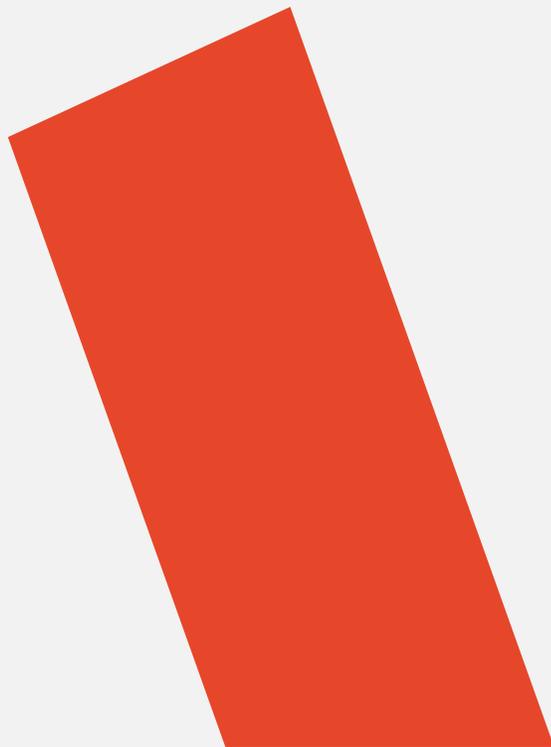
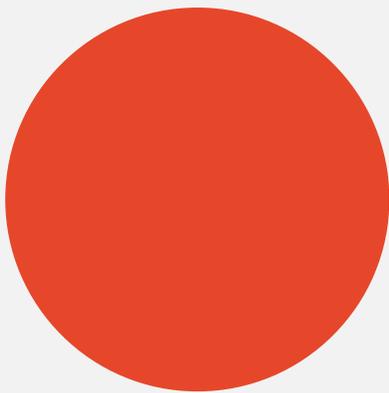


# PORTRAIT DÉMOGRAPHIQUE DES PROCHES AIDANTS D'AÎNÉS AU QUÉBEC

---

Faits saillants de l'étude produite par  
l'Appui par les proches aidants  
d'aînés, en collaboration avec la  
firme SOM | 2016



## CONTEXTE

Dans le but d'obtenir le portrait démographique des proches aidants d'ainés au Québec le plus à jour, particulièrement sur la perception qu'ils ont de leur rôle et de leurs besoins, l'Appui a mené une étude en partenariat avec la firme SOM en septembre 2016. Les présents faits saillants en sont tirés.

Parmi les objectifs de l'étude, mentionnons :

- Déterminer le nombre de proches aidants d'ainés au Québec;
- Déterminer leur nombre d'heure d'implication;
- Mesurer la capacité à s'identifier comme étant « proche aidant d'ainés »;
- Cerner les freins et les incitatifs à l'utilisation de services destinés aux proches aidants d'ainés.

## MÉTHODOLOGIE

<b>Population cible</b>	Résidents du Québec âgés de 18 ans ou plus.
<b>Échantillonnage</b>	<p>1 054 questionnaires auprès d'internautes adultes du Québec, à partir d'un échantillon de départ de 3 743 internautes adultes du Québec, qui ont répondu aux questions de dépistage.</p> <p>Cette façon de faire nous a permis d'interroger en priorité les répondants proches aidants d'ainés et d'obtenir notamment 292 répondants à la définition de proches aidants d'ainés offrant 5 heures de soins par semaine ou plus.</p>
<b>Collecte</b>	Collecte du 1er au 7 septembre 2016.
<b>Pondération</b>	<p>Deux pondérations ont été appliquées de façon à bien refléter la répartition de la population des résidents du Québec, âgés de 18 ans ou plus :</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Les résultats des questions de dépistage, sur la base de 3 743 répondants ont été pondérés de façon à refléter la répartition de la population des résidents du Québec, âgés de 18 ans ou plus, en fonction de l'âge, du sexe, de la langue maternelle, du plus haut diplôme obtenu ainsi que des gens qui vivent seuls et de la proportion des adultes propriétaires.</li><li>• Les résultats des questions suivantes, sur la base maximale de 1 054 répondants, ont également été pondérés de façon à refléter la répartition de la population de résidents du Québec, âgés de 18 ans ou plus, et notamment de rétablir la proportion réelle des proches aidants d'ainés, obtenue à l'aide des résultats des questions de dépistage pondérés.</li></ul>

Pour obtenir la version détaillée de cette enquête, écrire à [communication@lappui.org](mailto:communication@lappui.org).

