

Près de **1 personne sur 4** au Québec est une personne proche aidante

**57 %** des personnes proches aidantes occupent également un emploi

**50 %** des personnes proches aidantes doivent s'absenter du travail en moyenne de 8 à 9 jours par an



35 % des personnes proches aidantes ne se reconnaissent pas comme telles  
**ET VOUS ?**

Trouvez un organisme proche de chez vous en consultant le répertoire interactif

[www.procheaidance.quebec/organismes-soutien](http://www.procheaidance.quebec/organismes-soutien)

Appelez Info-aidant, service professionnel d'écoute, d'information et de références

Téléphone : 1 855 852-7784

Courriel : [info-aidant@lappui.org](mailto:info-aidant@lappui.org)



Pour consulter toutes les ressources mentionnées dans ce feuillet d'information, utilisez le code QR ou consultez : [www.procheaidancetravail.ca/ressources/](http://www.procheaidancetravail.ca/ressources/)



[www.procheaidancetravail.ca](http://www.procheaidancetravail.ca)



[www.procheaidance.quebec](http://www.procheaidance.quebec)

## Vous êtes une personne proche aidante si :

Vous soutenez dans un cadre non professionnel une autre personne vivant avec une incapacité physique ou psychologique, qu'elle soit temporaire ou permanente.



Par des soins médicaux et personnels, du transport, des tâches domestiques, du soutien émotionnel ou de la coordination de services.



Pour améliorer ou maintenir la qualité de vie et ou favoriser le rétablissement de votre proche.



Avec des impacts potentiels sur votre santé, vos finances et l'ensemble de vos responsabilités.



## Demandez du soutien à un organisme proche de chez vous

- Atelier de formation sur la proche aidance
- Service d'accompagnement dans les démarches administratives
- Service de répit
- Accompagnement psychosocial individuel et de groupe
- Soutien aux activités de la vie quotidienne

\* Les informations contenues dans ce dépliant sont celles en vigueur en mars 2025. Elles peuvent changer à tout moment (ex. : montant auquel vous pouvez avoir droit).

## Des réalités en emploi



**Rania,**  
enseignante, accompagne son petit frère atteint d'un handicap à ses rendez-vous médicaux



**Vincent,**  
estimeur en construction, est proche aidant de sa fille de 14 ans ayant une déficience intellectuelle



**Monica,**  
préposée à la caisse, prend soin de son père atteint de la maladie d'Alzheimer, qui vit en CHSLD



## Accédez à des aides financières

- **Pour un-e adulte** : 15 semaines de prestations
- **Pour un-e enfant** : 35 semaines de prestations
- **Prestations de compassion pour une personne en fin de vie** : 26 semaines
- **Aide financière** : jusqu'à 55 % du salaire, maximum de 695 \$ / semaine (Assurance-emploi Canada)
- **Durée** : en continu ou non sur 52 semaines
- **Partage** : peuvent être partagées par plusieurs personnes proches aidantes admissibles

### Admissibilité :

- Au moins 600 heures d'emploi assurable dans les 52 dernières semaines
- Preuve que vos revenus hebdomadaires réguliers ont diminué de plus de 40 % pendant au moins une semaine, à cause d'un congé pour prendre soin d'un membre de la famille gravement malade ou blessé, ou nécessitant des soins de fin de vie.
- Travailleur-euses autonomes : avoir conclu une entente avec la Commission de l'assurance-emploi du Canada (CAEC) active pendant au moins 12 mois précédant la demande

#### Pour en savoir plus :

[www.canada.ca/fr/services/prestations/ae/proches-aidants](http://www.canada.ca/fr/services/prestations/ae/proches-aidants)

Canada 

## Du soutien existe pour concilier votre réalité de proche aidance et de travail

### Accédez à :



Des congés prévus par la loi pour vous permettre de vous absenter de votre emploi et remplir vos responsabilités de PPA.



Des aménagements dans votre milieu de travail facilitant la conciliation de vos responsabilités de proche aidance et de travail.



De l'aide financière, appelée prestation, pour combler le manque de revenus lors de l'accompagnement prolongé d'un-e proche.



Du soutien psychosocial et de l'accompagnement par des organismes communautaires de proximité.





## Accédez à des congés prévus par les lois québécoises

- 2 jours de congé rémunéré
- 8 jours de congé non rémunéré
- Absence sans salaire :
  - Jusqu'à 16 semaines pour un-e adulte gravement malade ou blessé-e
  - Jusqu'à 35 semaines pour un-e enfant
  - Jusqu'à 27 semaines pour un-e adulte en fin de vie
  - Jusqu'à 104 semaines en cas de décès d'un-e enfant mineur-e
- 5 jours de congé (2 avec salaire) en cas de décès d'un parent proche
- 1 jour d'absence en cas de décès d'un parent éloigné

Demandez dès maintenant une attestation de proche aidance signée par un-e professionnel-le de la santé.

### Pour en savoir plus :

[www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/conditions-travail/statuts-particuliers/proches-aidants](http://www.cnesst.gouv.qc.ca/fr/conditions-travail/statuts-particuliers/proches-aidants)

Québec 

Si vous travaillez pour une **entreprise réglementée par des lois fédérales** ou pour la **fonction publique fédérale**, vous pouvez accéder à des congés prévus par le Code canadien du travail.

### Pour en savoir plus :

[www.canada.ca/fr/services/emplois/milieu-travail/normes-travail-federales/conges-jours-feries](http://www.canada.ca/fr/services/emplois/milieu-travail/normes-travail-federales/conges-jours-feries)

Canada 



## Accédez à des aménagements dans votre milieu de travail

Prendre soin de vos besoins de conciliation peut bénéficier à l'ensemble des employé-es et devenir un avantage distinctif pour votre organisation.

- Renseignez-vous sur les politiques de conditions de travail, les programmes d'aide au personnel et de conciliation famille-travail.\*
- Ouvrez la discussion avec votre employeur-euse sur votre situation afin de regarder ensemble les aménagements possibles pour répondre à vos besoins spécifiques tout en maintenant la productivité et bonifiant la qualité du climat de travail de l'organisation.\*\*

\* Exemples d'aménagements : horaires flexibles, télétravail, réductions volontaires du temps de travail, diversification des congés (avec ou sans solde, banque de congés d'urgence), avance de fonds et fonds d'aide.

\*\* Votre employeur-euse peut être accompagné-e dans cette démarche par les services spécialisés de Concilivi pour favoriser la conciliation de tout le personnel en milieu de travail : [www.concilivi.com/fr/conciliation-proche-aidance-travail-accueil](http://www.concilivi.com/fr/conciliation-proche-aidance-travail-accueil)

 **CONCILIVI**  
Expertise famille-travail

