



Êtes-vous un proche aidant ?

Selon des statistiques récentes, on compte plus d'un million et demi de proches aidants au Québec, soit environ 1 personne sur 5. Devenir proche aidant ne relève pas toujours d'un choix bien réfléchi. Le plus souvent, on glisse petit à petit dans ce rôle, parfois sans bien s'en rendre compte. Chaque histoire est unique : un parent vieillit et perd une partie de son autonomie, la santé d'un proche se détériore... Ces personnes requièrent effectivement le soutien de leur entourage.

La nature de l'aide s'avère aussi diversifiée qu'il y a d'aidants et d'aidés : transport, soins d'hygiène, travaux domestiques, accompagnement à des rendez-vous, gestion financière, soutien psychologique, etc. Tout cela sans aucune rémunération. De plus, le temps et l'énergie que l'on consacre aux personnes aidées peuvent augmenter graduellement. Les conséquences que tout cela implique pour les proches aidants sont loin d'être négligeables, tant au niveau physique et affectif, qu'au niveau financier. Un dicton affirme qu'il faut un village pour élever un enfant, mais il en faudrait également un pour entourer un proche aidant.

Être bien informé demeure un atout pour faire des choix éclairés. L'ACEF Lanaudière, en collaboration avec l'APPUI, vous propose donc une série de douze chroniques qui paraîtront au fil des trois prochaines années. Vous y trouverez des renseignements concernant les impacts financiers et fiscaux liés à votre situation de proche aidant, ainsi qu'un aperçu des documents légaux qui pourraient vous être utiles. D'autres sujets pourraient aussi vous concerner directement, tels que l'hébergement, la séparation involontaire ou les prestations de compassion.

Pour obtenir plus d'informations, les proches aidants d'aînés peuvent contacter le service Info-aidant de l'APPUI au 1 855 852-7784 ou l'ACEF au 1 866 414-1333. Pour des services de santé ou psychosociaux, le CLSC de votre région est la ressource appropriée.



Cette chronique a été réalisée
grâce à la contribution financière de

