



# Aidez-vous une personne qui a besoin de soutien à domicile ?

**Ce document s'adresse à vous si vous êtes une personne proche aidante.** Ce document contient de l'information sur les services de soutien à domicile. Ces services peuvent aider la personne que vous soutenez et peuvent vous aider aussi.

Les services offerts varient selon chaque situation. Ils peuvent aussi être différents d'une région à l'autre.

Vous êtes une **personne proche aidante** si vous aidez une personne qui a une incapacité et avec qui vous avez un lien familial ou amical. Votre aide peut être régulière ou ponctuelle. Elle peut aussi être de courte ou de longue durée. Vous n'êtes pas obligé d'habiter avec la personne aidée pour être une personne proche aidante.

## Services de soutien à domicile

### À qui s'adressent les services de soutien à domicile ?

**Les services de soutien à domicile s'adressent aux personnes de tout âge qui ont une incapacité.** Cette incapacité peut être temporaire ou permanente. Voici des exemples d'incapacités temporaires ou permanentes :

- perte d'autonomie
- déficience physique ou intellectuelle
- trouble neurocognitif
- trouble du spectre de l'autisme
- maladie chronique ou terminale (soins palliatifs)
- problèmes de santé mentale

Ces personnes ont besoin d'aide pour rester à leur domicile. Les services de soutien à domicile leur sont donc offerts chez elles, qu'elles habitent dans une maison, un appartement, une chambre, une résidence privée, une résidence communautaire ou une résidence pour aînés.

### Pourquoi demander ces services ?

Les services de soutien à domicile aident la personne avec une incapacité à rester chez elle. Ils soutiennent son bien-être et son autonomie. **L'aide s'adapte à ses besoins, ses préférences et ses capacités.**

## Comment faire une demande ?

**Vous pouvez demander des services de soutien à domicile pour la personne que vous aidez en tout temps.**

Si vous ou la personne que vous aidez recevez déjà des services du CLSC, parlez-en à votre intervenant ou intervenante. Vous pouvez aussi appeler :

- le [CLSC de votre secteur](#), en laissant un message s'il y a une boîte vocale. Mentionnez votre nom complet, votre numéro de téléphone et la raison de votre appel. Une personne vous rappellera ;
- Info-Social, en composant le 811, option 2.

**N'attendez pas d'être trop fatigué pour demander de l'aide.**

*« Je me rends compte que la situation de mon mari s'est empirée dernièrement. Je peux bien être plus fatiguée! J'aurais dû demander de l'aide plus tôt. »*



## Étapes pour avoir des services de soutien à domicile

Une fois que vous avez fait la demande de services de soutien à domicile, quatre étapes sont prévues.

Ces étapes peuvent prendre plus ou moins de temps. **Il peut y avoir des délais entre les étapes.** On peut aussi vous demander de donner plus de renseignements à une étape. Vous pouvez rencontrer différents intervenants.

### Étape 1 – Analyse de l'admissibilité

**Cette analyse se fait souvent au téléphone.**

Un intervenant ou une intervenante analyse la situation pour savoir si les services de soutien à domicile peuvent répondre aux besoins de la personne que vous aidez. Il ou elle vous pose des questions pour comprendre si la situation est urgente et pour connaître les besoins de la personne aidée. Cette analyse permet aussi de proposer d'autres services, s'il y a lieu.

La personne que vous aidez, ou la personne qui la représente si elle est inapte, doit donner son consentement aux services.



*« Les services de soutien à domicile ne pouvaient pas répondre aux besoins de ma mère, finalement. On m'a proposé de parler à une travailleuse sociale du CLSC pour m'aider. Ça m'a fait du bien de parler de ma situation. »*

## Étape 2 – Évaluation des besoins

Un intervenant ou une intervenante évalue les besoins de la personne que vous aidez. L'évaluation peut se faire sur plusieurs rencontres. Une visite à domicile est souvent nécessaire.

L'intervenant ou l'intervenante est là pour vous aider à mieux comprendre vos besoins, ceux de la personne que vous aidez et les services qui peuvent y répondre.

