et des services auxiliaires, des services de ménage essentiels et du personnel disponible en permanence pour administrer les soins réguliers planifiés et les soins d'urgence. [En savoir plus.](#)

Pour communiquer avec Services de soutien à domicile et en milieu communautaire :

- recherchez ceux de votre région en ligne au moyen du [localisateur de région](#);
- appelez au [310-2222](#) (sans indicatif régional)

Choix de logement pour les aînés à faible revenu

[Renseignez-vous sur les programmes conçus pour vous aider à trouver un endroit sûr et abordable où vivre.](#)

Loyers indexés sur le revenu

Les logements sociaux sont créés avec l'aide du gouvernement pour les Ontariennes et Ontariens à revenu faible ou modéré. La durée d'attente avant la mise à disposition d'un logement varie en fonction de l'endroit. Ce programme est administré par les municipalités et les conseils d'administration de district des services sociaux, désignés sous le nom de gestionnaires de services. Les personnes intéressées par ce programme sont invitées à contacter leur gestionnaire de services local. [Consultez la liste des gestionnaires de services de l'Ontario et des localités qu'ils servent.](#)

Suppléments au loyer et allocations de logement

Les suppléments au loyer et allocations de logement sont des formes d'aide au loyer pouvant aider les gens à payer leur loyer. Un supplément au loyer est une subvention versée au propriétaire au nom d'un ménage ayant besoin d'aide pour payer son loyer. Une allocation de logement est une subvention versée directement à un ménage ayant besoin d'aide pour payer son loyer.

L'Initiative liée aux priorités de l'Ontario en matière de logement comporte un volet d'aide au loyer qui fournit des suppléments au loyer ou des allocations de logement. Ce programme est administré par les conseils d'administration de district des services sociaux, désignés sous le nom de gestionnaires de services.

On encourage les personnes intéressées par le volet aide au loyer à communiquer directement avec le gestionnaire de services de leur région pour vérifier si le volet est offert dans une collectivité précise, ainsi que pour connaître les critères d'admissibilités et les détails du programme à l'échelle locale.

[Consultez la liste des gestionnaires de services de l'Ontario et des localités qu'ils servent.](#)

Allocation Canada-Ontario pour le logement

Ce programme prévoit le versement d'une allocation mensuelle directe aux ménages admissibles pour les aider à payer leur loyer. Les prestations versées sont :

- transférables, ce qui signifie que vous pouvez recevoir les prestations même si vous déménagez à une autre adresse;
- basées sur le revenu du ménage et le prix des loyers du marché local.

Les ménages admissibles incluent :

- les personnes survivantes de la violence familiale et de la traite des personnes
- les personnes itinérantes ou à risque de le devenir

- les personnes autochtones
- les aînés
- les personnes handicapées

Pour présenter une demande, les ménages admissibles doivent être dans l'une ou l'autre des situations suivantes :

- être inscrits, ou admissibles à l'être, sur la liste d'attente pour un logement social d'un gestionnaire de services;
- vivre dans un logement communautaire

[Communiquez avec le gestionnaire de services de votre](#) région pour de plus amples détails sur les critères d'admissibilité et la façon de présenter une demande.

Les ménages qui sont autorisés à recevoir des prestations dans le cadre de ce programme doivent consentir à être retirés de la liste d'attente pour un logement social du gestionnaire de services de leur région.

Coopératives d'habitation

Les personnes qui résident dans des coopératives d'habitation ne détiennent aucune part de valeur dans leur logement, mais elles jouissent toutes du même droit de parole en ce qui a trait à la gestion de la coopérative. Une coopérative est un organisme sans but lucratif. Si vous quittez une coopérative d'habitation, le logement retournera à la coopérative et sera offert à une autre personne recherchant une habitation à coût abordable.

[Fédération de l'habitation coopérative du Canada, région de l'Ontario](#)

Sans frais : [1 800 268-2537](tel:18002682537)

Courriel : info@chfcanada.coop

Aide au loyer d'urgence

Programme de prévention de l'itinérance

Ce programme est conçu pour aider les personnes itinérantes ou à risque de le devenir à trouver les services de logement appropriés et d'autres mesures de soutien, qu'il s'agisse d'une aide au loyer ou à l'hébergement d'urgence ou d'une aide au logement ou de suppléments au loyer à plus long terme.

La prestation des services est effectuée par les municipalités et les conseils d'administration de district des services sociaux, aussi connus sous le nom de gestionnaires de services.

[Consultez la liste des gestionnaires de services de l'Ontario et des localités qu'ils servent.](#)

Taux légal d'augmentation des loyers

Chaque année, l'Ontario fixe un nouveau taux d'augmentation des loyers.

Le taux légal est le taux d'augmentation maximal que le locateur peut appliquer au loyer de la plupart des locataires au cours d'une année sans l'approbation de la Commission de la location immobilière.

Le taux s'applique à la plupart des logements locatifs privés visés par la [Loi de 2006 sur la location à usage d'habitation](#). Le taux s'applique à la plupart des locataires, notamment ceux qui vivent dans :

- les maisons, les appartements (y compris au sous-sol) et les condominiums loués ([voir les exceptions applicables aux logements occupés depuis peu](#))
- les maisons de soins
- les maisons mobiles
- les zones résidentielles à baux fonciers

Le taux ne s'applique **pas** à certains types de logements, notamment :

- les logements vacants

- les logements communautaires
- les foyers de soins de longue durée
- les biens-fonds commerciaux

Renseignez-vous sur les règles relatives au loyer, y compris le taux légal d'augmentation des loyers et le règlement de différends relatifs au contrôle des loyers.

Relations entre locateurs et locataires

Loi de 2006 sur la location à usage d'habitation

[Cette loi](#) régit la majorité des relations entre locateurs et locataires en Ontario. Elle énonce les droits et les responsabilités des locateurs et des locataires de propriétés résidentielles, et elle régit la plupart des augmentations de loyer. La Loi ne s'applique pas aux locaux à usage commercial.

Commission de la location immobilière

La Commission de la location immobilière règle les différends entre propriétaires et locataires, et elle informe les gens au sujet de leurs droits et responsabilités. Les locateurs et locataires peuvent présenter une requête. Une date d'audience sera ensuite déterminée. À l'audience, un membre de la Commission pourra rendre une décision ou, si le locateur et le locataire sont d'accord, un médiateur tentera d'aider les deux parties à s'entendre.

Le [Navigateur de Tribunaux décisionnels Ontario](#) est un outil en ligne pratique qui fournit aux utilisateurs des renseignements sur leurs droits et responsabilités juridiques, ainsi que sur les règles et les procédures. Cet outil en ligne peut aider les locataires et les propriétaires à connaître les mesures qu'ils peuvent prendre pour gérer un litige.

Sans frais : [1 888 332-3234](tel:18883323234)

Sans frais ATS : [1 800 855-0511](tel:18008550511)

Pour les aînés autochtones

Programme d'aide à la remise en état des logements (PAREL) – dans les réserves

La Société canadienne d'hypothèques et de logement offre, par le biais du Programme d'aide à la remise en état des logements, une aide financière aux Premières Nations et aux membres des Premières Nations pour réparer les maisons non conformes aux normes minimales de salubrité et de sécurité. Les Premières Nations ou leurs membres qui ont besoin de faire des réparations majeures à leur maison peuvent être admissibles. Le revenu total du ménage doit être égal ou inférieur au seuil de revenu établi pour la région. [En savoir plus.](#)

Sans frais : [1 800 668-2642](tel:18006682642)

Sans frais ATS : [1 800 309-3388](tel:18003093388)

Programme d'aide à la vie autonome

Le [Programme d'aide à la vie autonome](#) d'Affaires autochtones et du Nord Canada est un programme axé sur le lieu de résidence qui offre un financement pour des services de soutien social non médicaux destinés aux aînés, aux adultes aux prises avec une maladie chronique et aux enfants et adultes ayant un handicap. Le programme aide les personnes vivant dans une réserve à conserver leur autonomie le plus longtemps possible, tout en optimisant leur qualité de vie à la maison comme au sein de leur collectivité.

[Affaires autochtones et du Nord Canada](#)

Sans frais : [1 800 567-9604](tel:18005679604)

Sans frais ATS : [1 866 553-0554](tel:18665530554)

Foyers de soins de longue durée

Si vous êtes à la recherche de renseignements sur les maisons de retraite, veuillez consulter le chapitre Choix de logement du présent guide.

Les [foyers de soins de longue durée](#) sont des foyers conçus pour les adultes qui ont besoin d'aide dans leurs activités quotidiennes, de supervision dans un cadre sécuritaire ou de soins infirmiers en permanence. Ces établissements sont titulaires d'un permis du ministère des Soins de longue durée, ou approuvés par le ministère et assujettis aux normes provinciales en ce qui a trait aux soins et aux services ainsi qu'aux frais exigés des aînés.

[Ministère des Soins de longue durée](#)

Sans frais : [1 866 434-0144](tel:18664340144)

[Ontario Long-Term Care Association](#) (en anglais seulement)

Courriel : info@oltca.com

[AdvantAge Ontario](#) (en anglais seulement)

Tél. : [905 851-8821](tel:9058518821)

Comment présenter une demande d'admission

Si vous envisagez d'aller vivre dans un foyer de soins de longue durée, vous devez communiquer avec Services de soutien à domicile et en milieu communautaire dans votre région. Ce sont eux qui déterminent l'admissibilité au placement dans des foyers de soins de longue durée et gèrent les listes d'attente. Un coordonnateur de soins vous sera attribué; il pourra vous fournir des informations sur les foyers de votre région et vous aider à remplir votre demande de placement dans un foyer de soins de longue durée.

[Services de soutien à domicile et en milieu communautaire](#)

Pour communiquer avec Services de soutien à domicile et en milieu communautaire dans votre région :

- utilisez le [localisateur de région](#)
- Tél. : [310-2222](tel:3102222) (sans indicatif régional)

Choisir un foyer de soins de longue durée

Le coordonnateur de soins de Services de soutien à domicile et en milieu communautaire peut vous aider à en apprendre davantage sur les différents choix qui s'offrent à vous. Voici quelques points à examiner lors du choix d'un foyer de soins de longue durée :

- Quels sont les services offerts?
- Le foyer est-il situé dans un endroit pratique et desservi par les transports en commun?
- Les heures de visite sont-elles flexibles?
- Le foyer est-il en mesure de répondre à vos besoins religieux, spirituels, culturels, linguistiques et alimentaires?
- Pouvez-vous y apporter votre propre mobilier et votre nourriture?

