RENFORCER LE SOUTIEN POUR DES PARTENAIRES ESSENTIELS

PLAN D'ACTION GOUVERNEMENTAL
POUR LES PERSONNES PROCHES AIDANTES
2026-2031

Bâtir l'avenir

Québec

ÉDITION

Cette publication a été réalisée par le Sous-ministériat aux services sociaux avec la Direction des communications du ministère de la Santé et des Services sociaux.

Le présent document est disponible uniquement en version électronique à l'adresse : Québec.ca/publications-santé-services-sociaux.

Pour plus d'information : Québec.ca/gouvernement/santé-services-sociaux

Dépôt légal – 2026
Bibliothèque et Archives nationales du Québec
ISBN 978-2-555-03902-5 (version PDF)

Tous droits réservés pour tous pays. La reproduction, par quelque procédé que ce soit, la traduction ou la diffusion de ce document, même partielles, sont interdites sans l'autorisation préalable des Publications du Québec. Cependant, la reproduction de ce document ou son utilisation à des fins personnelles, d'étude privée ou de recherche scientifique, mais non commerciales, sont permises à condition d'en mentionner la source.

© Gouvernement du Québec, 2026

Liste des collaboratrices et des collaborateurs

MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX – DIRECTION DES TRAVAUX

Geneviève Landry, sous-ministre adjointe, Sous-ministériat aux services sociaux

Hasna Rouighi, directrice générale, Services aux aînés et aux proches aidants et Secrétariat aux aînés, Sous-ministériat aux services sociaux

Jean-Philippe Lessard-Beaupré, directeur, Direction des politiques et coordination interministérielle aux aînés, Sous-ministériat aux services sociaux

Nathalie Tremblay, directrice adjointe, Direction adjointe du soutien à domicile, Sous-ministériat aux aînés et aux proches aidants jusqu'en août 2025

COORDINATION, RÉDACTION ET CONTRIBUTIONS AU DÉVELOPPEMENT DES CONTENUS

Michèle Archambault, coordonnatrice, Direction des politiques et coordination interministérielle aux aînés, Sous-ministériat aux services sociaux

Lucie Thibodeau, conseillère, Direction des politiques et coordination interministérielle aux aînés, Sous-ministériat aux services sociaux

Dominique Stibre, conseillère, Direction des politiques et coordination interministérielle aux aînés, Sous-ministériat aux services sociaux

Élise Legault, agente de planification, de programmation et de recherche, Santé Québec Mauricie-et-Centre-du-Québec – Universitaire, mandat en proche aidance, Sous-ministériat aux services sociaux

Sara Vassigh, conseillère, Direction des politiques et coordination interministérielle aux aînés, Sous-ministériat aux services sociaux

Naomie-Jade Ladry, étudiante, Direction des politiques et coordination interministérielle aux aîné, Sous-ministériat aux services sociaux

Charlotte Boudreau-Drouin, conseillère, Direction des politiques et coordination interministérielle aux aînés, Sous-ministériat aux services sociaux

COMITÉ DE SUIVI DE L'ACTION GOUVERNEMENTALE POUR LE SOUTIEN AUX PERSONNES PROCHES AIDANTES

Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail
Service du conseil et de la gouvernance
Direction de la prévention, des enquêtes et des permis (jusqu'en février 2026)

Curateur public
Direction du soutien à la mission

Ministère de l'Éducation
Direction des politiques, de la prospective, de la veille et de la recherche

Ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale
Direction des politiques de lutte contre la pauvreté et de l'action communautaire
Direction de la gouvernance et de la conformité ministérielle
Direction des politiques et des stratégies d'emploi
Direction des partenariats de Services Québec et des ressources informationnelles
Direction de la simplification et des services publics
Ministère de l'Enseignement supérieur
Direction des politiques, de la veille et de l'amélioration continue

Ministère de la Famille
Direction des politiques et de la lutte contre l'intimidation

Ministère des Finances du Québec
Direction des revenus de retraite et du soutien aux aînés

Ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration

Ministère de la Justice
Direction du soutien aux partenariats et aux programmes
Direction des orientations et des affaires législatives

Ministère de la Santé et des Services sociaux
Direction des programmes et des partenariats aux aînés
Direction des politiques et coordination interministérielle aux aînés
Direction adjointe du soutien à domicile, Sous-ministériat aux aînés et aux proches aidants (jusqu'en 2025)

Ministère des Transports et de la Mobilité durable
Direction des politiques et programmes en transport rémunéré et adapté

Ministère du Travail
Direction des politiques du travail

Office des personnes handicapées du Québec
Direction du développement et de l'intervention stratégique

Retraite Québec
Direction de l'évaluation (jusqu'à mai 2025)

Secrétariat à la condition féminine
Direction du développement de l'égalité
Direction de l'ADS, des affaires régionales et autochtones

Secrétariat aux relations avec les Premières Nations et les Inuit
Direction des relations avec les autochtones

Société d'habitation du Québec
Direction des analyses et des stratégies

COMITÉ MINISTÉRIEL EN PROCHE AIDANCE – CONTRIBUTIONS

Sous-ministériat à la santé physique et à la pharmaceutique
Direction de la cancérologie
Direction des affaires interdisciplinaires et des affaires universitaires

Sous-ministériat à la prévention et à la santé publique
Direction de l'évolution en santé des adultes et des aînés
Direction du développement des enfants et des jeunes
Direction de la surveillance, de la mesure et du suivi en santé publique

Sous-ministériat de la performance
Direction de l'optimisation
Direction de l'éthique, de la qualité et de l'évaluation de programme (jusqu'à 2026)

Sous-ministériat à la protection de la jeunesse
Direction des services de protection de la jeunesse, de la diversité et des communautés des Premières Nations et des Inuit

Sous-ministériat aux services sociaux
Direction des politiques et coordination interministérielle aux aînés
Direction des programmes et des partenariats aux aînés
Direction du soutien à domicile
Direction du continuum résidentiel et d'hébergement (jusqu'en 2025)
Direction des services à la communauté (jusqu'en 2025)
Direction des services sociaux, de la santé mentale et de la réadaptation jeunesse
Direction des services sociaux généraux, à la dépendance, à l'itinérance et en milieu carcéral
Direction des services sociaux, de la santé mentale et de la réadaptation adulte

Sous-ministériat aux ressources humaines et aux affaires gouvernementales
Direction des relations et des partenariats avec les Premières Nations et les Inuit

Bureau du sous-ministre
Direction de la gouvernance et affaires institutionnelles (jusqu'en 2025)
Direction des affaires intergouvernementales et internationales et responsable du Secrétariat à l'accès aux services en langue anglaise et aux communautés ethnoculturelles
Direction des communications du ministère du Conseil exécutif, Service du conseil stratégique, des campagnes et des communications

OBSERVATOIRE QUÉBÉCOIS DE LA PROCHE AIDANCE ET COMITÉ DE PARTENAIRES CONCERNÉS PAR LE SOUTIEN AUX PERSONNES PROCHES AIDANTES

OBSERVATOIRE QUÉBÉCOIS DE LA PROCHE AIDANCE

Dr Olivier Beauchet, directeur scientifique de l'Observatoire, Faculté de médecine, Université de Montréal

Sylvie Constantineau, présidente du Comité de direction, membre issue d'une organisation non gouvernementale (ONG), Arborescence : pour les proches en santé mentale

Mélanie M. Gagnon, cheffe de service – transfert de connaissances, direction des partenariats d'apprentissage et de l'activation des savoirs, Santé Québec Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal – Universitaire

To Nhu Nguyen, directrice administrative de l'Observatoire et directrice des partenariats d'apprentissage et de l'activation des savoirs, Santé Québec Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal – Universitaire

