

Cartographie des services en maladie chronique et des ressources en promotion et prévention des saines habitudes de vies

Vous trouverez dans ce document d'une part, au tableau 1, les services généraux offerts aux usagers ayant des maladies chroniques sur le territoire (par exemple : maladie pulmonaire, maladie coronarienne, maladie métabolique, etc.) Ensuite, ces services sont déclinés par RLS.

Finalement au tableau 2, vous trouverez des ressources valides et fiables en promotion et en prévention des saines habitudes de vie afin de prendre en charge sa santé de **façon autonome** et ce, peu importe son lieu de résidence.

Ainsi, d'un seul clic, des sources d'informations reliées à la santé sont accessibles concernant:

- La cessation tabagique;
- La saine alimentation;
- L'introduction ou la pratique d'une activité physique sécuritaire;
- La gestion du stress et la santé psychologique;
- Les services en dépendance;
- Les ressources et organismes sociocommunautaires des Laurentides.

Tableau 1 : Services en maladies chroniques

| Maladies chroniques | Liens web |
|--|---|
| AVC/ICT | ▪ Accident vasculaire cérébral (AVC) et accident ischémique transitoire (AIT): CISSS des Laurentides (gouv.qc.ca) |
| Maladies coronariennes | ▪ Clinique externe de cardiologie: CISSS des Laurentides (gouv.qc.ca) |
| Insuffisance cardiaque | ▪ Clinique externe d'insuffisance cardiaque: CISSS des Laurentides (gouv.qc.ca) |
| Maladie pulmonaire (MPOC) | ▪ MPOC: CISSS des Laurentides (gouv.qc.ca) |
| Maladies métaboliques (diabète) | ▪ Diabète: CISSS des Laurentides (gouv.qc.ca) |
| Douleur et fatigue chroniques | ▪ Clinique de la douleur: CISSS des Laurentides (gouv.qc.ca) |

Ressources disponibles en maladies chroniques par Réseaux Locaux de Services (RLS)

1. RLS d'Antoine-Labelle

Maladies chroniques pour Mont-Laurier et Rivière-Rouge

- Maladies coronariennes [Un gym pour tous | L'info de la Lièvre \(infodelalievre.ca\)](http://Un_gym_pour_tous_|_L'info_de_la_Lièvre_(infodelalievre.ca))
- Clinique externe de cardiologie [Clinique externe de cardiologie: CISSS des Laurentides \(gouv.qc.ca\)](http://Clinique_externes_de_cardiologie:_CISSS_des_Laurentides_(gouv.qc.ca))
- Diabète [Diabète: CISSS des Laurentides \(gouv.qc.ca\)](http://Diabète:_CISSS_des_Laurentides_(gouv.qc.ca))
- Maladies pulmonaires [MPOC: CISSS des Laurentides \(gouv.qc.ca\)](http://MPOC:_CISSS_des_Laurentides_(gouv.qc.ca))

Activités municipales

Ville de Mont-Laurier [Mont-Laurier \(villemontlaurier.qc.ca\)](http://Mont-Laurier_(villemontlaurier.qc.ca))

Ville de Rivière-Rouge [Accueil | www.riviere-rouge.ca](http://Accueil_|_www.riviere-rouge.ca)

2. RLS des Laurentides

Maladies chroniques pour Sainte-Agathe-des-Monts

- Réadaptation physique suite à un Accident vasculaire cérébral (AVC) ou Ischémie cérébrale transitoire (ICT) [PUB 2016-06-21 Depliant URFI Ste-Agathe.pdf \(gouv.qc.ca\)](http://PUB_2016-06-21_Depliant_URFI_Ste-Agathe.pdf_(gouv.qc.ca))
- Clinique externe de cardiologie [Clinique externe de cardiologie: CISSS des Laurentides \(gouv.qc.ca\)](http://Clinique_externes_de_cardiologie:_CISSS_des_Laurentides_(gouv.qc.ca))
- Maladies pulmonaires [MPOC: CISSS des Laurentides \(gouv.qc.ca\)](http://MPOC:_CISSS_des_Laurentides_(gouv.qc.ca))

Activités municipales

Ville de Sainte-Agathe-des-Monts [Accueil - Ville de Sainte-Agathe-des-Monts \(vsadm.ca\)](http://Accueil_-_Ville_de_Sainte-Agathe-des-Monts_(vsadm.ca))

3. RLS des Pays-d'en-Haut

Activités municipales

Ville de Sainte-Adèle [Ville de Sainte-Adèle \(sainte-adele.qc.ca\)](http://ville.sainte-adele.qc.ca)

4. RLS d'Argenteuil

Maladies chroniques pour Mont-Laurier et Rivière-Rouge

- Clinique externe de cardiologie [Clinique externe de cardiologie: CISSS des Laurentides \(gouv.qc.ca\)](http://www.cissl.com/clinique-externe-de-cardiologie) Activités municipales

Activités municipales

Ville de Lachute [Accueil - Ville de Lachute](http://www.villelachute.com)