Il est très important que vous et votre famille visitiez chacun des foyers que vous envisagez, que vous posiez les bonnes questions lors de votre visite et que vous lisiez le [rapport sur chaque foyer du ministère des Soins de longue durée](#).

Vous pouvez utiliser cette [liste de contrôle](#) pour vous aider à poser les bonnes questions.

Hébergement de courte durée

Les aînés qui se remettent d'une maladie ou d'une blessure ont parfois besoin pour une courte durée des services offerts par des foyers de soins de longue durée, mais sans avoir à y être admis de façon définitive. Les résidentes et résidents en séjour de courte durée sont celles et ceux qui ont besoin d'un hébergement temporaire d'une durée maximale de 90 jours dans une même année. Certains foyers de soins de longue durée de l'Ontario offrent des services « d'évaluation et de rétablissement » dans le cadre du Programme de soins de convalescence. Certaines personnes choisissent également un séjour de courte durée pour donner un répit à leurs aidantes et aidants. Votre coordonnateur des soins de Services de soutien à domicile et en milieu communautaire peut vous fournir des informations sur les foyers de soins de longue durée qui proposent des séjours de courte durée et déterminer votre admissibilité à un programme de séjour de courte durée.

Tarifs d'hébergement

Le gouvernement de l'Ontario prend en charge tous les services infirmiers et les soins personnels, mais les personnes vivant dans les foyers de soins doivent payer leurs frais de repas et d'hébergement (qui sont normalisés en Ontario), ce qu'on appelle la « quote-part ». Le montant de votre quote-part est calculé en fonction de la durée de votre séjour et du type de chambre que vous choisissez (individuelle, à deux lits ou à plusieurs lits).

Les résidentes et résidents en séjour de longue durée ont besoin d'un hébergement permanent d'une durée indéterminée. Les résidentes et résidents en séjour de courte durée ont besoin d'un hébergement temporaire d'une durée maximale de 90 jours dans une même année. Les tarifs d'hébergement maximaux qu'un foyer de soins de longue durée peut exiger sont fixés chaque année par le ministère des Soins de longue durée.

S'il vous est impossible de payer la quote-part mensuelle pour un hébergement avec services de base, vous serez peut-être admissible à une réduction du tarif. Vous pouvez en savoir plus sur les [réductions de tarifs](#) et également parler avec votre coordonnateur de soins de Services de soutien à domicile et en milieu communautaire pour en savoir plus.

Services

Les foyers de soins de longue durée sont conçus pour que les résidents se sentent chez eux, dans un endroit sécuritaire et confortable. On y trouve des salles à manger et des salles de séjour communes. On peut également y retrouver d'autres services ou commodités comme des magasins, des salons de coiffure, des ateliers ou des jardins. Tous les foyers de soins de longue durée offrent une surveillance permanente et l'accès à des soins infirmiers 24 heures sur 24.

Les autres éléments automatiquement offerts à l'ensemble des résidentes et résidents sont les suivants :

- Le mobilier, les repas, la literie et la blanchisserie, les articles d'hygiène personnelle, les fournitures chirurgicales ou médicales et les appareils ou accessoires fonctionnels courants, les services d'entretien ménager, des activités sociales et récréatives,

l'administration des médicaments et une assistance pour les activités de la vie quotidienne;

- L'accès 24 heures sur 24 à des services de soins infirmiers et de soins personnels, de même qu'à un médecin ou d'autres professionnels de la santé;
- Un programme de soins personnalisés esquisant vos besoins particuliers qui sera réévalué et modifié au moins tous les six mois.

Moyennant des frais, vous pouvez ajouter d'autres services facultatifs comme la câblodistribution, le téléphone privé, les services de coiffure, le transport, etc. Souvenez-vous qu'on ne peut vous demander de payer ces services sans avoir votre approbation écrite.

Droits des résidents

Les résidents des foyers de soins de longue durée méritent de vivre dans un environnement empreint de respect et de compassion, exempt de mauvais traitements et de négligence. Leurs droits sont inscrits dans la déclaration des droits des résidents. Les foyers sont tenus d'afficher en gros caractères la déclaration des droits des résidents, en français et en anglais, dans des endroits facilement accessibles. Au moment de votre admission, vous ou votre mandataire spécial devriez recevoir un exemplaire de la déclaration des droits des résidents ainsi que des renseignements sur la façon de présenter des préoccupations, des plaintes ou des recommandations de changements sans crainte de faire l'objet de représailles. Les résidentes et résidents peuvent également communiquer avec [l'Ontario Association of Residents' Councils](#) (en anglais seulement) pour obtenir de l'aide.

Inspections

Tous les foyers de soins de longue durée ontariens titulaires d'un permis ont le devoir de se conformer à la loi, qui fixe des normes claires et détaillées en matière de soins, de qualité de vie et de droits des résidentes et résidents, ainsi qu'en ce qui concerne l'exploitation d'un foyer de soins de longue durée. Tous les foyers font l'objet d'une inspection au moins une fois par année. Le ministère des Soins de

longue durée effectuée des inspections sans préavis et impose des mesures correctives s'il s'avère qu'un foyer de soins de longue durée n'a pas respecté les exigences de la loi.

Plaintes

Toute personne préoccupée par la situation d'une résidente ou d'un résident dans un foyer de soins de longue durée ou par l'exploitation du foyer de soins de longue durée [peut signaler le problème ou porter plainte](#). Il peut s'agir d'un résident, d'un membre de la famille, d'un employé du foyer, de toute personne offrant des services aux résidents ou d'un simple citoyen. On encourage les personnes à collaborer avec le foyer pour résoudre les problèmes.

Si votre plainte est urgente, appelez la Ligne ACTION pour le soutien aux familles du ministère des Soins de longue durée.

Ligne ACTION pour le soutien aux familles

Tous les jours de 8 h 30 à 19 h

Sans frais : [1 866 434-0144](tel:18664340144)

Si votre plainte n'est pas urgente, déposez-la directement au foyer. Chaque foyer est tenu d'afficher ses procédures de gestion des plaintes.

Vous pouvez aussi faire votre plainte non urgente en appelant la Ligne ACTION pour le soutien aux familles, ou en écrivant au ministère des Soins de longue durée :

Directeur, Direction de l'inspection des foyers de soins de longue durée
Division des foyers de soins de longue durée
Ministère des Soins de longue durée
119, rue King Ouest, 11^e étage,
Hamilton (Ontario) L8P 4Y7

Ontario Association of Residents' Councils

Tous les foyers de soins de longue durée doivent avoir un conseil des résidents, auquel toutes les résidentes et tous les résidents peuvent participer. Les membres de ce conseil parlent au nom de l'ensemble des résidentes et résidents pour protéger leurs intérêts. Ils peuvent donner de l'information aux résidentes et résidents, y compris sur leurs droits, les aider à résoudre les conflits, planifier des activités et donner des conseils et des recommandations sur l'amélioration des soins et de la qualité de vie dans le foyer. L'Ontario Association of Residents' Councils aide les résidentes et résidents des foyers de tout l'Ontario à former un conseil et à le maintenir, et épaulent individuellement les conseils ainsi formés.

[Ontario Association of Residents' Councils](#) (en anglais seulement)

Sans frais : [1 800 532-0201](tel:18005320201)

Courriel : info@ontarc.com

Conseils des familles Ontario

De nombreux foyers de soins de longue durée comptent un conseil des familles. Ce conseil est constitué de membres de la famille et d'amis des résidentes et résidents, qui se rencontrent pour s'aider mutuellement, partager des renseignements et défendre les intérêts des résidentes et résidents. Conseils des familles Ontario travaille en collaboration avec les membres des familles, les conseils des familles et les foyers de soins de longue durée afin de faciliter l'établissement de conseils des familles et d'améliorer les soins de longue durée.

[Conseils des familles Ontario](#)

Sans frais : [1 877 622-9968](tel:18776229968)

Sécurité et protection

Protection du consommateur de l'Ontario

[Protection du consommateur de l'Ontario](#) vous aide à faire des choix de consommation intelligents, à dépenser avec sagesse et à protéger votre argent durement gagné.

De la vente en porte-à-porte à la rénovation domiciliaire, des escroqueries et fraudes au vol d'identité, il est important de poser les bonnes questions et de savoir ce qu'il faut faire et ne pas faire, afin d'éviter les abus et les arnaques.

Protection du consommateur de l'Ontario peut vous aider :

- à vérifier si une entreprise a fait l'objet de plaintes ou d'accusations graves;
- à savoir comment vous protéger contre les escroqueries, l'hameçonnage et le vol d'identité;
- à apprendre ce qu'il faut faire si vous êtes victime;
- à comprendre vos droits en vertu de la *Loi sur la protection du consommateur*.

Consultez le site ontario.ca/protectionduconsommateur pour connaître les questions à poser et obtenir des renseignements plus détaillés sur la façon de vous protéger, vous et votre argent. Vous trouverez ci-dessous quelques exemples de sujets qui pourraient vous intéresser.

- Sans frais : [1 800 889-9768](tel:18008899768)
- Sans frais ATS : [1 877 666-6545](tel:18776666545)

Vente en porte-à-porte

Certains produits et services ne peuvent plus être offerts ou vendus à votre domicile **sauf si vous initiez la transaction** (par exemple, en téléphonant ou en envoyant un courriel à une entreprise pour lui demander de venir chez vous afin de conclure un contrat). Ces

produits et services restreints comprennent chauffe-eau, climatiseurs, chaudières, purificateurs d'air, aspirateurs et systèmes de filtration d'eau.

Les entreprises pourront conclure un contrat à votre domicile si vous les avez contactées à l'avance et invitées à votre domicile dans le but d'acheter ou de louer l'un des produits et services restreints. En savoir plus sur les [nouvelles règles applicables aux produits et services vendus en porte-à-porte](#).

Rénovation de maisons, condos ou déménagements

Avant de retenir les services d'un entrepreneur pour faire des rénovations, demandez-lui trois références et assurez-vous de les vérifier. Si vous pensez emménager dans moins grand, par exemple dans une copropriété (condominium), assurez-vous d'en connaître les règlements ainsi que les règles et restrictions particulières avant de signer le contrat. Lorsque vous planifiez votre déménagement, posez les bonnes questions au déménageur avant de retenir ses services.