Alexis Pearson, chargée de projets pour le pôle Mobilisation et transfert de connaissances et le pôle Concertation, Santé Québec Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal – Universitaire

Margaux Reiss, cheffe d'équipe, chargée de projets pour le pôle Veille et production de connaissances, Santé Québec Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal – Universitaire

Marc Rochefort, vice-président du comité de direction de l'Observatoire, membre issu d'une ONG, Regroupement provincial des comités des usagers et les autres membres de l'équipe de la direction de l'Observatoire

COMITÉ DE PARTENAIRES CONCERNÉS PAR LE SOUTIEN AUX PERSONNES PROCHES AIDANTES

Guillaume Côté-Philibert, directeur général du Centre d'aide aux proches aidants des Basques

Loriane Estienne, directrice générale de Proche aidance Québec et présidente du Comité de partenaires depuis mai 2024

Amélie Laroche, directrice du soutien aux communautés et au développement des services de L'Appui pour les proches aidants

Irène Guérin, professionnelle de la santé et membre PPA

Guillaume Joseph, directeur général de L'Appui pour les proches aidants (membre jusqu'en juin 2025)

Denise Juneau, retraitée et membre PPA (jusqu'en janvier 2025)

Sylvie Maréchal, retraitée et trésorière de CAP santé mentale

Lucie Méthot, directrice Audit interne à la Banque de développement du Canada et membre PPA

Marie-Hélène Morin, professeure titulaire en travail social à l'Université du Québec à Rimouski et cotitulaire de la Chaire interdisciplinaire sur la santé et les services sociaux aux populations rurales

Véronique Provencher, professeure agrégée à l'École de réadaptation de l'Université de Sherbrooke et chercheuse régulière au Centre de recherche sur le vieillissement de Sherbrooke

Nathalie Richard, fondatrice et directrice générale de L'Étoile de Pacho et vice-présidente du Comité de partenaires

Marc Rochefort, vice-président de l'Observatoire

Isabelle Van Pevenage, professeure associée au Département de sociologie de l'Université de Montréal et chercheuse au Centre de recherche et d'expertise en gérontologie sociale du Santé Québec Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal – Universitaire

SANTÉ QUÉBEC

Robin-Marie Coleman, directrice générale principale, Opérations et coordination & excellence clinique

Paul Guyot, directeur général, Santé et bien-être des aînés

Josée Arpin, coordonnatrice trajectoire Ainés, hébergement, Direction Santé et bien-être des aînés

JOURNÉES NATIONALES DE CONCERTATION EN PROCHE AIDANCE DES 1ER ET 2 OCTOBRE 2024

Merci à l'Observatoire québécois de la proche aidance qui a coconstruit, avec le ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS), la journée de consultation du 1er octobre 2024, ainsi qu'à l'ensemble des chercheuses et chercheurs, partenaires communautaires, professionnelles et professionnels du réseau de la santé et des services sociaux et membres du Comité de suivi de l'action gouvernementale et du Comité de partenaires qui ont contribué à la richesse des échanges. Merci également aux coordonnatrices territoriales et coordonnateurs territoriaux en proche aidance ainsi qu'aux conseillères et conseillers en développement de L'Appui pour les proches aidants (« L'Appui ») ayant participé à la journée de consultation du 2 octobre 2024, organisée par le MSSS et L'Appui.

CONSULTATIONS CIBLÉES

Des remerciements sont aussi adressés aux organismes ou instances qui ont accepté d'être consultés individuellement pour exprimer leurs opinions sur des contenus du Plan d'action.

Alliance québécoise des regroupements régionaux pour l'intégration des personnes handicapées
Baluchon Répit long terme
CAP santé mentale
Centre d'excellente sur le partenariat avec les patients et le public
Commission de la santé et des services sociaux des Premières Nations du Québec et du Labrador
Conseil Cri de la santé et des services sociaux de la Baie James
Éducaloi
Fédération québécoise des Sociétés Alzheimer
Finautonome
Fondation de la Fédération des médecins spécialistes du Québec
Fondation Émergence
Fonds de recherche du Québec
L'Appui pour les proches aidants
Monastère des Augustines
Observatoire québécois de la proche aidance
Ordre des psychologues du Québec
Organisme de soutien aux proches aidants en oncologie du Québec
Proche aidance Québec
Régie régionale de la santé et des services sociaux du Nunavik

RÉVISION LINGUISTIQUE

Marie-Anne Cotégah pour Les Traducteurs Unis

REMERCIEMENTS

En plus des personnes nommées précédemment, des remerciements chaleureux sont adressés à toutes ces personnes :

- les plus de 400 personnes ayant participé, en présentiel et en virtuel, à la Journée nationale de concertation en proche aidance de 2024;
- Céline Bouffard, courtière de connaissances à Santé Québec Estrie - Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke, pour sa contribution à la Journée nationale de concertation en proche aidance et son animation de la Communauté de pratique en proche aidance;
- l'ensemble des instituts universitaires et des partenaires régionaux, pour leur précieuse contribution;
- toutes les employées et tous les employés de Santé Québec ayant contribué à la coconstruction des fiches actions;
- et, plus largement, toutes les personnes qui, par leurs actions, contribuent à améliorer la qualité de vie des personnes proches aidantes.

La réalisation de ce Plan d'action gouvernemental s'inscrit dans une volonté collective de mieux reconnaître et mieux soutenir les personnes proches aidantes (PPA), dont l'apport est essentiel à la société québécoise. Les plus sincères remerciements sont aussi transmis à toutes les PPA du Québec pour leur engagement, leur présence et leur soutien au quotidien. Par leurs gestes, souvent posés dans l'ombre, elles contribuent de manière déterminante à la qualité de vie des personnes accompagnées et au mieux-être collectif. Leur apport mérite d'être pleinement reconnu, valorisé et soutenu.

MOT DE LA **MINISTRE** DE LA SANTÉ ET MINISTRE RESPONSABLE DES AÎNÉS ET DES PROCHES AIDANTS

C'est avec fierté que je vous présente le Plan d'action gouvernemental pour les personnes proches aidantes 2026-2031. Il démontre l'engagement du ministère de la Santé et des Services sociaux et de ses partenaires envers toutes les personnes qui soutiennent leurs proches afin de contribuer à leur qualité de vie et de favoriser leur maintien à domicile.

L'apport de ces personnes a toujours été essentiel, mais il l'est encore davantage dans le contexte actuel marqué par le vieillissement de la population, la hausse des maladies chroniques et l'augmentation des besoins des personnes en situation de vulnérabilité.

Au cours des dernières années, plusieurs initiatives ont été mises en œuvre par notre gouvernement pour reconnaître et soutenir les personnes proches aidantes. Rappelons notamment la première *Loi visant à reconnaître et à soutenir les personnes proches aidantes* (2020), la première *Politique nationale pour les personnes proches aidantes* (2021) et le premier *Plan d'action gouvernemental pour les personnes proches aidantes 2021-2026 — Reconnaître pour mieux soutenir*.

Ce deuxième plan d'action poursuit et renforce les actions du gouvernement et de ses partenaires afin d'améliorer l'accès à des services directs pour les personnes proches aidantes, de favoriser leur reconnaissance, de rendre le soutien qui leur est offert plus accessible, diversifié et adapté, et de leur permettre de poursuivre leur engagement sans mettre en péril leur santé et leur bien-être.

Pour y parvenir, il importe d'agir ensemble, de façon structurée et cohérente, afin que toute personne, qu'elle soit jeune ou âgée, aux études, en emploi ou non, qu'elle habite une ville ou un village, puisse se reconnaître et être reconnue comme une personne qui vient en aide à une autre.