**Parlez de vos besoins et de vos inquiétudes. Nommez vos capacités et vos limites à soutenir la personne que vous aidez.**

## Étape 3 – Organisation des services

Les services qui répondent aux besoins de la personne que vous aidez sont inscrits dans un plan d'intervention. Les décisions concernant les services sont prises avec vous et la personne que vous aidez, selon vos besoins, vos limites et votre situation.

Pour chaque service, le plan d'intervention indique :

- la fréquence du service
- le nombre d'heures prévues pour le service
- la durée prévue en semaines ou en mois
- les personnes ou les organismes qui donnent le service

**Les services peuvent ensuite commencer. Ils sont organisés par une personne-ressource du CLSC.**

### Personne-ressource du CLSC

Une personne-ressource du CLSC est responsable du dossier de la personne que vous aidez. Cette personne-ressource peut être une travailleuse sociale, une infirmière ou une autre professionnelle. Son rôle est de vous aider et d'organiser les services.

Demandez son nom et ses coordonnées. Vous pourrez la joindre par téléphone, par courriel ou en personne. Notez vos besoins et ceux de la personne que vous aidez. Gardez vos courriels et vos notes dans un dossier pour suivre vos échanges.

**Contactez votre personne-ressource pour poser vos questions ou signaler des changements dans votre situation ou celle de la personne que vous aidez.**

## Étape 4 – Réévaluation

Vos besoins et ceux de la personne que vous aidez sont réévalués à certains moments. Les services peuvent rester les mêmes ou changer. **N'attendez pas une réévaluation si votre situation change.** Vos capacités et vos limites à soutenir la personne que vous aidez peuvent changer.

# Services pour la personne que vous aidez

Selon la situation de la personne que vous aidez, les services de soutien à domicile peuvent être offerts par :

- le CLSC
- une entreprise d'économie sociale en aide à domicile
- un organisme communautaire
- une personne de votre choix avec l'allocation autonomie à domicile

Les organismes qui offrent les services de soutien à domicile unissent leurs efforts pour répondre aux besoins de la personne que vous aidez. Les services offerts peuvent être de l'aide domestique, de l'assistance personnelle ou des services professionnels.

Certains services peuvent être facturés à la personne que vous aidez. Votre personne-ressource peut vous informer à ce sujet. Si la personne que vous aidez a une assurance privée, vérifiez si celle-ci couvre des services.

## Allocation autonomie à domicile

L'[allocation autonomie à domicile](#)<sup>1</sup> pourrait vous être proposée. Cette allocation vous permet ou permet à la personne que vous aidez d'engager une personne de votre choix pour certains services. Les services et les heures acceptés sont inscrits dans le plan d'intervention.

Avec cette allocation, vous ou la personne que vous aidez devenez employeur. Vous devez faire des tâches comme remplir des feuilles de temps et organiser des horaires. Ce n'est pas vous qui payez la personne engagée.

Selon les conditions et les besoins, une personne proche aidante pourrait être engagée avec l'allocation autonomie à domicile. N'hésitez pas à poser des questions à votre personne-ressource pour en savoir plus.

## Aide domestique



L'aide domestique soutient la personne que vous aidez dans ses activités du quotidien.

Exemples :

- préparer les repas
- faire le lavage
- nettoyer la maison



« En obtenant de l'aide, notre fils pourra alors continuer de vivre chez lui. »



1. L'allocation autonomie à domicile était appelée le chèque emploi-service avant janvier 2026.

## Assistance personnelle



L'assistance personnelle permet à la personne que vous aidez de répondre à ses besoins de base et d'hygiène.

Exemples :

- se laver
- se nourrir
- s'habiller
- se déplacer à l'intérieur ou l'extérieur

## Services professionnels



Ces services permettent à la personne que vous aidez de recevoir l'aide de différents professionnels.

Exemples :

- soins infirmiers
- travail social
- physiothérapie
- inhalothérapie
- ergothérapie
- nutrition

## Soutien pour vous

**Être une personne proche aidante peut être difficile. Peu importe vos besoins, il est important que vous preniez soin de vous.** Les services de soutien à domicile ou d'autres ressources peuvent vous aider.