Voici quelques questions à poser :

- Pouvez-vous me donner des références et un devis par écrit avant que je signe le contrat?
- Qui est responsable des pertes ou des dommages?
- Êtes-vous couverts par la Commission de la sécurité professionnelle et de l'assurance contre les accidents du travail en cas de blessure?

[Apprenez comment vous protéger lorsque vous achetez ou louez une maison, embauchez un déménageur, commencez des rénovations ou signez un contrat de rénovations ou de réparations domiciliaires.](#)

Escroqueries et fraudes

Ne vous laissez pas « hameçonner » par un courriel

On appelle « hameçonnage » le fait d'envoyer un courriel en prétendant faussement être une entreprise ou un organisme légitime pour tenter de duper une personne. Il s'agit d'une tentative de convaincre les consommateurs de divulguer des renseignements personnels, par exemple un nom d'utilisateur, un mot de passe ou les renseignements d'une carte de crédit.

Souvent, les « hameçonneurs » envoient des messages contenant des renseignements très intéressants ou inquiétants, vous pressant d'agir immédiatement.

Dans ces escroqueries par courriel, on dirige souvent les gens vers des sites Web frauduleux qui semblent représenter des organismes de confiance, par exemple des banques. Une fois le visiteur sur le site Web, on lui demande des renseignements personnels, par exemple un numéro de carte de crédit ou d'assurance sociale, des renseignements sur le compte bancaire ou des mots de passe. Les criminels utilisent alors ces renseignements pour frauder.

Protégez-vous :

- Ne donnez jamais de renseignements bancaires, des mots de passe ou autres renseignements personnels en réponse à ce type de courriel.
- En cas de doute, ne cliquez sur aucun des liens du courriel – communiquez plutôt directement avec l'entreprise ou l'organisme avec lequel vous faites affaire pour demander si on vous a envoyé ce courriel.

Trouvez de plus amples renseignements et apprenez comment vous protéger contre les [escroqueries et fraudes courantes](#) et voir une liste [des escroqueries liées au gouvernement](#) dont nous avons connaissance.

Télémarketing

Les fausses entreprises de télémarketing ont un vaste éventail d'escroqueries différentes. L'une des plus fréquentes est la fausse offre de vacances.

Quelqu'un vous téléphone et vous annonce que vous avez gagné des vacances. Toutefois, avant de vous remettre votre prix, on vous demande de verser des frais de traitement, ou encore de signer un accord de multipropriété.

Si vous n'avez pas demandé de renseignements et ne vous êtes pas inscrit à un concours, la prudence est de mise. La personne qui

vous appelle peut demander des frais de traitement pour obtenir vos données bancaires personnelles ou vouloir tout simplement empocher les frais de traitement et n'avoir aucune intention de vous offrir des vacances.

Si vous effectuez une transaction par téléphone d'une valeur supérieure à 50 \$, vous êtes couvert par la *Loi sur la protection du consommateur*. [Apprenez à connaître vos droits à titre de consommateur](#).

Fraude grands-parents ou des situations d'urgence

Dans ce genre d'escroqueries, un mystificateur téléphone à une personne, prétendant, par exemple, être son petit-fils ou sa petite-fille, un ancien voisin ou une amie. L'arnaqueur se dit en difficulté et a besoin d'argent immédiatement par virement électronique. Il pourrait prétendre être à l'hôpital, immobilisé dans un aéroport étranger ou avoir on ne sait trop comment abouti en prison.

Souvent, l'arnaqueur demandera à ses victimes de ne parler de son appel à personne de la famille. Il pourrait prétendre que les autres membres de la famille rejeteront la faute sur lui ou le puniront pour l'accident ou l'urgence.

Protégez-vous :

- Ne faites jamais de virement d'argent sans avoir vérifié s'il y a bien une urgence. Par exemple, prenez le temps de savoir où se trouve le petit-fils ou la petite-fille en question.
- N'oubliez pas que les escrocs peuvent altérer leur voix en prétendant que la liaison téléphonique est mauvaise.
- Agissez avec prudence : demandez à la personne qui appelle des renseignements personnels que votre petit-fils ou petite-fille connaîtrait, par exemple son deuxième prénom.
- Ne divulguez aucun renseignement personnel avant d'avoir vérifié que vous parlez bien avec votre petit-fils ou votre petite-fille.
- En cas de doute, communiquez avec le service local de police ou le Centre antifraude du Canada avant d'envoyer de l'argent.

[Centre antifraude du Canada](#)

Sans frais : [1 888 495-8501](tel:18884958501)

Vol d'identité

Il y a vol d'identité lorsqu'une personne utilise vos renseignements personnels à votre insu et sans votre consentement pour commettre un crime, par exemple une fraude ou un vol.

Les voleurs d'identité vous dérobent à votre insu des renseignements personnels, soit physiquement ou par d'autres moyens, et les utilisent pour se faire passer pour vous et commettre des crimes en se servant de votre nom. En plus des noms, adresses et numéros de téléphone, voici ce que recherchent ces voleurs :

- Numéros d'assurance sociale;
- Numéros de permis de conduire;
- Renseignements des cartes de crédit et cartes bancaires;
- Cartes bancaires;
- Cartes d'appel;
- Certificats de naissance;
- Passeports.

Les voleurs d'identité peuvent manipuler vos renseignements et s'introduire dans votre vie et vos finances personnelles. Ces gens peuvent utiliser les identités volées pour se lancer dans de folles dépenses, ouvrir de nouveaux comptes bancaires, détourner le courrier, présenter des demandes de prêts, de cartes de crédit ou d'avantages sociaux, louer des appartements et même commettre des crimes plus graves.

Protégez-vous :

Ne donnez jamais de renseignements personnels comme votre numéro de carte de crédit ou d'assurance sociale à une personne qui vous contacte par téléphone. Si vous faites des transactions financières en ligne, il faut vérifier la présence de deux choses sur la page de paiement du site Web :

- Le « s » – les adresses Web sécurisées commencent par « https:// » et non par « http:// »
- L'icône de verrouillage – les sites Web sécurisés affichent un cadenas verrouillé.

Fraude à l'investissement

La fraude se présente sous de nombreuses formes, notamment la fraude à l'investissement. Prenez toujours des mesures pour mieux vous protéger en vérifiant l'enregistrement de toute personne ou entreprise qui tente de vous vendre un placement ou de vous donner des conseils d'investissement avant d'investir. Vous devez également connaître les signes avant-coureurs courants de la fraude à l'investissement.

Voici quatre signes de fraude à l'investissement à surveiller :

1. Vous pouvez gagner beaucoup d'argent avec peu ou pas de risques.

En général, les investissements à haut risque offrent des rendements potentiels plus élevés, et les investissements à faible risque offrent des rendements plus faibles. C'est ce que l'on appelle la relation risque-rendement. Lorsque vous achetez des placements comme des actions, il n'y a aucune garantie que vous allez gagner de l'argent. Et le risque de perdre de l'argent augmente avec le rendement potentiel. Les investissements considérés à faible risque ont généralement des rendements similaires aux taux des CPG. Si votre rendement attendu est supérieur à ce chiffre, vous prenez plus de risques avec votre argent. Renseignez-vous sur les risques d'investissement.

2. Vous obtenez un bon tuyau ou une information privilégiée.

Les sources de « bons tuyaux » ou d'« informations privilégiées » n'ont pas votre intérêt à cœur. Réfléchissez à la raison pour laquelle ils vous offrent des conseils et les avantages qu'ils en tirent à vous en parler. Si le conseil est faux, vous perdrez votre argent si vous y donnez suite. S'il s'agit vraiment d'informations privilégiées concernant une entreprise publique, il serait illégal d'agir en fonction de ces informations d'après les lois sur le délit d'initié.

3. Vous vous sentez poussé à acheter

Les escrocs ont souvent recours à des tactiques de vente sous pression, car ils veulent prendre votre argent et passer ensuite à d'autres victimes. Si on vous demande de prendre une décision immédiatement ou si l'on vous présente une offre à durée limitée, ce n'est probablement pas dans votre intérêt. Les escrocs savent que si vous avez le temps de vérifier les choses, vous risquez de ne pas tomber dans leur piège.

4. Ils ne sont pas autorisés à vendre des placements.

Avant d'investir, vérifiez l'enregistrement et les antécédents de la personne qui vous propose l'investissement. En général, toute personne qui vend des titres ou offre des conseils en matière de placement doit être inscrite auprès de l'organisme de réglementation des valeurs mobilières de sa province. [Vérifiez l'inscription de toute personne ou entreprise qui tente de vous vendre un placement.](#)

[Lire des informations supplémentaires sur la fraude à l'investissement.](#)

[Commission des valeurs mobilières de l'Ontario](#)

Sans frais : [1 877 785-1555](tel:18777851555)

Sans frais ATS : [1 866 827-1295](tel:18668271295)

Centre antifraude du Canada

[Ce centre](#) recueille des informations auprès des consommateurs sur les différents types de fraude et joue un rôle crucial dans l'éducation du public sur des tentatives de fraude par marketing de masse ciblées.

Sans frais : [1 888 495-8501](tel:18884958501)

Services d'urgence et sécurité publique

9-1-1

Pour toute situation d'urgence qui nécessite l'intervention des services de police, d'incendie ou d'ambulance, composez le [9-1-1](#) (si le service est offert dans votre région).

Protection civile

[Gestion des situations d'urgence Ontario](#) offre en ligne des renseignements sur la protection civile en format vidéo, des liens vers des ressources, des fiches de renseignements, ainsi qu'un guide à l'intention des personnes handicapées ou ayant des besoins particuliers. Apprenez comment assembler votre trousse d'urgence, créer votre plan familial d'urgence et rester en sécurité en cas de situation d'urgence.

[Sécurité publique Canada](#) publie sur papier et en ligne une vaste gamme de conseils et de renseignements sur la sécurité, dont [Votre guide de préparation aux urgences](#) pour vous préparer, vous et votre famille, à faire face à une situation d'urgence. Vous pouvez également vous renseigner sur [En Alerte](#), un service national qui transmet aux Canadiens des messages d'alerte critiques et potentiellement vitaux, et vous inscrire aux alertes d'urgence.