Le gouvernement a la responsabilité de l'informer des services qui peuvent lui être offerts et de la soutenir. C'est ce que ce deuxième plan d'action propose en misant avant tout sur les services directs.

Je tiens à saluer l'engagement et le dévouement des personnes proches aidantes dont le rôle, souvent discret mais essentiel, mérite notre soutien et toute notre reconnaissance collective.

Sonia Bélanger
Ministre de la Santé
Ministre responsable des Aînés et des Proches aidants

MOT DU **MINISTRE** RESPONSABLE DES SERVICES SOCIAUX ET DE LA LUTTE CONTRE L'ITINÉRANCE

Les personnes proches aidantes accompagnent des personnes de tous âges et de toutes conditions, notamment des enfants et des adultes vivant avec un handicap. Pour plusieurs familles, cet accompagnement débute dès les premiers mois de vie et se poursuit à travers les différentes étapes du développement et du parcours de vie de la personne. Les personnes proches aidantes contribuent donc concrètement à ce qu'un plus grand nombre de Québécoises et de Québécois puissent poursuivre leur vie à domicile, en préservant leur qualité de vie, leur dignité et leur participation à la société.

Nous savons que les responsabilités liées à la proche aidance peuvent parfois entraîner de l'épuisement et de la détresse. C'est pourquoi la reconnaissance et le soutien des personnes proches aidantes demeurent au cœur de nos préoccupations et nous incitent à faire toujours plus et mieux pour que leur vie personnelle soit aussi en équilibre et en respect de leurs capacités.

Ce plan d'action porte une attention particulière aux personnes proches aidantes qui accompagnent des personnes dans des situations exigeant beaucoup de temps, d'énergie et de présence au quotidien. Ces réalités peuvent être très prenantes et comporter un risque réel d'épuisement. C'est pourquoi le présent plan propose plusieurs actions concrètes pour mieux les soutenir avant que cet équilibre ne soit rompu.

Certaines personnes proches aidantes sont elles-mêmes dans des situations qui méritent une attention distincte, notamment les jeunes proches aidants et aidantes, les personnes accompagnant des personnes en situation de handicap, ainsi que celles qui sont elles-mêmes aînées. Nous souhaitons leur offrir des services adaptés à leur réalité afin qu'elles puissent poursuivre leur rôle sans sacrifier leur propre qualité de vie.

Notre gouvernement reconnaît l'importance d'offrir des services accessibles et adaptés pour répondre à la diversité des situations vécues. Il reconnaît aussi que c'est la contribution et le partenariat avec de nombreuses organisations partenaires du réseau de la santé et des services sociaux qui assureront la réalisation de nos engagements. En effet, il est nécessaire d'agir de façon globale afin de coordonner des services qui sont pertinents, de qualité et disponibles au moment opportun. Par toutes les actions qu'il propose, ce deuxième plan d'action continue de concrétiser notre engagement et notre investissement envers les personnes proches aidantes.

Je tiens à saluer la contribution remarquable des personnes proches aidantes. Reconnaître pleinement leur rôle et les soutenir, c'est faire le choix d'une société plus humaine, à la hauteur de ce à quoi nous aspirons toutes et tous.

Lionel Carmant
Ministre responsable des Services sociaux et de la Lutte contre l'itinérance

MOT DU **SOUS-MINISTRE**

La publication de ce deuxième plan d'action marque une étape importante pour notre organisation : elle confirme sa détermination à poser des gestes concrets pour la reconnaissance et le soutien des personnes proches aidantes.

Les actions proposées dans ce plan sont importantes, nécessaires, essentielles même, afin que les personnes proches aidantes puissent agir dans le respect de leur volonté et de leurs limites sans mettre en péril les autres rôles qu'elles assument dans leur vie. Elles se traduiront par un accès accru à des services directs pour ces personnes.

C'est en considérant les personnes proches aidantes comme partenaires des décisions, des services et des soins que leur reconnaissance peut pleinement s'actualiser et que leur soutien peut être structuré de façon pertinente et efficiente, en tenant compte des besoins propres à chacun et chacune.

Le gouvernement est résolu à mettre en œuvre les actions prévues à ce plan d'action en s'appuyant sur la mobilisation des partenaires et sur une approche concertée au service des personnes proches aidantes.

La mission du Ministère, centrée sur la santé et le bienêtre de la population, ne peut se réaliser sans l'engagement d'un ensemble d'acteurs et de partenaires, parmi lesquels se trouvent les personnes proches aidantes.

Je tiens à souligner l'importance d'agir collectivement afin que ce plan se concrétise et génère des retombées tangibles.

Je remercie les équipes du réseau, des ministères et des organismes partenaires, ainsi que les organismes communautaires pour leur engagement soutenu dans la mise en œuvre de ce plan. Leur expertise et leur mobilisation sont essentielles pour assurer aux personnes proches aidantes le soutien dont elles ont besoin.

Daniel Paré
Sous-ministre

MOT DE LA **SOUS-MINISTRE ADJOINTE**

Ce plan d'action s'ajoute aux autres politiques publiques portées par le ministère de la Santé et des Services sociaux qui permettent à des milliers de personnes de demeurer dans leur milieu de vie parce qu'elles peuvent compter sur une personne proche aidante.

Les personnes proches aidantes accompagnent et soutiennent leurs proches qui vivent avec un trouble neurocognitif, qui présentent un handicap ou une déficience, qui traversent un épisode de soins ou qui sont en fin de vie. Plus largement, elles aident toutes les personnes usagères du système de santé et de services sociaux pour qu'elles traversent mieux une étape de leur vie, ou leur vie entière.

Ce plan d'action constitue une réponse structurée aux besoins exprimés par les personnes proches aidantes et le milieu lors des consultations publiques. Ces échanges ont fait ressortir une attente claire quant à une meilleure information, une reconnaissance accrue et un soutien renforcé des personnes proches aidantes, de même que des environnements plus conciliants à leur égard.

De nombreuses personnes proches aidantes évoluent dans des contextes qui exigent un investissement important et la mobilisation de compétences variées. Le plan d'action en tient compte afin d'offrir un soutien adapté à leur situation particulière. Ces personnes assument également d'autres rôles. Plusieurs actions visent ainsi à faciliter la conciliation entre la proche aidance et leurs autres responsabilités.

Ce plan d'action reconnaît également que les personnes proches aidantes peuvent être de tous âges et que leur contribution peut prendre de multiples formes. C'est pourquoi les actions proposées tiennent compte des particularités propres à chaque situation et des besoins psychosociaux, de santé et financiers des personnes proches aidantes dans l'exercice de leurs responsabilités.

Dans un Québec où les besoins sont diversifiés et évolutifs, il est essentiel de mobiliser l'écosystème de la proche aidance afin d'offrir des services pertinents pour répondre aux attentes des personnes proches aidantes, qui sont essentielles à de multiples égards.

Ensemble, nous pouvons relever ce défi.