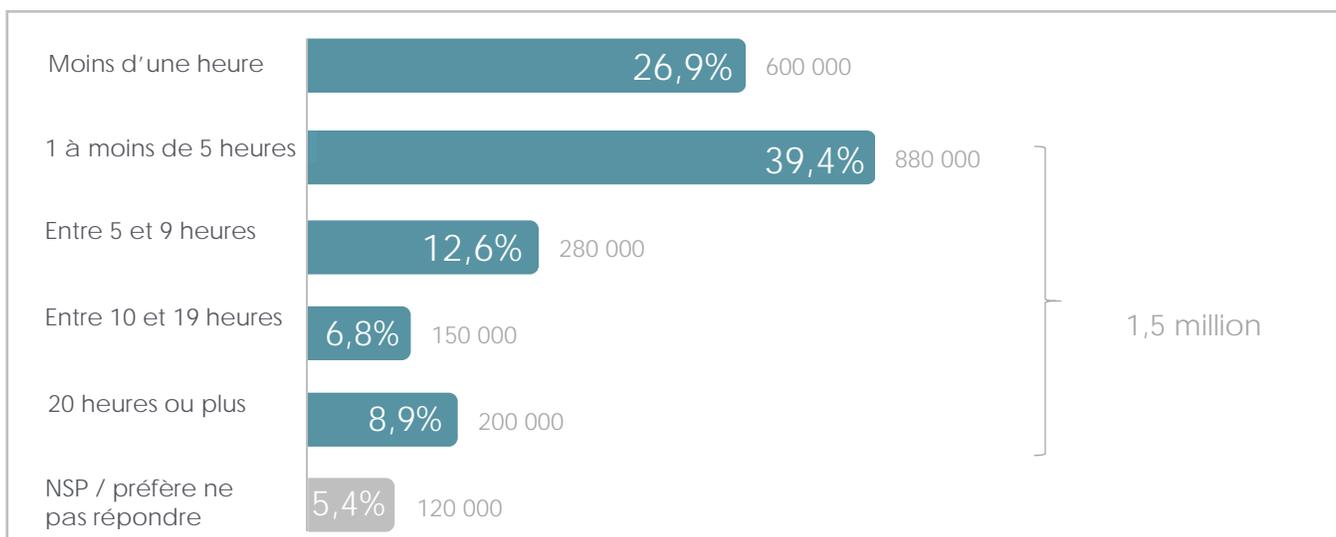
Des données supplémentaires, tirées de l'Enquête sociale générale (ESG) de 2012, sont également disponibles dans le [Portrait statistique des proches aidants de personnes de 65 ans et plus au Québec](#). Ce portrait a été développé en collaboration avec l'Institut de la statistique du Québec et se base sur les données de l'ESG de 2012.

## LES PROCHES AIDANTS D'AÎNÉS AU QUÉBEC

En 2016, **35%** des adultes du Québec posaient un geste comme proche aidant d'aîné. Ainsi, environ **2,2 millions de personnes** au Québec ont aidé un proche à se rendre à des rendez-vous médicaux, faire l'épicerie, se déplacer, remplir des papiers, ou encore en prodiguant des soins et du soutien émotif.

Plus précisément, **24%** des adultes du Québec, soit **1,5 million de personnes**, déclarent offrir au moins une heure d'aide par semaine.