Sans frais : [1 800 O-CANADA \(1 800 622-6232\)](#)

Mauvais traitements envers les aînés

Les [mauvais traitements envers les aînés](#) peuvent se présenter sous différentes formes, notamment l'abus financier, émotionnel, physique ou sexuel ou la négligence. Ce n'est jamais acceptable. Si vous ou quelqu'un que vous connaissez êtes en danger immédiat ou si vous avez besoin d'aide en cas d'urgence, composez le 9-1-1.

Si vous ou un aînés que vous connaissez avez été victime de vol, d'un acte frauduleux ou d'une agression physique, communiquez avec le service de police de votre localité. Pour tout renseignement sur le soutien communautaire ou pour connaître les services aptes à vous aider, composez le 2-1-1 ou visitez le [site de 211 Ontario](#).

Elder Abuse Prevention Ontario (EAPO)

Les conseillères et conseillers régionaux responsables de la prévention des mauvais traitements à l'égard des aînés de [Elder Abuse Prevention Ontario \(EAPO\)](#) (en anglais seulement) travaillent avec les organismes communautaires et les réseaux d'aide aux aînés victimes de mauvais traitements dans le cadre des activités suivantes :

- Coordonner les ressources communautaires en vue d'améliorer l'accès aux services pour les aînés maltraités ou à risque de l'être;
- Enseigner au personnel de première ligne à reconnaître les situations de mauvais traitements et à aider les aînés qui en sont victimes;
- Sensibiliser la population sur les mauvais traitements envers les aînés et les sources de soutien disponibles.

Les conseillères et conseillers de l'EAPO servent de personnes-ressources pour le système de justice, les fournisseurs de services communautaires et les réseaux d'aide aux aînés victimes de mauvais traitements.

[416 916-6728](tel:4169166728)

Ligne d'assistance aux personnes âgées

La Ligne d'assistance aux personnes âgées est une ressource confidentielle et gratuite, disponible 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, qui offre de l'information, des aiguillages et un soutien dans plus de 250 langues aux aînés victimes de maltraitance et de négligence.

Sans frais : [1 866 299-1011](tel:18662991011)

Action ontarienne contre la violence faite aux femmes (AOcVF)

[AOcVF](#) est une fédération regroupant des organismes féministes et francophones de l'ensemble de l'Ontario qui travaillent à prévenir la violence faite aux femmes, à offrir une formation continue aux intervenants, à mettre sur pied des services en français et à produire du matériel éducatif et de sensibilisation en français.

Tél. : [613 241-8433](tel:6132418433)

Courriel : info@aocvf.ca

Bringing an Awareness of Senior Safety Issues to the Community (BASSIC)

Les membres de [BASSIC](#) (en anglais seulement) travaillent avec des partenaires pour offrir des présentations gratuites sur une série de questions sur la sécurité destinées aux aînés.

Téléchargez le [calendrier « Aînés en sécurité »](#) de BASSIC (en anglais seulement), qui offre des conseils et des suggestions pour aider les aînés à rester actifs et en sécurité dans leur foyer et dans leur collectivité.

Sécurité-incendie

En matière de sécurité-incendie, les aînés sont particulièrement vulnérables. La perte de mobilité et le déficit intellectuel peuvent compliquer les choses lorsqu'il est temps de réagir et de se mettre à l'abri lors d'un incendie. Par précaution, rappelez-vous de ce qui suit :

- Assurez-vous d'avoir des détecteurs de fumée fonctionnels. La loi exige la présence d'un détecteur de fumée à chaque étage de votre domicile et à l'extérieur de chaque pièce où l'on dort. Vérifiez mensuellement votre détecteur de fumée et changez la pile annuellement ou lorsque l'avertisseur de pile faible vous indique qu'il est temps de le faire. Si vous avez une déficience auditive ou si la porte de votre chambre est fermée la nuit, installez un détecteur de fumée à l'intérieur de votre chambre, ou procurez-vous un détecteur de fumée à vibration ou muni d'un avertisseur visuel.
- Si possible, assurez-vous qu'il existe deux façons de sortir de chaque pièce. Établissez deux plans d'évacuation en cas de feu tenant compte de vos limitations en matière de mobilité et testez-les régulièrement. Les aînés qui ont des problèmes de mémoire peuvent enregistrer les plans d'évacuation et en placer des copies dans des endroits faciles d'accès.
- Demeurez dans la pièce lorsque vous cuisinez. Les incendies de cuisson représentent l'une des principales causes de blessures par le feu chez les aînés. Si vous cuisinez et que vous devez quitter la pièce, éteignez les éléments de cuisson et le four. Portez des vêtements ajustés ou retroussés vos manches lorsque vous faites

la cuisine. Les vêtements amples et les tissus qui pendent peuvent facilement s'enflammer s'ils entrent en contact avec un élément de cuisson ou une flamme.

- Incitez les fumeurs à fumer à l'extérieur ou à utiliser de grands et profonds cendriers difficiles à faire tomber pour recueillir les cendres de cigarette. N'éteignez pas de cigarette dans les pots de fleurs. Ces derniers peuvent contenir des matières pouvant facilement s'enflammer, comme de la mousse de tourbe, du bois déchiqueté ou de l'écorce.
- Videz vos cendriers de façon sécuritaire en éteignant les cendres avec de l'eau, videz les cendres dans un contenant en métal et placez-le dehors. Assurez-vous que les cendres sont complètement éteintes. Ne videz jamais les cendriers directement dans les poubelles.
- Ne fumez jamais au lit.

Pour de plus amples renseignements concernant la sécurité-incendie, communiquez avec votre service d'incendie local, ou avec le [Bureau du commissaire des incendies](#).

Questions juridiques

Répondre à vos besoins juridiques

Les avocates ou avocats et parajuristes au service de la population de l'Ontario doivent être titulaires d'un permis délivré par le Barreau de l'Ontario. Les avocates et avocats peuvent vous prêter assistance pour tout type de questions d'ordre juridique : les questions de droit de la famille, les affaires criminelles et civiles, les testaments, les procurations et successions, les transactions immobilières et le droit administratif. Les parajuristes agréés peuvent vous représenter à la Cour des petites créances, devant des tribunaux administratifs (comme la Commission de la location immobilière), et devant le tribunal en cas d'accusations criminelles mineures vous rendant passible d'une peine d'emprisonnement n'excédant pas six mois. Le Barreau de l'Ontario offre divers services pour vous aider à trouver des avocates ou avocats, ou des parajuristes.

[Barreau de l'Ontario](#)

Sans frais : [1 800 668-7380](tel:18006687380)

ATS : [416 644-4886](tel:4166444886)

Service de référence du Barreau

Si vous avez un problème juridique, ce service vous [aiguillera vers une avocate, un avocat ou un parajuriste agréé](#) qui vous offrira une consultation gratuite de 30 minutes pour vous permettre de connaître vos droits et les options qui s'offrent à vous.

Sans frais : [1 855 947-5255](tel:18559475255)

ATS : [416 644-4886](tel:4166444886)

Courriel : lsrs@lso.ca

Aide juridique Ontario

[Aide juridique Ontario](#) procure aux personnes à faible revenu et aux communautés défavorisées un accès à un vaste éventail de services juridiques. Ce service fait également des aiguillages et fournit des

renseignements sur des avocates et avocats de service, des cliniques juridiques communautaires et d'autres organismes. Le personnel de l'aide juridique vous posera des questions afin de vous aider à trouver le service qui convient le mieux à votre problème juridique. De plus, Aide juridique Ontario finance plusieurs cliniques communautaires d'aide juridique indépendantes. L'aide est offerte dans plus de 300 langues.

Sans frais : [1 800 668-8258](tel:18006688258)

Sans frais ATS : [1 800 855-0511](tel:18008550511)

Advocacy Centre for the Elderly (ACE)

[ACE](#) (en anglais seulement) est une clinique juridique communautaire spécialisée qui offre des services juridiques aux aînés à faible revenu. Elle offre notamment des services-conseils et des services de représentation à des personnes et à des groupes de clients, de l'éducation publique en ce qui a trait au droit et à la résolution de contentieux, et des activités de développement communautaire. ACE sert des clients âgés de 60 ans et plus vivant dans la région du grand Toronto. Le centre peut également offrir ses services à des aînés qui ne demeurent pas dans la région de Toronto si la cause touche l'ensemble des aînés.

Sans frais : [1 855 598-2656](tel:18555982656)

Éducation juridique communautaire en Ontario (CLEO)

[CLEO](#) est une clinique communautaire d'information juridique qui produit des documents juridiques éducatifs gratuits à l'intention du public sur un éventail d'enjeux, dont les procurations et les mauvais traitements à l'endroit des aînés. Ces documents expliquent les lois le plus simplement et le plus clairement possible afin d'aider ces personnes à comprendre et à exercer les droits que la loi leur reconnaît. CLEO ne donne pas d'avis juridique.

[416 408-4420](tel:4164084420)

Clinique juridique ARCH Disability Law Centre

Cette clinique d'aide juridique spécialisée consacre ses efforts à défendre et à promouvoir l'égalité des droits des personnes handicapées de l'Ontario. Les services de la clinique juridique [ARCH Disability Law Centre](#) sont fournis par des avocates et avocats et par des stagiaires en droit relevant d'un conseil d'administration élu composé de bénévoles, dont la plupart sont des personnes handicapées.

Sans frais : [1 866 482-2724](tel:18664822724)

Sans frais ATS : [1 866 482-2728](tel:18664822728)

Clinique juridique HIV and AIDS Legal Clinic Ontario (HALCO)

[HALCO](#) (en anglais seulement) est une clinique juridique communautaire qui procure gratuitement des services d'aide juridique aux personnes qui sont touchées par le VIH/sida. En plus de ses services juridiques sommaires, HALCO offre de la formation juridique au public et participe à des initiatives de réforme du droit et de développement communautaire.

Sans frais : [1 888 705-8889](tel:18887058889)

Code des droits de la personne de l'Ontario

Le [Code des droits de la personne](#) garantit aux Ontariennes et Ontariens l'égalité des droits et des chances, sans discrimination, en matière d'emploi, de logement et de services. Il interdit toute discrimination fondée sur l'âge dans les domaines de l'emploi, des services, des biens, des installations, du logement, des contrats et de l'adhésion à des associations professionnelles ou de commerce. La protection du Code des droits de la personne de l'Ontario contre la discrimination fondée sur l'âge s'applique à toutes les personnes de plus de 18 ans.