Geneviève Landry
Sous-ministre adjointe
Sous-ministériat aux services sociaux

TABLE DES MATIÈRES

UN ENGAGEMENT RENOUVELÉ ENVERS LES PERSONNES PROCHES AIDANTES 1

UN QUÉBEC QUI RECONNAÎT ET SOUTIENT LES PERSONNES PROCHES AIDANTES 2

Qui sont les personnes proches aidantes au québec? 3

Un réseau de soutien structuré et durable 7

Ce que le premier plan d'action a changé pour les personnes proches aidantes 8

LE PLAN D'ACTION GOUVERNEMENTAL 2026-2031 13

Un plan d'action arrimé à l'action gouvernementale 13

Un plan d'action bâti sur l'écoute et la consultation 16

Le Québec se distingue 17

LA VISION ET LES PRINCIPES QUI GUIDENT L'ACTION 18

La vision qui guide l'action 18

Principes directeurs 18

Quatre orientations pour structurer l'action 19

Cibles prioritaires 20

LES ACTIONS DU PLAN D'ACTION GOUVERNEMENTAL 2026-2031 23

AXE 1 : Reconnaissance et autoreconnaissance 24

Mesure 1 : Reconnaître les personnes proches aidantes, leur apport à la société et favoriser leur recours à du soutien 24

Mesure 2 : Mieux connaître les réalités des personnes proches aidantes pour améliorer les services et mesurer les résultats 26

AXE 2 : Information, formation et transfert de connaissances 27

Mesure 3 : Faciliter le parcours des personnes proches aidantes et rehausser les capacités d'action des acteurs qui les accompagnent 27

AXE 3 : Services de santé et services sociaux 29
Mesure 4 : Reconnaître les personnes proches aidantes comme partenaires du réseau de la santé et des services sociaux 29
Mesure 5 : Mieux soutenir les personnes proches aidantes ayant des besoins spécifiques selon leur contexte d'aidance 31
Mesure 6 : Offrir des services de répit diversifiés, adaptés et équitables 38
Mesure 7 : Offrir des services psychosociaux aux personnes proches aidantes 40
Mesure 8 : Renforcer le financement des services nationaux de soutien, de coordination et de transfert de connaissances en proche aidance 41
AXE 4 : Développement d'environnements conciliants 42
Mesure 9 : Engager l'ensemble du gouvernement du Québec à développer des actions concrètes pour soutenir l'équilibre dans la vie des personnes proches aidantes 42

LA MISE EN ŒUVRE ET LE SUIVI 46
Une gouvernance partenariale inscrite dans la loi, au service d'une action cohérente 46

CONCLUSION 48

ANNEXE 1 – TABLEAU DES INVESTISSEMENTS 2026-2031 49

BIBLIOGRAPHIE 50

LISTE DES ACRONYMES

ADS	Analyse différenciée selon les sexes
CHU	Centre hospitalier universitaire
CLSC	Centre local de services communautaires
EQPPA	Enquête québécoise sur la santé et le bien-être des personnes proches aidantes
INSPQ	Institut national de santé publique du Québec
INESSS	Institut national d'excellence en santé et en services sociaux
ISQ	Institut de la statistique du Québec
LPPA	Loi visant à reconnaître et à soutenir les personnes proches aidantes (chapitre R-1.1)
MSSS	Ministère de la Santé et des Services sociaux
OSBL	Organisme sans but lucratif
PAG-PPA	Plan d'action gouvernemental pour les personnes proches aidantes
PPA	Personnes proches aidantes
RSSS	Réseau de la santé et des services sociaux

UN ENGAGEMENT RENOUVELÉ ENVERS LES PERSONNES PROCHES AIDANTES

La Loi visant à reconnaître et à soutenir les personnes proches aidantes (chapitre R-1.1) (LPPA) engage le gouvernement du Québec à adopter, tous les cinq ans, un plan d'action mettant en œuvre la Politique nationale pour les personnes proches aidantes – Reconnaître et soutenir dans le respect des volontés et des capacités d'engagement. Le premier Plan d'action gouvernemental pour les personnes proches aidantes 2021-2026 – Reconnaître pour mieux soutenir se terminant en mars 2026, celui-ci couvre la période 2026-2031.

Ce plan d'action s'adresse à toute personne qui apporte un soutien à un proche de son entourage présentant une incapacité. Au sens de la définition inclusive de la LPPA, plus d'une personne sur quatre est concernée au Québec. Chacune d'entre elles peut avoir besoin d'information, d'accompagnement, de répit ou de soutien financier pour préserver sa santé, son bien-être et l'équilibre dans sa vie. C'est pour répondre à ces besoins que ce deuxième Plan d'action a été élaboré.

Structuré autour des quatre axes de la Politique nationale, le deuxième Plan d'action se déploie en 9 mesures qui se déclinent en 50 actions. L'engagement de 23 ministères et organismes gouvernementaux et de nombreux partenaires nationaux, régionaux et locaux contribue à l'accessibilité des services et au soutien mieux adapté pour toutes les personnes proches aidantes.

UN QUÉBEC QUI RECONNAÎT ET SOUTIENT LES PERSONNES PROCHES AIDANTES

Depuis toujours, des personnes prennent soin des autres, par nécessité, par bienveillance, par dévouement. Ces personnes investissent leur temps, leur énergie, leurs compétences et leurs ressources pour que la vie d'une personne qui leur est chère soit meilleure. Bien avant que l'expression « Personne proche aidante (PPA) » ne soit convenue, la proche aidance faisait partie de la culture québécoise et de ce qui contribue depuis longtemps à la vie en communauté et au fonctionnement du réseau de la santé et des services sociaux (RSSS). Elle permet de répondre aux besoins des personnes malades, en perte d'autonomie ou ayant des incapacités, et ainsi de favoriser leur rétablissement ou de préserver leur qualité de vie à domicile ou dans d'autres milieux de vie. La priorité qu'accorde le gouvernement québécois aux PPA a été confirmée par l'adoption, en 2020, de la LPPA et la publication, en 2021, de la Politique nationale pour les personnes proches aidantes (la « Politique nationale ») qui vise le soutien des PPA et la préservation de leur santé et de leur bien-être.

Le premier Plan d'action gouvernemental pour les personnes proches aidantes 2021-2026 — Reconnaître pour mieux soutenir a concrétisé cette responsabilité dès 2021. Ce deuxième Plan d'action poursuit et intensifie les actions de reconnaissance et de soutien des PPA.

Par ailleurs, le Plan stratégique 2023-2027 du ministère de la Santé et des Services sociaux identifie le soutien à domicile (SAD) comme une grande priorité pour le gouvernement du Québec. L'adoption de la Politique de soutien à domicile – Mieux chez soi en janvier 2026 confirme l'importance de cette priorité. En effet, le soutien à domicile et le soutien aux PPA sont indissociables. Celles-ci contribuent à la qualité de vie des personnes ayant des incapacités et leur permettent de demeurer chez elles plus longtemps.

Enfin, la contribution de vingt-trois ministères et organismes gouvernementaux mobilisés dans la mise en œuvre de ce plan d'action, dont Santé Québec pour les actions au sein des établissements du RSSS, démontre que la reconnaissance et le soutien des PPA concernent l'ensemble de l'État québécois.

QUI SONT LES PERSONNES PROCHES AIDANTES AU QUÉBEC?

L'Enquête québécoise sur la santé et le bien-être des personnes proches aidantes 2024-2025 (EQPPA), réalisée par l'Institut de la statistique du Québec (ISQ) à la demande de la ministre, fournit le portrait le plus récent et détaillé de la proche aidance au Québec[1] .

La proche aidance au Québec en chiffres

- Plus du quart des personnes de 15 ans et plus, soit 27 %, sont proches aidantes. Cette proportion reflète la définition officielle de la proche aidance retenue dans l'EQPPA, qui tient aussi compte des personnes qui offrent du soutien occasionnel et temporaire.
- Près d'une PPA sur deux (46 %) se reconnaît comme telle.
- Les femmes sont proportionnellement plus nombreuses à être proches aidantes (30 % c. 25 % chez les hommes).
- Une PPA sur quatre est âgée de 65 ans et plus, alors que 13 % sont jeunes (entre 15 et 29 ans) et 40 % ont entre 45 et 64 ans.
- Parmi les PPA, 33 % soutiennent au moins une personne âgée de 75 à 84 ans.
- Parmi les PPA, 59 % ont le travail comme principale occupation.
- Les PPA qui offrent 20 heures et plus de soutien par semaine utilisent davantage les services de répit.
- Les PPA soutenant une personne mineure utilisent davantage les ressources de soutien psychologique et le répit que les autres PPA (soutien psychologique : 27 %; répit : 10 %).
- Les PPA qui cohabitent avec une personne aidée sont moins enclines à percevoir leur santé globale et leur santé mentale comme étant excellentes ou très bonnes (respectivement 45 et 46 % c. 57 %).
- Parmi les PPA, 72 % estiment pouvoir toujours ou souvent compter sur quelqu'un quand elles en ont besoin.