5. RLS de la Rivière-du-Nord — Mirabel-Nord

Maladies chroniques pour Saint-Jérôme

- Réadaptation physique suite à un Accident vasculaire cérébral (AVC) ou Ischémie cérébrale transitoire (ICT) [Depliant URFI Youville.pdf \(gouv.qc.ca\)](http://www.cissl.com/depliant-urfi-youville)
- Maladies coronariennes [Clinique externe de cardiologie: CISSS des Laurentides \(gouv.qc.ca\)](http://www.cissl.com/clinique-externe-de-cardiologie)
- Insuffisance cardiaque [Clinique externe d'insuffisance cardiaque: CISSS des Laurentides \(gouv.qc.ca\)](http://www.cissl.com/clinique-externe-dinsuffisance-cardiaque)
- Diabète [Diabète: CISSS des Laurentides \(gouv.qc.ca\)](http://www.cissl.com/diabete)
- Maladies pulmonaires [MPOC: CISSS des Laurentides \(gouv.qc.ca\)](http://www.cissl.com/m poc)
- Douleur et fatigue chroniques : [Clinique de la douleur: CISSS des Laurentides \(gouv.qc.ca\)](http://www.cissl.com/clinique-de-la-douleur)

Activités municipales

Ville de Saint-Jérôme [Ville de Saint-Jérôme - Site web officiel de la ville de Saint-Jérôme \(vsj.ca\)](http://www.ville-st-jerome.com)

6. RLS de Thérèse-de-Blainville

Activités municipales

Ville de Sainte-Thérèse [Accueil | Ville de Sainte-Thérèse \(sainte-therese.ca\)](http://sainte-therese.ca)

7. RLS de Deux-Montagnes — Mirabel-Sud

Maladies chroniques pour Saint-Eustache

- Maladies coronariennes [Clinique externe de cardiologie: CISSS des Laurentides \(gouv.qc.ca\)](http://gouv.qc.ca)
- Insuffisance cardiaque [Clinique externe d'insuffisance cardiaque: CISSS des Laurentides \(gouv.qc.ca\)](http://gouv.qc.ca)
- Diabète [Diabète: CISSS des Laurentides \(gouv.qc.ca\)](http://gouv.qc.ca)
- Maladies pulmonaires [MPOC: CISSS des Laurentides \(gouv.qc.ca\)](http://gouv.qc.ca)

Activités municipales

Ville de Saint-Eustache [Ville de Saint-Eustache](http://villede-saint-eustache.ca)

Tableau 2 : Ressources en promotion et en prévention de saines habitudes de vies peu importe son lieu de résidence

| Programme | Liens web |
|--|---|
| Alimentation et nutrition | <ul style="list-style-type: none">▪ Alimentation et nutrition: CISSS des Laurentides (gouv.qc.ca) |
| Association Québécoise de la douleur chronique | <ul style="list-style-type: none">▪ Accueil - AQDC |
| Association de la fibromyalgie des Laurentides | <ul style="list-style-type: none">▪ La fibromyalgie – Association de la Fibromyalgie des Laurentides (fibromyalgie-des-laurentides.ca) |
| Asthme | <ul style="list-style-type: none">▪ Asthme: CISSS des Laurentides (gouv.qc.ca) |

Cartographie des services et ressources en saines habitudes de vies
Document parallèle

| | |
|--|--|
| Capsana | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Capsana - Publications |
| Clinique de cessation tabagique | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Tabac et vapotage: CISSS des Laurentides (gouv.qc.ca) |
| Diabète Québec | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Association Diabète Québec La référence en diabète au Québec (diabete.qc.ca) |
| Gestion du stress et santé psychologique | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Réseau d'éclaireurs en santé psychologique: CISSS des Laurentides (gouv.qc.ca) |
| Le Go pour bouger | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Public (santemontreal.qc.ca) |
| Move 50 plus | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Move 50+ – Mon objectif Vieillir en forme (move50plus.ca) |
| Moisson Laurentides | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Portraits d'organismes - Moisson Laurentides |
| Prendre ma santé à cœur (Institut de Cardiologie de Montréal) | <ul style="list-style-type: none"> ▪ guide_centre_epic_version_26_septembre_2019_-_finalweb.pdf |
| Prévention des troubles neurocognitifs | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Conseils bons pour le cerveau pour réduire votre risque de trouble neurocognitif Société Alzheimer du Canada |
| Prévention du déconditionnement/ chute | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Prévention du déconditionnement: CISSS des Laurentides (gouv.qc.ca) |
| Proche aidance | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Proche aidance: CISSS des Laurentides (gouv.qc.ca) |
| Programme Viactive | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Promotion de la santé chez les aînés: CISSS des Laurentides (gouv.qc.ca) |
| Répertoire des organismes sociocommunautaires des Laurentides | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Répertoire des organismes des Laurentides 211 Grand Montréal (211qc.ca) |
| Services en dépendance | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Dépendance et toxicomanies: CISSS des Laurentides (gouv.qc.ca) |
| Société québécoise d'hypertension artérielle | <ul style="list-style-type: none"> ▪ Info patients SQHA (hypertension.qc.ca) |

| | |
|-------------------------|---|
| Yoga/ Méditation | ▪ Yoga et méditation TOUGO (montougo.ca) |
|-------------------------|---|