Voici des exemples de soutien que vous pouvez avoir :

- du répit
- du soutien psychosocial
- des ressources d'aide et d'écoute

**N'hésitez pas à demander du soutien pour vous. Ce soutien a plusieurs avantages :**

- Il vous évite de devenir trop fatigué.
- Il permet de prendre soin de vous.
- Il contribue à maintenir une bonne qualité de vie.
- Il favorise une relation positive avec la personne que vous aidez.
- Il vous permet d'être remplacé pour certaines tâches.

## Répit

Le répit vous donne une pause de vos responsabilités de personne proche aidante et permet de prendre soin de vous. Il est organisé à l'avance, il peut prendre plusieurs formes (ex. : se faire à domicile ou ailleurs) et il dure de quelques heures à quelques jours. Un dépannage d'urgence peut aussi vous être offert selon votre situation.

## Soutien psychosocial

Ce soutien vous est offert si vous vivez des difficultés en lien avec votre rôle de personne proche aidante. Ce soutien est souvent offert en dehors du domicile et il peut être individuel ou en groupe. Il vous aide à mieux comprendre votre situation et à trouver des solutions pour aller mieux.

## Ressources d'aide et d'écoute

Des ressources d'aide et d'écoute gratuites et confidentielles existent. Des personnes sont là pour vous écouter, peu importe le sujet :

- Info-Social : au 811, option 2
- Info-aidant : au 1 855 852-7784 ou par [clavardage](#)
- Ligne Aide Maltraitance Adultes Aînés : au 1 888 489-2287

D'autres lignes d'aide et d'écoute existent pour vous soutenir dans des situations particulières (ex. : santé mentale).

## Autres soutiens

[Proche aidance Québec](#) regroupe des organismes communautaires qui accompagnent les personnes proches aidantes. Vous trouverez des ressources et des outils sur son site Internet.

[L'Appui](#) est un organisme qui soutient les personnes proches aidantes. Il offre des conseils, des formations et un répertoire de ressources régionales sur son site Internet.

[CAP santé mentale](#) est un réseau pour les personnes proches aidantes de tout âge en santé mentale. Vous trouverez des ressources et des outils sur son site Internet.

Le [Curateur public](#) protège les personnes inaptes et soutient leur famille et leurs proches. Sur son site Internet, vous trouverez des informations sur la mesure d'assistance et le mandat de protection.

La [page gouvernementale Personne proche aidante](#) regroupe plusieurs informations et ressources sur la proche aidance. La *Loi visant à reconnaître et à soutenir les personnes proches aidantes* y est présentée.

[L'Observatoire québécois de la proche aidance](#) fournit de l'information fiable en matière de proche aidance. Son site Internet propose un répertoire de connaissances.



« Maintenant que j'ai de l'aide, je peux continuer de prendre soin de ma sœur tout en restant en santé, moi aussi. »

« Depuis que j'ai du répit, je me sens plus patient comme père. »



# Exemples d'aides financières

Il existe des aides financières pour les personnes proches aidantes, les familles et les personnes aidées.

Certaines conditions peuvent s'appliquer pour y avoir droit, comme l'âge, la situation financière ou la situation familiale.

## Exemples pour les personnes proches aidantes :

- [Crédit d'impôt pour personne aidante](#)
- [Crédit canadien pour aidant naturel](#)
- [Prestations pour proches aidants de l'assurance-emploi](#)

## Exemples pour les familles :

- [Programme de soutien aux familles](#)
- [Prestation pour enfants handicapés](#)
- [Montant pour autres personnes à charge](#)
- [Supplément pour enfant handicapé](#)

## Exemples pour les personnes aidées :

- [Crédit d'impôt pour personnes handicapées](#)
- [Crédit d'impôt pour maintien à domicile des aînés](#)
- [Crédit d'impôt remboursable pour frais médicaux](#)
- [Crédit d'impôt pour frais médicaux](#)
- [Crédit d'impôt pour l'accessibilité domiciliaire](#)
- [Programme d'exonération financière pour les services d'aide domestique](#)
- [Programme d'adaptation de domicile](#)
- [Montant pour déficience grave et prolongée des fonctions mentales ou physiques](#)
- [Prestation canadienne pour les personnes handicapées](#)

Dépôt légal - 2026  
Bibliothèque et Archives nationales du Québec  
ISBN 978-2-555-03679-6 (version PDF)