1. Les données de l'EQPPA 2024-2025 utilisées dans ce document sont issues des premiers résultats préliminaires transmis au MSSS par l'ISQ. Les premiers résultats de l'enquête sont disponibles sur le site Web de l'ISQ.

Définition d'une personne proche aidante

La définition québécoise de la personne proche aidante est établie à l'article 2 de la Loi visant à reconnaître et à soutenir les personnes proches aidantes (chapitre R-1.1), adoptée en 2020. Reprise dans la Politique nationale pour les personnes proches aidantes, elle sert aussi de base à l'EQPPA 2024-2025 de l'Institut de la statistique du Québec.

> *Toute personne qui apporte un soutien à un ou à plusieurs membres de son entourage qui présentent une incapacité temporaire ou permanente de nature physique, psychologique, psychosociale ou autre, peu importe leur âge ou leur milieu de vie, avec qui elle partage un lien affectif, familial ou non.*
>
> *Le soutien apporté est continu ou occasionnel, à court ou à long terme, et est offert à titre non professionnel, de manière libre, éclairée et révocable, dans le but, notamment, de favoriser le rétablissement de la personne aidée et le maintien et l'amélioration de sa qualité de vie à domicile ou dans d'autres milieux de vie. Il peut prendre diverses formes, par exemple le transport, l'aide aux soins personnels et aux travaux domestiques, le soutien émotionnel ou la coordination des soins et des services. Il peut également entraîner des répercussions financières pour la personne proche aidante ou limiter sa capacité à prendre soin de sa propre santé physique et mentale ou à assumer ses autres responsabilités sociales et familiales.*

Cette définition large et inclusive permet de mieux refléter la diversité des réalités de proche aidance au Québec.

27 %

des personnes de 15 ans et plus sont des personnes proches aidantes : vraiment?

Jusqu'à 2018, les données de référence en matière de proche aidance au Québec reposaient sur l'Enquête sociale générale – Les soins donnés et reçus de 2018 de Statistique Canada. Selon cette enquête, au Québec en 2018, environ une personne de 15 ans et plus sur cinq (21 %) était un proche aidant, ce qui représente environ 1 489 000 personnes. Le Plan d'action (PAG-PPA) 2021-2026) s'appuyait sur cette enquête.

Depuis 2018, le Québec s'est doté d'une définition légale large et inclusive de la proche aidance qui favorise la reconnaissance des personnes proches aidantes, indépendamment de l'intensité de l'accompagnement. L'EQPPA 2024-2025 de l'Institut de la statistique du Québec constitue la première enquête intégrant cette définition élargie. Pour être retenues aux fins de l'enquête, les PPA devaient offrir au moins une heure par semaine de soutien.

Ainsi, selon les résultats de l'EQPPA, plus du quart des personnes de 15 ans et plus au Québec, soit 27,3 %, déclarent avoir apporté, au cours des 30 derniers jours, du soutien de manière non rémunérée à des membres de la famille, à des amies et amis ou à des personnes de leur entourage en raison d'une maladie, d'un handicap, d'une perte d'autonomie liée au vieillissement ou d'une incapacité temporaire ou permanente de nature physique, psychologique ou autre.

Un engagement essentiel aux visages multiples

La majorité des PPA (61 %) offrent de 1 à 4 heures de soutien par semaine, mais près de 1 sur 5 (19 %) offre 10 heures ou plus. Les personnes aînées proches aidantes sont proportionnellement plus nombreuses à offrir un soutien de 20 heures et plus par semaine (15 %, contre 4,1 % à 10 % dans les autres groupes d'âge). Près de 40 % des PPA soutiennent un parent et le tiers cohabite avec une personne aidée, ce qui implique la proximité et la constance du rôle. Les formes de soutien rapportées par le plus grand nombre de PPA sont le soutien émotionnel et psychologique (84 %), le transport (70 %), l'entretien ménager (58 %) et l'aide aux repas (50 %).

Ces données indiquent que la proche aidance ne se résume pas à un geste ponctuel. Pour plusieurs, c'est un engagement régulier qui structure le déroulement de leur semaine et qui doit s'adapter avec les besoins évolutifs de la personne aidée.

Un rôle qui peut affecter la santé et le bien-être

L'EQPPA démontre que la proche aidance peut affecter la santé et le bien-être des personnes. Parmi les PPA, les femmes sont proportionnellement moins nombreuses à percevoir leur santé mentale comme excellente ou très bonne (48 % contre 60 % chez les hommes). Les PPA qui cohabitent avec la personne aidée sont plus nombreuses à évaluer leur santé mentale comme passable ou mauvaise (24 % contre 14 % chez les autres) et à considérer leur vie sociale comme insatisfaisante. Plus le nombre d'heures de soutien hebdomadaire augmente, plus la perception de l'état de santé a tendance à se détériorer. Ces données rappellent que le soutien aux PPA est nécessaire pour préserver la santé des personnes qui prennent soin des autres.

Des services de soutien utilisés par peu de personnes proches aidantes

Parmi toutes les PPA, très peu utilisent les services qui leur sont destinés : 4,3 % ont utilisé le répit, 10 % le soutien psychologique et 11 % l'aide à domicile. L'utilisation des services de répit et d'aide à domicile augmente avec le nombre d'heures de soutien hebdomadaire, ce qui peut indiquer que les PPA qui ont une responsabilité plus grande face à une autre personne ont davantage besoin d'aide. Les PPA qui soutiennent une personne mineure se distinguent par un recours plus élevé au soutien psychologique (27 %).

Des apports à reconnaître

La proche aidance constitue une contribution essentielle au fonctionnement de la société québécoise. Elle permet aux personnes ayant besoin de soutien de rester à domicile et dans la communauté, tout en renforçant les solidarités familiales et communautaires. Par leur accompagnement d'un proche lors d'un épisode de soins et de services, les PPA assument un rôle central et indispensable dans le système de santé et de services sociaux. Une majorité de PPA tire une satisfaction personnelle significative de leur engagement, notamment par le sentiment d'utilité et le renforcement du lien avec la personne aidée. Leur expérience personnelle leur confère également une expertise unique, reconnue comme complémentaire à l'expertise professionnelle. C'est pourquoi leur rôle doit être reconnu, valorisé et soutenu, dans une perspective de partenariat avec les services publics.

L'expérience de proche aidance dépend d'un ensemble de facteurs qui influencent la qualité de vie et les conditions de vie, tant pour la PPA que pour la personne aidée.

Ce qui influence l'expérience de proche aidance

Chaque situation de proche aidance est unique. Cinq grands déterminants façonnent le vécu des PPA :

- **La situation de la personne aidée** — L'état de santé, la nature des incapacités et l'évolution de la condition déterminent l'intensité du soutien requis. Un engagement initialement acceptable peut devenir très lourd avec le temps.
- **Le contexte de vie de la PPA** — L'emploi, les études, les enfants à charge, l'état de santé, l'âge, les ressources financières : autant de facteurs qui influencent la capacité à absorber les responsabilités de proche aidance.
- **La nature de la relation** — Le rôle est parfois assumé par obligation ou en l'absence d'alternatives, ce qui peut rendre l'expérience plus difficile.
- **L'accès aux ressources** — L'information, le soutien psychosocial, le répit, l'aide financière et le transport font toute la différence pour préserver l'équilibre.
- **L'interaction entre les exigences et les ressources** — Lorsque les exigences du rôle de proche aidant, proche aidante dépassent les capacités et les ressources disponibles, le risque de détresse et d'épuisement augmente.