Bureau du tuteur et curateur public

Le Bureau du tuteur et curateur public offre des services visant à protéger les intérêts juridiques, personnels et financiers de certains particuliers et successions. Son rôle consiste à :

- protéger les personnes frappées d'incapacité mentale;
- protéger les intérêts du public dans le cadre des œuvres de bienfaisance;
- rechercher les héritiers pour les successions administrées par le Bureau du tuteur et curateur public;
- investir dans des fonds d'entretien perpétuel;
- s'occuper des sociétés dissoutes.

Le [Bureau du tuteur et curateur public](#) procède à la réalisation d'une enquête lorsqu'il est informé qu'un particulier, susceptible d'être aux prises avec une incapacité mentale, risque de subir un grave préjudice financier ou personnel et qu'il n'y a personne pour l'aider. Après son enquête, le Bureau du tuteur et curateur public peut demander au tribunal la permission de prendre des décisions au nom de cette personne, et ce, sur une base temporaire ou à long terme.

Sans frais : [1 800 366-0335](tel:18003660335)

Sans frais ATS : [416 314-2687](tel:4163142687)

Procuration

Une procuration est un document juridique qui confère à quelqu'un d'autre le droit d'agir en votre nom.

Une procuration perpétuelle relative aux biens est un document juridique dans lequel vous désignez une personne pour prendre, en votre nom, des décisions financières. Cette autorité peut être utilisée par cette personne pendant que vous êtes encore mentalement capable de prendre des décisions vous-même ou même lorsque vous devenez mentalement incapable de prendre vos propres décisions concernant vos biens. Dans certains cas, cette procuration n'autorise la personne désignée à agir que si vous êtes mentalement incapable.

Une procuration temporaire ou générale relative aux biens est un document juridique qui autorise le mandataire à agir en votre nom uniquement si vous êtes mentalement capable. L'autorisation prend fin si vous devenez mentalement incapable.

Une procuration limitée relative aux biens est un document juridique dans lequel vous désignez une personne pour qu'elle prenne des décisions financières en votre nom de façon limitée. Elle peut inclure une procuration à l'égard des comptes bancaires ne concernant que les avoirs placés dans une institution financière en particulier. Cette procuration peut être limitée dans le temps (pendant que vous êtes à l'extérieur du pays, par exemple), ou ne concerner qu'un bien en particulier (une maison qu'il faut vendre, par exemple).

Une procuration relative au soin de la personne autorise une personne de votre choix à prendre en votre nom des décisions relatives à vos soins si vous devenez incapable de le faire par vous-même. Ces décisions peuvent concerner le lieu de résidence, la sécurité, l'hygiène, la nutrition, l'habillement ou les soins de santé. Si vous n'avez pas de procuration relative aux soins de la personne et que vous devenez incapable de prendre des décisions concernant les soins médicaux ou l'admission dans un foyer de soins de longue durée, un membre de votre famille aura toujours le droit de prendre la plupart des décisions à votre place en vertu de la [Loi sur le consentement aux soins de santé](#). Toutefois, si personne ne veut ou ne peut prendre les décisions en votre nom, le Bureau du tuteur et curateur public a la responsabilité de le faire. Cette procuration peut également contenir des directives à l'intention de la personne désignée concernant le type de traitement que vous souhaitez subir (ou refusez de subir) s'il vous est impossible de le préciser vous-même. Elle ne prend effet que si vous devenez incapable.

Le terme « testament biologique » désigne des directives ou souhaits écrits concernant les soins médicaux que vous acceptez ou refusez de subir si vous devenez incapable de prendre ces décisions. Aussi connu sous le nom de « directive médicale anticipée », le testament biologique doit être respecté par vos mandataires spéciaux, mais il n'aura peut-être pas force exécutoire selon les circonstances au moment de la prise de décision. Contrairement à la procuration relative

aux soins de la personne, il ne désigne pas la personne responsable de prendre les décisions.

Le Bureau du tuteur et curateur public a élaboré une trousse pour les procurations qui vous aidera à désigner la personne que vous souhaitez voir prendre des décisions en votre nom si vous n'êtes plus en situation de le faire pour vous-même. En savoir plus sur la [trousse de procuration](#).

[Ministère du Procureur général](#)

Sans frais : [1 800 518-7901](#)

ATS : [416 326-4012](#)

Planification préalable des soins

La planification préalable des soins consiste à prendre maintenant des décisions sur les soins que vous voulez qu'on vous prodigue à l'avenir, si vous devenez incapable de décider par vous-même. Vous pouvez prendre des mesures maintenant afin de veiller à ce que vos choix soient respectés en conférant l'autorité d'agir en votre nom à une personne en laquelle vous avez confiance.

Vous pouvez :

- lire le guide [Ce que tous les Canadiens âgés devraient savoir au sujet de la planification en cas d'éventuelle perte d'autonomie](#);
- vous renseigner sur le processus de planification préalable des soins et trouver des outils utiles sur le site de [Speak Up Ontario](#) (en anglais seulement);
- contacter la [Société Alzheimer de l'Ontario](#) ou votre [Société Alzheimer provinciale](#) pour savoir si elle offre des séminaires sur la planification préalable des soins dans votre collectivité;
- imprimer et remplir une [carte de portefeuille](#) avec des informations importantes en cas d'urgence.

Don d'organes et de tissus

Il est important que vous discutiez avec les membres de votre famille et vos amis de votre décision de donner vos organes et vos tissus afin qu'ils comprennent, appuient et respectent vos désirs plus tard. Vous devez enregistrer votre consentement même si vous avez signé une carte de don. En enregistrant votre consentement au don, vous êtes certain que votre décision sera consignée et mise à la disposition de la bonne personne au bon moment.

Si vous souhaitez enregistrer votre consentement au don, vous pouvez :

- remplir le [formulaire de consentement au don de vie](#);
- vous présenter en personne dans un [centre ServiceOntario](#);
- [vous inscrire en ligne](#).

[ServiceOntario](#)

Sans frais : [1 800 267-8097](#)

Sans frais ATS : [1 800 268-7095](#)

[Réseau Trillium pour le don de vie](#)

Sans frais : [1 800 263-2833](#)

Décès

En cas de décès d'un proche parent ou ami, vous pourriez avoir à prendre des décisions difficiles sans avoir eu le temps de vous y préparer. Le fait de connaître vos droits à l'avance pourrait vous aider à affronter plus facilement ces moments stressants. Les lois de l'Ontario protègent les consommateurs qui négocient des préarrangements funéraires. Par exemple, le responsable d'un salon funéraire, d'un service de transfert ou d'un crématorium a l'obligation de vous fournir la liste de prix de toutes les fournitures et des services qu'il offre avant de vous faire signer un contrat, de manière à ce que vous puissiez comparer les prix. Il est également tenu de vous dévoiler s'il touchera une commission pour avoir recommandé un service ou un fournisseur.

En vertu de la loi, vous disposez de 30 jours pour annuler un contrat de funérailles, d'enterrement ou de crémation et vous faire rembourser intégralement tout service prévu au contrat dont la prestation n'a pas encore eu lieu.

De plus, depuis le 1^{er} juillet 2012, tous les contrats prépayés signés doivent être garantis. Cela signifie que si vous avez entièrement payé les biens et services prévus au contrat, le fournisseur de services a le devoir de fournir les biens et services à la date prévue et sans coûts additionnels, même si les prix ont augmenté.

Ministère des Services au public et aux entreprises

Sans frais : [1 800 889-9768](tel:18008899768)

Sans frais ATS : [1 877 666-6545](tel:18776666545)

ontario.ca/protectionduconsommateur

[Bereavement Authority of Ontario](http://BereavementAuthorityofOntario) (en anglais seulement)

Sans frais : [1 844 493-6356](tel:18444936356)

Bereaved Families of Ontario

Cet organisme provincial (en anglais seulement) se consacre à offrir [un soutien aux personnes](#) endeuillées au moyen de l'autoassistance et de l'aide de pairs. Ses organismes affiliés offrent des programmes gratuits de soutien individuel et de groupe, dans des milieux ouverts et fermés. Même si une aide professionnelle est souvent bénéfique pour beaucoup de gens, les programmes de soutien par les pairs peuvent constituer une ressource supplémentaire pour les personnes endeuillées.

[Trouvez un programme](#) dans votre région.

info@bereavedfamilies.net

Testaments et successions

Un testament est un document écrit où vous indiquez comment vos biens doivent être répartis après votre décès. Ce document peut également vous aider à profiter de certains mécanismes permettant d'alléger ou de reporter les impôts à payer au moment de votre décès. Il est bon qu'une avocate ou un avocat connaissant le droit des successions établisse votre testament. Il convient de faire preuve de prudence si vous utilisez une trousse pour établir votre testament. Certaines de ces trousse peuvent ne pas être conformes au droit ontarien. Si vous ne signez pas votre testament et ne le faites pas attester conformément aux règles établies dans la [Loi portant réforme du droit des successions](#), il pourrait se révéler invalide.

Au décès d'une personne, il est important de savoir s'il existe un testament, et où il se trouve. Certaines personnes déposent leur testament au tribunal local ou chez un avocat, d'autres le conservent dans un coffre bancaire ou dans un tiroir à la maison. L'exécutrice ou exécuteur testamentaire veille à ce que les souhaits exprimés dans le testament soient exécutés.

Si une personne décède sans testament (intestat), sa succession sera répartie conformément à la *Loi portant réforme du droit des successions* de l'Ontario. Dans certains cas, il se peut même que la succession soit gérée par le tuteur et curateur public si la personne

qui réside en Ontario décède sans testament, ou si personne ne peut agir à titre de fiduciaire testamentaire. Si vous avez des questions au sujet de votre testament ou parce que vous êtes bénéficiaire, vous devriez consulter un avocat. En savoir plus sur [les testaments et l'administration d'une succession](#).

[Ministère du Procureur général](#)

Sans frais : [1 800 518-7901](#)

Sans frais ATS : [1 877 425-0575](#)

Décès à l'extérieur du pays

Si une personne décède dans un autre pays, vous pouvez communiquer avec le bureau du gouvernement du Canada de ce pays, ou du pays le plus proche, pour savoir comment procéder.

