



## Vous soutenez un proche

- Vous vous occupez de son épicerie
- Vous l'accompagnez à ses rendez-vous médicaux
- Vous gérez les démarches administratives

Vous êtes proche aidant.  
Ce n'est pas facile tous les jours.

# Nous sommes là pour vous

Info-aidant est un service gratuit pour  
les personnes proches aidantes, leur  
entourage et les professionnels.

**Appui**  
proches aidants

1 855 852-7784

ÉCOUTE • INFORMATION • RÉFÉRENCES

**appui.org**

Vous êtes une **personne proche aidante**, et vous apportez du soutien à un ou à plusieurs membres de votre entourage qui présentent une incapacité, qu'ils soient de votre famille ou non.

Vous avez vos propres besoins.

**Nous pouvons vous accompagner et vous référer à des organismes capables d'y répondre.**

## Contactez-nous!

Nos conseillères et conseillers du service Info-aidant sont là pour vous, tous les jours, de 8 h à 20 h.

**Écoute** bienveillante et confidentielle

**Information** personnalisée

**Références** adaptées à vos besoins

**1 855 852-7784**

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

**appui.org**

**Conseils • Formations •**

**Répertoire des ressources • Appuilette**

Animé par la volonté d'améliorer la qualité de vie des personnes proches aidantes du Québec, l'Appui pour les proches aidants soutient les personnes proches aidantes et les organismes qui leur viennent en aide.

En partenariat avec :

**Québec** 