Lorsque ces déterminants interagissent défavorablement, des enjeux concrets se posent pour les PPA et les personnes qu'elles soutiennent. C'est cet équilibre que le Plan d'action gouvernemental pour les personnes proches aidantes 2026-2031 - *Renforcer le soutien pour des partenaires essentiels vise à protéger*.

Des pressions qui s'intensifient

Le vieillissement de la population et l'allongement de la vie des personnes ayant des incapacités, des maladies chroniques ou des troubles neurocognitifs ainsi qu'une complexification des besoins, par exemple dû à la concomitance d'un trouble mental et d'une dépendance, ou de plusieurs troubles mentaux amplifient les besoins de soutien des personnes vivant à domicile. L'augmentation des besoins de soutien s'explique aussi par la complexité croissante et souvent concomitante de différents problèmes biopsychosociaux chez nombre de personnes en situation de vulnérabilité. L'intensification du soutien requis se traduit par une charge importante qui représente plusieurs heures de soutien par jour et qui peut s'inscrire dans un engagement de longue durée. Ce contexte exerce une pression importante sur les PPA dont le nombre pourrait diminuer alors que celui des personnes ayant des besoins de soutien est en augmentation.

La santé et le bien-être souvent fragilisés

La permanence des responsabilités, l'accumulation des tâches et la diversité des compétences sollicitées fragilisent les PPA, particulièrement lorsque la personne aidée devient moins autonome et requiert une surveillance constante. Cette fragilisation influence directement la qualité de vie et la sécurité de la personne aidée qui dépend de la stabilité du soutien offert.

Une pression sur les ressources financières disponibles

Les dépenses liées au soutien, aux services, aux équipements, aux adaptations, aux déplacements et à la coordination des ressources s'ajoutent à la réduction du temps de travail ou à la perte de revenus. Cette situation place plusieurs PPA, notamment celles qui doivent ajuster ou interrompre leur parcours professionnel, dans une position économique plus vulnérable. Pour la personne aidée, cette précarisation peut entraîner des risques accrus de rupture de soutien ou une réponse insuffisante à des besoins essentiels.

Un accès aux services encore inégal

L'accès aux services de répit, au soutien formel et à une information claire demeure inégal selon les territoires et les profils diversifiés de la proche aidance, dont les jeunes proches aidants et proches aidantes, les PPA aînées, les PPA en emploi, les PPA membres des Premières Nations et inuit ainsi que celles qui soutiennent une personne ayant une incapacité ou une maladie évolutive. Malgré les efforts visant à améliorer la navigation dans les services et l'accès au répit, plusieurs PPA font encore face à un accès au système de soins et de services fragmenté et difficile à comprendre. Cette situation entraîne des délais, des renoncements et une surcharge accrue pour les familles, avec des conséquences directes sur la continuité des soins et des services, sur la prévention de la perte d'autonomie et sur le respect des volontés des personnes aidées.

Un partenariat à concrétiser

La reconnaissance du rôle assumé par les PPA, bien qu'en progression, ne se traduit pas toujours par une participation significative aux décisions qui les concernent. Les savoirs expérientiels des PPA et des personnes aidées demeurent encore insuffisamment mobilisés dans la planification et l'adaptation des soins et des services. Cette reconnaissance partielle limite les approches partenariales et freine l'ajustement des services aux besoins réels des dyades aidant-aidé.

La diversité des profils de proche aidance appelle des réponses plus nuancées et flexibles. Les dispositifs actuels ne tiennent pas toujours compte de cette pluralité, ce qui crée des écarts entre les besoins et l'offre de soins et de services, tant pour les PPA que pour les personnes aidées.

UN RÉSEAU DE SOUTIEN STRUCTURÉ ET DURABLE

Au Québec, la reconnaissance des PPA et le soutien qui leur est offert reposent sur un cadre public composé de trois assises : la LPPA (2020), la Politique nationale (2021) et le premier Plan d'action (2021-2026). Ensemble, elles structurent un écosystème durable, axé sur la qualité de vie des PPA.

La LPPA reconnaît officiellement la contribution des PPA et confirme une responsabilité partagée pour les soutenir. Elle crée aussi des mécanismes de gouvernance stables, soit le Comité de partenaires concernés par le soutien aux personnes proches aidantes (Comité de partenaires) et l'Observatoire québécois de la proche aidance (l'Observatoire). La Politique nationale présente une vision inclusive composée de la reconnaissance sociale, l'adaptation des services et la participation des PPA aux décisions. Le Plan d'action 2021-2026 met en œuvre cette vision par des actions concrètes et concertées entre les ministères et organismes gouvernementaux, appuyées par un engagement financier réitéré dans le budget 2026-2027.

Autour de ces instances, des organismes nationaux jouent un rôle clé. Certains offrent une porte d'entrée pour informer, écouter et orienter les PPA, en plus de soutenir les organismes et le développement régional. D'autres fédèrent un réseau pour promouvoir la bientraitance, sensibiliser la société et répondre à des réalités spécifiques. Le milieu scientifique a renforcé sa contribution en produisant et en diffusant des connaissances qui éclairent l'évolution des besoins et des pratiques, tout en nourrissant un dialogue constant avec le terrain.

Dans les régions sociosanitaires, le déploiement de coordonnatrices et coordonnateurs en proche aidance dans les établissements de Santé Québec facilite le repérage des PPA et l'arrimage entre les services et stimule les concertations régionales pour des réponses mieux adaptées aux réalités locales.

On constate des effets concrets aux initiatives mises en œuvre. L'offre de répit s'est enrichie et diversifiée autant pour le maintien à domicile que pour des situations plus complexes : répit à domicile, centres de jour, maisons de répit avec nuitée et répit de longue durée. Les services d'écoute, d'information et d'orientation sont plus accessibles et cohérents. Les services psychosociaux se sont consolidés, avec un accompagnement clinique mieux structuré. Des formations ont permis de développer les compétences des PPA ainsi que celles des intervenantes et intervenants, d'alléger les parcours d'accompagnement et de mieux saisir les réalités des PPA.

La vitalité de l'écosystème repose aussi sur la qualité des collaborations entre les acteurs. Ces collaborations favorisent une culture commune fondée sur la complémentarité, l'écoute et l'innovation et permettent de soutenir plus efficacement les PPA dans toute leur diversité. Des fondations solides et la mobilisation des partenaires améliorent la capacité d'accélérer les avancées.

Les actions à venir consolideront l'accessibilité et la qualité des services, développeront les capacités organisationnelles, renforceront les approches inclusives et maintiendront un échange continu avec les PPA.

CE QUE LE PREMIER PLAN D'ACTION A CHANGÉ POUR LES PERSONNES PROCHES AIDANTES

La mise en œuvre des 61 mesures du Plan d'action 2021-2026 a généré des retombées structurantes durables pour le soutien à la proche aidance au Québec. Ces retombées ont notamment permis de consolider des services directs aux PPA.

Ces résultats reposent sur la mobilisation soutenue du MSSS ainsi que sur l'engagement des ministères, organismes gouvernementaux et partenaires responsables des mesures. Cette collaboration a favorisé une meilleure cohérence des interventions et une action gouvernementale plus intégrée.