[Centre de surveillance et d'intervention d'urgence](#)

Sans frais au Canada : [1 800 387-3124](#)

De l'extérieur du Canada : [613 996-8885](#) (appels à frais virés acceptés)

Courriel : sos@international.gc.ca

Enregistrement et certificat de décès

Le médecin légiste ou le coroner qui constate un décès remplit le certificat médical de décès et le remet au directeur de funérailles avec le corps de la personne décédée. Pour enregistrer un décès, un membre de la famille et le directeur de funérailles doivent remplir la déclaration de décès et y inscrire les renseignements sur la personne décédée. Une fois que les deux documents sont remplis, le directeur de funérailles les achemine au bureau du greffier municipal local. L'information relative à la cause du décès recueillie au cours de l'enregistrement du décès est utilisée à des fins médicales, statistiques et de recherche sur la santé.

Le directeur de funérailles fera des copies de la preuve de décès, que vous pourrez utiliser dans certaines situations. Toutefois, certains organismes exigent le certificat de décès original. Vous pourriez avoir besoin d'un certificat de décès dans les cas suivants :

- Règlement d'une succession;
- Assurance;

- Accès à des services gouvernementaux ou cessation de ces derniers;
- Recherches généalogiques.

[Apprenez comment obtenir une copie d'un certificat de décès de l'Ontario en ligne.](#)

[ServiceOntario](#)

Sans frais : [1 800 267-8097](#)

Sans frais ATS : [1 800 268-7095](#)

Régimes de retraite et prestations

Si vous êtes exécutrice ou exécuteur testamentaire, vous auriez avantage à communiquer avec les bureaux ci-dessous (si la situation s'applique à la personne décédée), que ce soit pour vérifier l'admissibilité à des prestations ou des services, ou bien pour annuler des prestations, des services ou des rendez-vous.

L'exécutrice ou exécuteur devrait également communiquer avec les anciens employeurs de la personne décédée pour obtenir des détails sur le régime de retraite de l'entreprise.

[Pension de la Sécurité de la vieillesse](#)

[Supplément de revenu garanti](#)

[Régime de pensions du Canada](#)

Sans frais : [1 800 277-9914](#)

Sans frais ATS : [1 800 255-4786](#)

[Visitez le site Web de Service Canada.](#)

[Crédit pour la taxe de vente harmonisée](#)

Sans frais : [1 800 267-6999](#)

Sans frais ATS : [1 800 665-0354](#)

[Régime de revenu annuel garanti](#)

Sans frais : 1 866 ONT-TAXS ([1 866 668-8297](#))

Sans frais ATS : [1 800 263-7776](#)

[Anciens Combattants Canada](#)

Sans frais : [1 866 522-2122](#)

Sans frais ATS : [1 833 921-0071](#)

[Commission de la sécurité professionnelle et de l'assurance contre les accidents du travail](#)

Sans frais : [1 800 387-0750](#)

Sans frais ATS : [1 800 387-0050](#)

[Ontario au travail](#)

Sans frais : [1 888 789-4199](#)

Sans frais ATS : [1 800 387-5559](#)

[Prestations d'invalidité et de décès de la Défense nationale](#)

Sans frais : [1 866 522-2122](#)

Pour de plus amples renseignements sur les prestations de survivant, veuillez consulter le chapitre Finances du présent guide.

Impôts sur le revenu

À titre d'exécutrice ou d'exécuteur, vous devez remplir une déclaration de revenus pour la personne décédée. Pour obtenir de l'aide ou des renseignements, communiquez avec le bureau des services fiscaux de votre localité.

[Agence du revenu du Canada](#)

Sans frais : [1 800 959-8281](#)

Sans frais ATS : [1 800 665-0354](#)

Institutions financières et cartes de crédit

L'exécutrice ou exécuteur doit communiquer avec les banques et institutions financières de la personne décédée, ainsi qu'avec les sociétés émettrices de cartes de crédit pour annuler les cartes qu'elle possède.

Cartes et registres du gouvernement

L'exécutrice ou exécuter doit communiquer avec les bureaux gouvernementaux qui doivent être avisés du décès :

Permis de conduire et permis de stationnement accessible

Carte Santé de l'Ontario

Carte Plein air

[ServiceOntario](#)

Sans frais : [1 800 267-8097](tel:18002678097)

Sans frais ATS : [1 800 268-7095](tel:18002687095)

Numéro d'assurance sociale

[Service Canada](#)

Sans frais : [1 866 274-6627](tel:18662746627)

Sans frais ATS : [1 800 926-9105](tel:18009269105)

[Passeports canadiens et étrangers](#)

Sans frais : [1 800 567-6868](tel:18005676868)

Sans frais ATS : [1 866 255-7655](tel:18662557655)

Citoyenneté et cartes de résident permanent

[Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada](#)

Sans frais : [1 888 242-2100](tel:18882422100)

Sans frais ATS : [1 888 576-8502](tel:18885768502)

Statut d'Indien

[Services aux Autochtones Canada](#)

Sans frais : [1 800 567-9604](tel:18005679604)

Sans frais ATS : [1 866 553-0554](tel:18665530554)

Permis d'armes à feu

[Programme canadien des armes à feu](#)

Sans frais : 1 800 731-4000

Véhicules

L'exécutrice ou exécutateur pourrait devoir s'occuper de la vente ou du transfert de propriété de tout véhicule tel que bateau, motoneige, VTT et caravane, ainsi que de l'annulation ou du transfert des polices d'assurance.

[Apprendre comment annuler un permis de conduire.](#)

Biens

L'exécutrice ou exécutateur pourrait devoir :

- déterminer les titres immobiliers et de propriété et les impôts fonciers des résidences principale et secondaire;
- demander à ce que le courrier soit réexpédié ou retenu par le bureau local de Postes Canada;
- communiquer avec les services publics, le câblodistributeur, la compagnie de téléphone et la compagnie d'électricité de la municipalité de la personne décédée pour demander le changement de nom ou l'annulation des services;
- procéder au changement de nom ou à l'annulation des abonnements aux journaux et revues.

Clubs, organisations, services et associations professionnelles

De plus, il faudra peut-être communiquer avec les personnes ou organisations suivantes :

- Fournisseurs de soins de santé, prestataires de soins et organismes de services de santé;
- Cartes de grand voyageur et cartes de fidélisation;
- Endroits où la personne décédée faisait du bénévolat;
- Organisations professionnelles dont la personne décédée était membre;
- Institutions postsecondaires où la personne décédée a obtenu un diplôme.

Pour les anciens combattants

Fonds du Souvenir

Les anciens combattants peuvent profiter des services de funérailles et d'inhumation, comprenant une pierre tombale de style militaire. Ce soutien financier est offert par le Fonds du Souvenir au nom du ministère des Anciens Combattants Canada.

[Fonds du Souvenir](#)

Sans frais : [1 800 465-7113](tel:18004657113)

Transport

Conduite automobile

Il est important pour les aînés de pouvoir se déplacer. Prendre de l'âge ne signifie pas qu'il faut arrêter de conduire. Néanmoins, de nombreux aînés modifient volontairement leurs habitudes de conduite pour pallier les changements associés au vieillissement.

Cours de conduite pour conductrices ou conducteurs âgés

Si vous êtes un conducteur âgé, envisagez de suivre un cours ou un atelier de conduite qui vous permettra d'apprendre de nouvelles façons de relever les défis de la conduite liés à l'âge. En plus d'apprendre de nouvelles stratégies, vous pourrez revoir les règles de conduite, les causes courantes des collisions et les techniques d'évitement.

Cours de recyclage en conduite automobile 55 ans au volant

[Conseil canadien de la sécurité](#)

[613 739-1535](#), poste 230

Programme Conducteurs âgés de la CAA

L'Association canadienne des automobilistes (CAA) a puisé dans sa vaste expérience en matière de sécurité routière et a collaboré avec des experts de l'Association médicale canadienne et de l'Association canadienne des ergothérapeutes, pour mettre sur pied une [trousse d'information destinée aux aînés](#) et à leurs proches.

Cette trousse aide à :

- évaluer l'aptitude à conduire dans différentes conditions;
- maintenir la confiance des conducteurs âgés derrière le volant;
- prendre des mesures concrètes pour modifier certaines habitudes de conduite, si nécessaire.

Sans frais : [1 800 222-4357](#)

Renouvellement du permis de conduire

Vous pouvez renouveler votre permis de conduire dans un centre ServiceOntario.

[ServiceOntario](#)

Sans frais : [1 800 267-8097](tel:18002678097)

Sans frais ATS : [1 800 268-7095](tel:18002687095)

Programme de renouvellement des permis de conduire des conductrices et conducteurs âgés

Si vous avez 80 ans ou plus :

- Vous devez renouveler votre permis de conduire tous les 2 ans.
- Vous devez passer un examen de votre dossier de conducteur, subir un test de la vue et participer à une séance de formation de groupe, suivie d'un exercice en classe d'évaluation cognitive pour renouveler votre permis de conduire. L'exercice en classe d'évaluation cognitive permettra de mieux évaluer votre aptitude à conduire.
- Il pourrait vous être demandé de réussir un essai sur route avant de renouveler votre permis, ou de fournir des renseignements médicaux par la suite. La conseillère ou le conseiller en perfectionnement des conducteurs présent lors de la séance de formation de groupe en discutera avec vous.

Les aînés devraient prévoir au moins 90 minutes pour les nouvelles exigences relatives au renouvellement du permis de conduire.

[En savoir plus.](#)

Ministère des Transports

Sans frais : [1 800 387-3445](tel:18003873445)

Sans frais ATS : [1 800 268-7095](tel:18002687095)

Centres d'examen de conduite

Les Centres d'examen de conduite offrent tous les services liés à l'examen de conduite, notamment les examens de la vue, écrits et pratiques.

Test au Volant

Sans frais : [1 888 570-6110](tel:18885706110) (service automatisé de réservations téléphoniques)

Si vous n'avez pas de permis de conduire, vous pouvez demander une carte-photo de l'Ontario. Elle vous servira de pièce d'identité officielle du gouvernement. Veuillez consulter la [section sur les pièces d'identité du gouvernement de l'Ontario](#).