Figure 1. Répartition des proches aidants d'aînés selon le nombre d'heures de soutien, par semaine



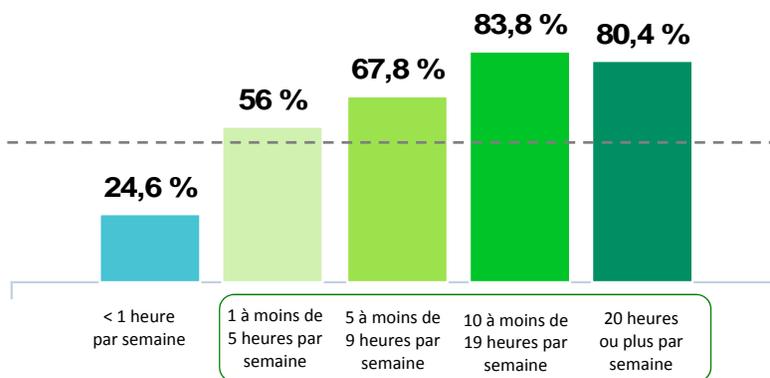
## SE RECONNAITRE COMME PROCHE AIDANT : UN ENJEU DE TAILLE

Un adulte québécois sur deux qui pose un geste comme proche aidant d'ainé ne se reconnaît pas comme tel.

1/3

Un peu plus du tiers des proches aidants d'ainés offrant au moins une heure de soin par semaine n'ont pas conscience de l'être (**environ 500 000 personnes**). Pourtant, ils fournissent de 1 heure à 20 heures ou plus d'aide et de soutien par semaine à un proche de 65 ans ou plus en perte d'autonomie.

Figure 2. Proportion de proches aidants d'ainés qui se reconnaissent, selon le nombre d'heures de soins offerts par semaine.



**1/5** des proches aidants offrant plus de 10 heures de soins à un aîné par semaine n'ont pas conscience de l'être.

En tant que proche aidant, il est important de prendre soin de soi et d'être vigilant face aux possibles signes de fatigue ou de détresse. **La reconnaissance du rôle de proche aidant est cruciale**, que ce soit par les proches aidants eux-mêmes ou par leur entourage (famille et amis, employeurs, intervenants de la santé). La reconnaissance des proches aidants, dès le début de leur parcours, permet un meilleur accès aux ressources et l'amélioration de leur qualité de vie.

L'Appui a mis sur pied des initiatives pour faciliter la reconnaissance des proches aidants, telles que :

- le Webdocumentaire [nousprochesaidants.com](https://nousprochesaidants.com);
- et la page Web Autour des proches aidants, sur [lappui.org/Autour-des-proches-aidants](https://lappui.org/Autour-des-proches-aidants).

## FREINS À L'UTILISATION DES SERVICES OFFERTS

**65%** des proches aidants d'âinés identifient la méconnaissance des ressources existantes comme principal frein à l'utilisation des services.

En effet, plusieurs proches aidants déclarent ignorer qu'il existe des ressources adaptées à leurs besoins, dans leur région, gratuites ou à faible coût. En réponse à ce frein, l'Appui a mis sur pied ces outils pour les proches aidants d'âinés du Québec :

- Sur **lappui.org**, les proches aidants y trouveront des conseils pratiques, les activités et actualités de l'Appui de leur région et le répertoire des ressources;
- Le **répertoire des ressources** rassemble les services disponibles pour les proches aidants d'âinés partout au Québec. Que ce soit pour du répit à domicile, des séances d'information, de l'aide au transport en passant par du soutien individuel, les proches aidants peuvent accéder en quelques clics aux ressources disponibles près de chez eux, grâce à une recherche avancée par types de services, mots clés ou codes postaux. Consultez-le ici : <https://www.lappui.org/Trouver-des-ressources/Repertoire-des-ressources>;
- Le **service Info-Aidant** est un service d'écoute, d'information et de références destiné aux proches aidants d'âinés et à tous ceux qui les entourent. Ils peuvent ainsi bénéficier d'un service individualisé, confidentiel et gratuit, tout au long de leur parcours, en appelant au **1 855 852-7784** ou en écrivant à [info-aidant@lappui.org](mailto:info-aidant@lappui.org).