Le partenariat étroit avec les PPA, placées au cœur des travaux et des instances de mise en œuvre, a renforcé la pertinence des mesures. Leur contribution a permis d'assurer un meilleur alignement des actions sur les besoins réels et de générer des impacts concrets sur leur qualité de vie.

Mise en œuvre et rayonnement des structures instituées par la LPPA

Observatoire de la proche aidance

L'Observatoire a été institué par la LPPA (art. 28) en 2020. Il produit et diffuse des connaissances qui éclairent directement les décisions publiques et les pratiques de soutien aux PPA (art. 35 de la LPPA).

Véritable carrefour de connaissances, l'Observatoire réalise des travaux permettant de mieux comprendre qui sont les PPA et ce qu'elles vivent, grâce à un rapport statistique différencié selon l'âge et le sexe, une infographie sur le profil des PPA et des travaux sur la reconnaissance et l'autoreconnaissance. Pour mieux guider l'action sur le terrain, l'Observatoire a développé des trajectoires de proche aidance qui précisent, pour un profil donné, les moments clés du parcours ainsi que les besoins et les ressources à chaque étape. Des trajectoires sont publiées pour les jeunes proches aidants et proches aidantes, pour les parents d'enfants autistes et en oncologie ; d'autres sont en cours en santé mentale et en soins palliatifs. Des trajectoires tiennent aussi compte du contexte de diversité culturelle.

L'Observatoire contribue aussi aux chantiers structurants du gouvernement : plan de surveillance avec le MSSS et l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), enquête statistique avec l'ISQ et évaluation de la Politique nationale avec l'Institut national d'excellence en santé et en services sociaux (INESSS). Il a coorganisé, avec le MSSS, la Journée nationale de concertation en proche aidance de 2024.

Ces travaux de partenariat avec l'ensemble des parties prenantes permettent d'orienter les besoins vers les bons services au bon moment et d'appuyer les actions du Plan d'action 2026-2031 (ou PAG-PPA 2026-2031) sur des données probantes.

Comité de partenaires concernés par le soutien aux personnes proches aidantes — mise en œuvre et retombées

Institué par la LPPA, le Comité de partenaires formule à la ministre des recommandations et des avis concernant la Politique nationale, le Plan d'action gouvernemental et toute question liée à la proche aidance. Il soutient également la ministre et le Comité de suivi dans leur mise en œuvre. Il réunit des PPA, des représentantes et représentants d'organismes non gouvernementaux, des chercheuses et chercheurs et une personne membre de l'Observatoire (art. 24 de la LPPA).

Appuyés par des consultations, les travaux du Comité de partenaires portent sur deux axes d'intervention à potentiel élevé de retombées pour les PPA :

- Optimiser l'offre de répit : coordination et efficience, connaissance et utilisation, accès et coûts, stabilité et expertise des ressources, adaptation et flexibilité.
- Optimiser la consultation des PPA et leur participation aux travaux en proche aidance en cernant les enjeux, les retombées et les leviers du partenariat pour éviter la surmobilisation.

Afin d'ancrer ses avis dans les savoirs expérientiels, le comité a adopté un plan de formation continue portant sur l'approche de partenariat, soutenu par le Centre d'excellence sur le partenariat avec les patients et le public. Cette démarche rehausse la qualité des délibérations et l'inclusion des perspectives des PPA.

L'arrimage du Comité de partenaires aux travaux gouvernementaux s'est renforcé. Il se traduit par :

- une contribution aux journées nationales de concertation en proche aidance;
- une participation aux travaux sur la navigation des PPA dans le RSSS;
- un rapprochement avec l'Observatoire pour assurer la cohérence des actions et le partage de connaissances.

Le Comité de partenaires a produit des recommandations concrètes sur le répit qui orientent directement les mesures du Plan d'action 2026-2031. Sa présence dans les espaces de concertation assure que la voix des PPA est prise en compte dans les décisions.

Réalisations du premier Plan d'action

Le Plan d'action 2021-2026 avait mobilisé dix-neuf ministères et organismes gouvernementaux autour de quatre axes d'intervention. Conformément aux obligations de la LPPA (art. 44), ses retombées se mesurent en actions déployées et en effets directs sur la qualité de vie des PPA. En voici les faits saillants.

AXE 1 — Reconnaissance et mobilisation

Les campagnes, la coordination territoriale et les concertations nationales ont accru la visibilité de la proche aidance et structuré un écosystème engagé.

- Quatre campagnes nationales réalisées pour accroître la reconnaissance de la proche aidance
- Comité de partenaires mis en place (34 rencontres, 2 rapports annuels déposés et recommandations à la ministre)
- Déploiement d'une coordination territoriale (27 coordonnatrices et coordonnateurs en proche aidance au sein des établissements de santé et de services sociaux, dont 3 pour le volet Premières Nations et inuit et 1 pour le volet des communautés ethnoculturelles et d'expression anglaise)
- Trois Journées nationales de concertation, réunissant plus de 400 acteurs de l'écosystème en proche aidance
- EQPPA par l'ISQ et diffusion d'un feuillet en amont du rapport pour améliorer l'état des connaissances sur la situation des PPA

AXE 2 — Information, formation et connaissances

Les PPA et les intervenantes et intervenants disposent désormais de formations, d'outils et de connaissances mieux structurés pour agir.

- Observatoire de la proche aidance pleinement opérationnel (Comité de direction, répertoire de connaissances, participation aux instances de l'écosystème)
- Douze projets financés dans le cadre du Programme de recherche-action en proche aidance du Fonds de recherche du Québec – Société et culture
- Déploiement de programmes en ligne et création d'outils de formation pour les PPA et les intervenantes et intervenants, y compris des modules de bientraitance, d'aspects légaux, de navigation dans le RSSS et des guides cliniques adaptés à divers contextes

AXE 3 — Services directs aux personnes proches aidantes

C'est l'axe aux retombées les plus tangibles pour les PPA : le répit s'est élargi, le soutien psychosocial s'est intensifié et les pratiques de partenariat avec les PPA sont désormais balisées.

- Publication du cadre de référence Reconnaître les personnes proches aidantes comme partenaires pour mieux les soutenir
- Répit et services de jour : augmentation de 20 % de places en centre de jour pour personnes aînées (+1 500 places); 8 maisons de soins palliatifs avec centre de jour adulte, 2 pédiatriques; 273 activités, 4 261 jours de répit-hébergement et 1 377 jours de répit de jour pour l'ensemble des personnes aidées
- Programme de soutien en soins palliatifs et de fin de vie (SPFV) : 12 002 PPA participantes, 513 857 heures de services et 3 833 personnes décédées à domicile grâce aux SPFV à domicile
- Rehaussement des services de Baluchon Répit long terme : 15 875 journées de répit ayant contribué à diminuer la fatigue physique et mentale de milliers de PPA
- Séjours de répit et ressourcement : 5 670 séjours de répit offerts au Monastère des Augustines, répondant aux besoins de 2 440 PPA
- Pérennisation du soutien de L'Appui : 40 000 PPA rejointes en moyenne chaque année par les organismes communautaires soutenus par les projets de L'Appui. Plus de 4,2 millions d'heures de services directs. Plus de 72 000 PPA soutenues par plus de 170 000 interventions du service Info-aidant
- Soutien psychosocial accru : 164 nouveaux projets communautaires financés permettant d'accompagner environ 45 000 PPA annuellement

AXE 4 — Environnements conciliants et soutien financier

Une coordination interministérielle soutenue a assuré le succès d'actions en matière d'environnements conciliants et de soutien financier pour les PPA.