Permis de stationnement accessible

Si vous êtes admissible au [permis de stationnement accessible](#), il vous sera attribué sans frais. Vous pouvez l'utiliser, peu importe le véhicule dans lequel vous vous déplacez. Assurez-vous que le permis soit visible lorsque le véhicule utilisé est stationné dans un espace de stationnement accessible réservé. Pour que vous puissiez être admissible au permis de stationnement accessible, votre professionnel de la santé doit attester que votre mobilité est réduite, qu'il vous faut une aide à la mobilité, que vous êtes aux prises avec une grave maladie pulmonaire ou cardiovasculaire, que vous avez besoin d'un appareil d'oxygénothérapie portatif ou que vous avez un problème de vision. Vous pouvez faire la demande d'un permis permanent d'une durée pouvant aller jusqu'à cinq ans, ou d'un permis temporaire d'une durée d'un an ou moins.

ServiceOntario

Sans frais : [1 800 387-3445](tel:18003873445)

Sans frais ATS : [1 800 268-7095](tel:18002687095)

Pour en savoir davantage sur le Programme d'adaptation des habitations et des véhicules, veuillez consulter le chapitre Finances du présent guide.

Solutions de rechange à la conduite automobile

En tant que conducteur âgé, il peut arriver un moment où vous devrez songer à limiter votre conduite automobile ou à ne plus conduire. Il peut s'agir d'une décision difficile à prendre si vous avez peur de perdre votre autonomie et de devenir un fardeau pour vos proches. N'hésitez pas à parler de vos craintes aux membres de votre famille,

à vos amis et à votre médecin. Assurez-vous d'être bien informé sur les différentes solutions de rechange à la conduite automobile dans votre collectivité. Prévoyez le moment où vous devrez songer à limiter ou à cesser votre conduite automobile.

Signes avant-coureurs

Il est important d'être à l'affût des signes indiquant que vous risquez de ne plus être un conducteur sûr. En voici quelques-uns :

- Êtes-vous nerveux au volant?
- Les autres conducteurs vous klaxonnent-ils souvent?
- Avez-vous eu un certain nombre d'accrochages et de quasi-collisions?
- Votre famille et vos amis se soucient-ils de votre conduite automobile?
- Vos enfants ont-ils confiance lorsque vous êtes au volant?
- Vos enfants vous laissent-ils reconduire vos petits-enfants en voiture?
- Avez-vous déjà perdu votre chemin en conduisant ou oublié où vous vous dirigiez?

Solutions de rechange

Il y a de nombreuses solutions de rechange à la conduite automobile. En voici quelques-unes :

- prendre l'autobus, le taxi et d'autres formes de transport en commun;
- demander à des amis ou membres de la famille de vous reconduire à destination;
- garder un véhicule que d'autres personnes conduiront pour vous;
- prendre un service de transport régulier et sur demande par minibus ou autobus aux résidences pour aînés et autres groupes;
- utiliser les bons de taxi;
- se rendre à destination à pied;

- utiliser un service de raccompagnement possiblement offert par des bénévoles de votre région.

Pour connaître les organismes de votre collectivité qui offrent des services de transport aux aînés, vous pouvez composer le [2-1-1](#), ou visiter [le site Web 211](#).

Achat et vente de véhicules

Trousse d'information sur les véhicules d'occasion (TIVO)

Chaque année, en Ontario, plus d'un million de véhicules d'occasion changent de propriétaire. Pour aider les consommateurs dans leurs décisions, le vendeur doit fournir une [TIVO](#). On peut se procurer la TIVO auprès de tous les Bureaux d'immatriculation et de délivrance des permis de conduire de ServiceOntario.

[ServiceOntario](#)

Sans frais : [1 800 267-8097](#)

Sans frais ATS : [1 800 268-7095](#)

Transport en commun

De nombreuses collectivités offrent à leurs résidents des services d'autobus et des services de transport public spécialisés. Les services spécialisés comme Wheel-Trans à Toronto, Para Transpo à Ottawa, et Handi-Transit à Windsor utilisent de plus petits véhicules munis d'un monte-charge ou d'une rampe pour les personnes qui utilisent une aide à la mobilité comme un fauteuil roulant ou un triporteur. Certaines collectivités peuvent utiliser des autobus communautaires entièrement accessibles pour offrir à leurs résidents des services de transport sur des itinéraires fixes et souples.

Pour en savoir davantage sur les services de transport en commun de votre collectivité, veuillez composer le [2-1-1](#), ou visiter [le site Web 211](#).

Conductrices et conducteurs bénévoles

Il est possible que des services de conductrices et conducteurs bénévoles soient accessibles dans votre localité par l'intermédiaire de la [Croix-Rouge canadienne](#), de la Légion royale canadienne ou d'un [programme du centre de vie active pour personnes âgées](#).

Réseau GO

[Le Réseau GO](#) est le réseau de transport en commun régional du Grand Toronto et de Hamilton. Il offre des services qui s'étendent dans les collectivités de la région élargie du Golden Horseshoe. Les tarifs du Réseau GO varient en fonction de la distance parcourue. Les personnes âgées de 65 ans ou plus peuvent économiser 55 % avec leur [Carte PRESTO](#) sur leur trajet en train ou en autobus. Aux aînés, on offre des billets aller simple et des laissez-passer journaliers. La majorité des gares ferroviaires du Réseau GO sont accessibles aux passagers utilisant des aides à la mobilité et à tous ceux et celles qui préfèrent ne pas avoir à monter des marches afin d'accéder au train.

Sans frais : [1 888 GET-ONGO \(1 888 438-6646\)](#)

Sans frais ATS : [1 800 387-3652](#)

Pour les anciens combattants

Plaque d'immatriculation pour anciens combattants

Cette plaque d'immatriculation est remise gratuitement aux anciens combattants admissibles dont les états de service ont été certifiés par la Légion royale canadienne. Pour vous procurer une plaque d'immatriculation pour anciens combattants, vous pouvez vous rendre dans un [centre ServiceOntario](#) ou visiter ontario.ca/plaquepersonnalisee.

[Légion royale canadienne, Direction provinciale de l'Ontario](#)

(en anglais seulement).

[905 841-7999](#)

Renseignements destinés aux organismes servant les aînés

Renseignez-vous au sujet des programmes et des séminaires à l'intention des organismes qui servent les aînés.

Subventions et possibilités de financement

Programme de subventions aux projets communautaires pour l'inclusion des aînés

[Les subventions aux projets communautaire pour l'inclusion des aînés](#), qui vont de 1 000 \$ à 25 000 \$, aident les organismes communautaires à offrir des possibilités d'inclusion sociale, de bénévolat, et d'engagement communautaire aux aînés, que ce soit dans la sécurité de leur foyer ou dans d'autres milieux sécuritaires.

Courriel : seniorscommunitygrant@ontario.ca

Téléphonez à votre [conseillère ou conseiller en développement régional](#).

Subventions pour des collectivités-amies des aînés et l'accessibilité

Subventions pour des collectivités inclusives

[Le Programme de subventions pour des collectivités inclusives](#) aide à faire en sorte que les gouvernements locaux et les organismes communautaires tiennent compte des Ontariens et Ontariennes de tous âges et de toutes aptitudes dans chacune des étapes de la planification et du développement communautaire. Les collectivités inclusives répondent à la fois aux possibilités et aux défis d'une population vieillissante en :

- créant des espaces physiques et sociaux qui soutiennent une vie autonome et active;

Renseignements destinés aux organismes servant les aînés

- permettant aux aînés et personnes vivant avec un handicap de poursuivre leur contribution dans tous les aspects de la vie communautaire.

Si vous avez des questions à propos du programme, vous pouvez envoyer un courriel à InclusiveCommunityGrants@ontario.ca ou [contacter votre conseiller en développement régional](#).

Programme InterActions pour le changement

[Ce programme](#) offre un financement aux organisations à but non lucratif, aux organisations industrielles et aux associations professionnelles pour :

- éduquer leurs parties prenantes sur la valeur et les avantages de l'accessibilité;
- aider à soutenir le respect des lois sur l'accessibilité;
- promouvoir une culture de l'inclusion.

Possibilités de financement

Trouvez les [possibilités de financement](#) actuellement offertes dans différents domaines par le gouvernement de l'Ontario, et vérifiez si vous êtes admissible et ce dont vous avez besoin pour présenter une demande. Renseignez-vous à ontario.ca/obtenirdufinancement.

Séminaires

Organisez des séminaires dans votre collectivité au sujet de la santé des personnes âgées, de la sécurité et des finances.

Sécurité-incendie et aînés

Communiquez avec votre service d'incendie local pour vous renseigner sur :

- les causes d'incendie les plus courantes;
- des conseils importants à suivre pour prévenir les incendies;
- l'importance d'avoir des détecteurs de fumée fonctionnels;
- d'autres questions liées à la sécurité.

Comprendre l'impôt sur le revenu des particuliers de l'Ontario, les crédits d'impôt et les prestations

Renseignez-vous au sujet des crédits d'impôt et des prestations auxquels vous pourriez avoir droit, comment les demander et comment obtenir des renseignements supplémentaires.

Le séminaire d'environ une heure prévoit une période de questions.

Pour demander un séminaire/webinaire gratuit pour votre groupe, veuillez faire parvenir un courriel à taxinfotaxe@ontario.ca ou téléphoner [1 866 668-8297](tel:18666688297), poste 17064.

Aperçu de l'impôt sur l'administration des successions de l'Ontario

Durant le séminaire, vous obtiendrez des renseignements sur les questions suivantes :

- qu'est-ce que l'impôt sur l'administration des successions;
- quand l'impôt sur l'administration des successions est applicable;
- comment calculer l'impôt sur l'administration des successions.

Le séminaire d'environ une heure prévoit une période de questions.

Pour demander un séminaire/webinaire gratuit pour votre groupe, veuillez faire parvenir un courriel à taxinfotaxe@ontario.ca ou téléphoner [1 866 668-8297](tel:18666688297), poste 17064.

Processus du programme de renouvellement des permis de conduire des conducteurs âgés de 80 ans et plus

Renseignez-vous sur les questions suivantes :

- les tendances et les statistiques pour les conducteurs âgés;
- les exigences du test pour les gens de 80 ans et plus;
- le processus de déclaration des collisions pour les gens de 70 ans et plus;
- les signes de vieillissement ou les médicaments qui pourraient avoir des répercussions sur la capacité de conduire;
- des conseils et les règles de la route plus récentes.

