

VOTRE CONSEILLER AU BOUT DU FIL

INFO-AIDANT est un service téléphonique d'écoute, d'information et de références **professionnel**, **confidentiel** et **gratuit**.

Il s'adresse aux proches aidants d'aînés et à leur entourage, aux intervenants et aux professionnels de la santé.

Appelez-nous!

INFO-AIDANT

1 855 852-7784

ÉCOUTE-INFORMATION-RÉFÉRENCES

Nos conseillers spécialisés sont là pour :



VOUS ÉCOUTER

avec attention et compassion.



VOUS INFORMER

avec des renseignements clairs, précis et à jour.



VOUS RÉFÉRER

à des ressources et services près de chez vous et adaptés à vos besoins.

Vous avez besoin de conseils ou d'astuces ?

Vous cherchez dans votre région **une ressource pour vous faciliter la tâche**, ou vous aimeriez tout simplement que **le temps passé avec votre proche soit de meilleure qualité ?**

Consultez lappui.org



Appelez **Info-aidant**

Édition automne 2016 / Conception : oblika.ca

VOUS AIDEZ UN AÎNÉ ?

QUE CE SOIT
VOTRE CONJOINT,
UN PARENT, UN VOISIN,
UN AMI...



L'APPUÏ

POUR LES
PROCHES AIDANTS
D'AÎNÉS

CHAUDIÈRE-APPALACHES

*Vous êtes là pour eux,
nous sommes là pour vous.*

En partenariat avec :

Famille Chagnon

Famille
Québec

Si vous offrez un **soutien moral, physique ou matériel à un aîné**, quotidiennement ou à l'occasion, vous êtes déjà dans les faits **un proche aidant, ou aidant naturel**.

Vous l'assistez dans l'une de ces activités :



- tâches ménagères
- soins personnels



- déplacements
- gestion de rendez-vous



- budget
- prise de décisions

Vous souhaitez :



- maintenir un équilibre entre le travail, la famille et votre rôle d'aidant
- avoir du temps pour vous



- mieux composer avec vos émotions en voyant un proche perdre de l'autonomie



- obtenir de l'information et de l'aide

MISSION

Créé en 2009, l'**Appui pour les proches aidants d'aînés** contribue à améliorer la qualité de vie des proches aidants d'aînés, à faciliter leur quotidien et à veiller à ce qu'ils tirent pleinement profit des ressources mises à leur disposition.



Nous sommes présents partout au Québec, grâce à **17 Appuis régionaux** qui soutiennent les organismes locaux voués au bien-être des proches aidants, et ce afin de leur offrir des services adaptés dans leur milieu.

Chaque région dispose d'un fonds lui permettant d'investir dans de nombreux services directs consacrés aux proches aidants d'aînés.

L'APPUÏ POUR LES PROCHES AIDANTS D'AÎNÉS

**Vous êtes là pour eux,
nous sommes là pour vous.**

Les proches aidants d'aînés donnent sans compter.

1,13
MILLION

Il y a plus d'un million de **proches aidants d'aînés** au Québec — et ce nombre augmente toujours.

60%

Les proches aidants sont pour la plupart des **femmes**.

1
SUR
2

Près de la moitié des proches aidants **travaillent plus de 30 heures par semaine**.

9
SUR
10

Neuf proches aidants sur dix **ne cohabitent pas** avec la personne qu'ils aident.

Un **proche aidant d'aîné** sur trois consacre plus de cinq heures par semaine à **soutenir un aîné**.



65 % - moins de **5 heures**
15 % - entre **5 et 9 heures**
10 % - entre **10 et 19 heures**
10 % - **20 heures et plus**