La présentation est de 90 minutes.

Pour obtenir plus de renseignements, veuillez faire [parvenir un courriel](#) au Bureau de la liaison et de l'information du public du ministère des Transports.

Bone Health 101

Ce webinaire (en anglais seulement) offert par Ostéoporose Canada traite des sujets suivants:

- qu'est-ce que l'ostéoporose;
- comment maintenir une bonne santé des os afin de réduire le risque de maladies et de fractures connexes.

Pour de plus amples renseignements, veuillez vous servir du [formulaire en ligne](#) (en anglais seulement), et un coordonnateur de la participation communautaire communiquera avec vous.

Renseignez-vous sur d'[autres programmes](#) offerts par Ostéoporose Canada.

Le Comité de liaison pour les services aux aînés

Le Comité de liaison pour les services aux aînés (CLSA) est présidé par le sous-ministre adjoint délégué aux Politiques, programmes et partenariats stratégiques pour les aînés et l'accessibilité.

Le Comité facilite les communications bidirectionnelles entre les plus importants organismes pour aînés de l'Ontario sur les politiques, programmes et services.

Le mandat du CLSA :

- cerner les problèmes et les préoccupations des personnes âgées de l'Ontario auprès des services du gouvernement provincial au sein d'une société vieillissante;
- fournir des commentaires sur les politiques, les programmes et les services du gouvernement liés au vieillissement de la population de l'Ontario;
- permettre le dialogue entre les membres et le gouvernement;
- déterminer les possibilités de collaboration et de partenariat entre les membres.

[Les membres du Comité de liaison](#) sont des organismes qui ont un leadership, des connaissances, une expertise et des liens concernant les problèmes liés au vieillissement en Ontario.

Ressources importantes

Gouvernement de l'Ontario

Bureau du tuteur et curateur public

Le [Bureau du tuteur et curateur public](#) protège les intérêts juridiques, personnels et financiers de certaines personnes et de certaines successions.

Sans frais : [1 800 366-0335](tel:18003660335)

ConnexionSanté Ontario

Sans frais : [811](tel:811)

Sans frais ATS : [1 866 797-0007](tel:18667970007)

[ConnexionSanté](#) Ontario est un service gratuit, sécurisé et confidentiel, que vous pouvez appeler ou consulter pour recevoir un conseil santé d'une infirmière immatriculée ou trouver des informations ou services de santé en ligne 24 heures sur 24, 7 jours sur 7. Ce service est offert en français et en anglais, accompagnés en plus de services de traduction dans d'autres langues.

Gestion des situations d'urgences Ontario

Sans frais : [1 800 366-0335](tel:18003660335)

Communiquez avec [Gestion des situations d'urgence Ontario](#) pour en savoir plus sur la planification des situations d'urgences.

Ligne d'aide aux victimes

Sans frais : [1 888 579-2888](tel:18885792888)

Sans frais ATS : [1 855 710-8497](tel:18557108497)

La [Ligne d'aide aux victimes](#) est une ligne téléphonique d'information plurilingue et sans frais, qui offre une gamme de services aux victimes d'actes criminels partout dans la province.

Ligne Info – personnes âgées

Sans frais : [1 888 910-1999](tel:18889101999)

Sans frais ATS : [1 800 387-5559](tel:18003875559)

Courriel : infoseniors@ontario.ca

Communiquez avec la Ligne Info – personnes âgées pour en savoir plus sur les programmes et services du gouvernement de l'Ontario destinés aux aînés ou pour commander des publications.

Ombudsman Ontario

Sans frais : [1 800 263-1830](tel:18002631830)

Sans frais ATS : [1 866 411-4211](tel:18664114211)

[Ombudsman Ontario](#) examine les plaintes du public sur les services gouvernementaux provinciaux et les règle dans la mesure du possible.

Ombudsman des patients

Sans frais : [1 888 321-0339](tel:18883210339)

Sans frais ATS : [416 597-5371](tel:4165975371)

[L'ombudsman des patients](#) examine et contribue à régler les plaintes reçues des patients et des personnes soignantes à propos des hôpitaux publics, des foyers de soins de longue durée et des services de soins à domicile et en milieu communautaire.

Publications Ontario

Sans frais : [1 800 668-9938](tel:18006689938)

Sans frais ATS : [1 800 268-7095](tel:18002687095)

Veillez communiquer avec [Publications Ontario](#) pour commander les publications du gouvernement de l'Ontario.

ServiceOntario

Sans frais : [1 800 267-8097](tel:18002678097)

Sans frais ATS : [1 800 268-7095](tel:18002687095)

[ServiceOntario](#) regroupe en un seul endroit un large éventail de renseignements généraux concernant le gouvernement de l'Ontario. Il est possible d'obtenir des renseignements en ligne, par téléphone ou en se présentant en personne dans un centre ServiceOntario.

Services de soutien à domicile et en milieu communautaire

Tél. : [310-2222](tel:310-2222) (sans indicatif régional)

Utilisez le [localisateur de région](#). Vous pouvez communiquer avec les [Services de soutien à domicile et en milieu communautaire](#) pour en savoir plus sur les services de soins de santé communautaires et de soins à domicile offerts dans votre collectivité.

Gouvernement du Canada

Service Canada

Sans frais : 1 800 O-Canada ([1 800 622-6232](tel:18006226232))

Sans frais ATS : [1 800 926-9105](tel:18009269105)

Régimes de pension – Service Canada

Sans frais : [1 800 277-9914](tel:18002779914)

Sans frais ATS : [1 800 255-4786](tel:18002554786)

Veillez communiquer avec [Service Canada](#) pour en savoir plus sur les programmes et services offerts par le gouvernement fédéral.

Administration locale

2-1-1 Ontario

Composez le 2-1-1 ou [visitez le site 211 Ontario](#) pour en savoir plus sur les services sociaux et communautaires accessibles dans votre région. Les services sont gratuits, confidentiels et offerts 24 heures par jour, sept jours par semaine, dans plus de 150 langues.

Association des municipalités de l'Ontario (AMO)

Vous pouvez vous rendre sur le [site Web de l'association des municipalités de l'Ontario](#) (en anglais seulement) pour en savoir plus sur les programmes et services municipaux accessibles dans votre région, notamment les services aux aînés, les programmes de santé et de bien-être, les services de logement, de loisirs et de santé publique, et l'aide sociale.

Sécurité communautaire

9-1-1

Composez le 9-1-1 en cas de situation qui nécessite l'intervention des services de police, d'incendie ou d'ambulance.

Centre antifraude du Canada

Sans frais : [1 888 495-8501](tel:18884958501)

Si vous soupçonnez une fraude à l'investissement, signalez-la immédiatement. Contactez le [Centre antifraude du Canada](#) pour signaler une fraude ou pour en savoir plus sur la prévention de la fraude.

Commission des valeurs mobilières de l'Ontario

Sans frais : [1 877 785-1555](tel:18777851555)

Sans frais ATS : [1 866 827-1295](tel:18668271295)

[Site Web de la Commission des valeurs mobilières de l'Ontario.](#)

Échec au crime

Sans frais : 1 800 222-TIPS ([1 800 222-8477](tel:18002228477))

Appelez [Échec au crime](#) (en anglais seulement) pour signaler anonymement des informations sur un crime ou un crime potentiel.

Pièces d'identité du gouvernement de l'Ontario

Pour des renseignements généraux sur les pièces d'identité du gouvernement de l'Ontario, contactez :

[ServiceOntario](#)

Sans frais : [1 800 267-8097](tel:18002678097)

Sans frais ATS : [1 800 268-7095](tel:18002687095)

Carte-photo de l'Ontario

Cette carte de format portefeuille sert de pièce d'identité officielle du gouvernement aux Ontariennes et Ontariens qui n'ont pas de permis de conduire. Elle facilite les voyages, l'ouverture de comptes bancaires et la participation à certaines activités qui exigent une pièce d'identité officielle. Pour demander une carte-photo de l'Ontario, vous devez résider en Ontario, ne pas posséder de permis de conduire et être âgé de 16 ans ou plus. La carte est valide pour une période de cinq ans.

Pour de plus amples renseignements, veuillez visiter le site ontario.ca/cartephoto.

Permis de conduire

Le permis de conduire de l'Ontario indique que vous êtes autorisé à conduire un véhicule automobile. Vous devez l'avoir en votre possession lorsque vous prenez le volant. Cette carte de format portefeuille contient votre photo numérisée ainsi que votre signature.

Pour en savoir plus, visitez ontario.ca/permisdeconduire.

Carte Santé

Les résidentes et résidents de l'Ontario doivent détenir une carte Santé pour prouver leur admissibilité aux services de soins de santé payés par l'Assurance-santé de l'Ontario. Vous avez besoin d'une carte Santé valide qui vous appartient pour accéder aux services de santé assurés. Votre carte Santé doit servir uniquement à accéder à des services de santé. Ne montrez pas votre carte et n'en divulguez pas le numéro à une personne autre qu'un employé du ministère de la Santé ou qu'un fournisseur de soins de santé lors de la prestation de services.

Pour de plus amples renseignements, veuillez visiter ontario.ca/cartesante.

Effectuer un changement d'adresse

Le changement d'adresse intégré en ligne constitue une façon simple et rapide d'aviser le gouvernement d'un changement d'adresse. Vous n'avez à fournir les renseignements qu'une seule fois, et pouvez ensuite choisir les ministères à aviser. Vous pouvez notamment effectuer le changement d'adresse pour le permis de conduire, l'immatriculation d'un véhicule, la carte Santé et la Carte Plein air. Prière de ne pas effectuer le changement d'adresse avant d'avoir déménagé.

Pour profiter de ce service en ligne, veuillez visiter ontario.ca/changementadresse.

[Renseignez-vous sur les pièces d'identité du gouvernement de l'Ontario](#)

ontario.ca/GuidePourLesAines

ISBN 978-1-4868-6190-3 (PDF)

ISBN 978-1-4868-6188-0 (IMPRIMÉ)

ISBN 978-1-4868-6189-7 (HTML)

© Imprimeur du Roi pour l'Ontario, 2022