- Comité interministériel conciliation travail-famille-études : 31 membres issus de 14 ministères et organismes gouvernementaux (méthodologie commune, 18 pistes d'action documentées, recommandations formulées pour le Plan d'action 2026-2031)
- Jeunes proches aidants et proches aidantes : enquête conjointe ministère de l'Éducation du Québec – ministère de l'Enseignement supérieur sur les réalités et les besoins des jeunes proches aidants et proches aidantes, webinaire de lancement et déploiement d'une formation en ligne disponible depuis le 15 janvier 2025
- Milieu de travail : démarche Concilivi (30 organisations, 819 personnes jointes par les webinaires, 13 articles de blogue, 47 infographies, 6 outils et 1 guide)
- Partenariat avec Finautonome (outils d'accès aux crédits d'impôt et programmes financiers pour les PPA)
- Transport : carte interactive des services de transport collectif et adapté, développée par le ministère des Transports et de la Mobilité durable
- Quatre projets financés dans le cadre du Programme Québec ami des aînés soutenant les PPA qui accompagnent des personnes aînées et favorisant leur reconnaissance

Ce que ces résultats enseignent pour la suite

Le premier Plan d'action a posé des fondations solides : un écosystème structuré, des services en croissance et une reconnaissance en progression. Les apprentissages réalisés orientent le Plan d'action 2026-2031 pour prioriser les services directs qui ont le plus d'incidence sur le quotidien des PPA, pour réduire les écarts territoriaux d'accès au répit et au soutien psychosocial, et pour mieux mesurer les retombées concrètes sur l'expérience vécue par les PPA.

LE PLAN D'ACTION GOUVERNEMENTAL 2026-2031

UN PLAN D'ACTION ARRIMÉ À L'ACTION GOUVERNEMENTALE

Le Plan d'action 2026-2031 s'inscrit en complémentarité avec un ensemble de politiques, de plans d'action et de programmes gouvernementaux qui touchent, directement ou indirectement, les PPA. Cet arrimage favorise la cohérence des interventions, limite les dédoublements et accroît les retombées pour les PPA.

Six grands domaines d'action gouvernementale présentent des complémentarités importantes avec ce Plan d'action :

Soutien à domicile et hébergement

- La Politique nationale de soutien à domicile – *Mieux chez soi* (2026) mise sur une offre partagée entre Santé Québec, les entreprises d'économie sociale et le milieu communautaire, tout en renforçant les outils offerts aux PPA.
- L'Allocation autonomie à domicile (AAD) est une modalité de dispensation de services de soutien à domicile permettant, lorsque cette option est retenue à la suite de l'évaluation des besoins, d'avoir recours à une personne engagée de gré à gré pour offrir des services. Selon des balises définies, une personne proche aidante peut être reconnue comme prestataire de services dans le cadre de l'AAD et être rémunérée pour des tâches de soutien à domicile déterminées, conformément à l'évaluation clinique et aux conditions d'application.
- La Politique d'hébergement et de soins et services de longue durée – *Des milieux de vie qui nous ressemblent* réitère l'importance du soutien aux PPA lors des transitions d'hébergement et encourage des modèles d'accueil permettant de mieux préparer, accompagner et soutenir les PPA, et ainsi réduire la charge émotionnelle.

Vieillissement

- Le Plan d'action gouvernemental 2024-2029 – *La fierté de vieillir* consacre un axe au soutien des PPA s'occupant de personnes aînées; cet axe inclut cinq mesures en matière de répit, d'information, d'accompagnement et d'hébergement.
- Le Plan d'action sur la maladie d'Alzheimer et les autres troubles neurocognitifs améliore la qualité et la continuité des services ainsi que l'accès à ceux-ci avec une attention explicite aux PPA.
- Le Cadre de référence de l'approche intégrée de proximité pour les personnes aînées agit sur leur santé et leur bien-être en coconstruisant un continuum de services dans la communauté qui favorise le maintien à domicile.

Santé et bientraitance

- Le Plan d'action gouvernemental 2026-2031 de la Stratégie nationale de prévention en santé prévoit renforcer la littératie en santé et la compréhension des informations de santé auprès des personnes aînées vivant à domicile et des personnes proches aidantes.
- La Stratégie nationale de prévention en santé 2025-2035 installe une trame transversale agissant sur les déterminants de la santé pour réduire les risques d'épuisement et de détresse chez les PPA.

- De la même manière, le Programme national de santé publique 2025-2035 agit sur les déterminants de la santé dans une optique de prévention et de promotion de la santé mentale chez les jeunes, les adultes et les personnes aînées, y compris les personnes pouvant être des PPA.
- La Politique gouvernementale sur les soins et services de première ligne favorise la reconnaissance des PPA et la valorisation de leurs savoirs qui sont une source incontournable de connaissances pour toute relation partenariale.
- Le Plan d'action interministériel en santé mentale 2022-2026 reconnaît le rôle central des proches et des PPA dont l'engagement, l'expertise vécue et la connaissance de la personne aidée contribuent de façon déterminante au soutien, au parcours de services et au rétablissement en santé mentale.
- Un Guide de bonnes pratiques pour l'implication des proches en santé mentale : *considérer, intégrer, outiller* est aussi disponible.
- Le Plan d'action jeunesse 2025-2030 permet de développer l'offre Je suis vigie, qui soutient le repérage des signes de détresse chez les jeunes proches aidants et proches aidantes en santé mentale; il inclut également un objectif qui vise à promouvoir le traitement équitable dans les milieux de travail et la conciliation entre les différentes sphères de vie chez les jeunes.
- Les orientations prioritaires 2023-2030 du Programme québécois de cancérologie placent la personne atteinte de cancer et ses proches au cœur d'une approche de partenariat à tous les niveaux, que ce soit dans le parcours individuel de soins et services, ou encore dans l'évaluation et l'amélioration de la qualité de l'organisation des soins et services.
- Le Plan d'action pour contrer la maltraitance envers les personnes aînées 2022-2027 vise à sensibiliser la population, à développer des pratiques favorisant la bientraitance, à former différents acteurs à ce phénomène, à améliorer la gestion des situations de maltraitance et, finalement, à développer des connaissances liées à la maltraitance, auprès des PPA et envers les PPA.
- Le Plan d'action interministériel en dépendance 2018-2028 formalise les standards d'accès, de continuité et de qualité de différents services en dépendance, y compris les services de soutien à l'entourage; ces services sont déployés dans toutes les régions du Québec.

Personnes handicapées et soutien aux familles

- La politique À part entière oriente les actions gouvernementales et le Programme de soutien aux familles soutient le recours des parents d'enfants ou d'adultes handicapés à des services de répit, de gardiennage, de dépannage et de soutien aux rôles parentaux, notamment au moyen d'allocations directes.
- Les services de surveillance pour élèves handicapés de 12 à 21 ans, offerts en dehors des heures de classe et durant la période estivale, soutiennent le maintien en emploi ou la poursuite des études des parents proches aidants.

Conciliation avec emploi et études

- La Stratégie pour l'égalité entre les femmes et les hommes 2022-2027 reconnaît les effets des responsabilités de soins sur la santé, l'emploi et la situation économique, en particulier pour les femmes.
- La Loi sur les normes du travail accorde aux PPA en emploi le droit à des absences de courte ou de longue durée pour s'occuper de leur proche et un formulaire d'attestation facilite leur reconnaissance par l'employeur.
- Le Plan d'action sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur favorise des accommodements et un accès au soutien psychosocial pour les étudiantes et étudiants, y compris les proches aidants et proches aidantes.

- Le Plan stratégique du ministère de l'Éducation 2023-2027 vise à créer des milieux scolaires bienveillants et sécuritaires, ce qui contribue à un environnement favorable pour les jeunes proches aidants et proches aidantes.
- Au sein des établissements du réseau de l'éducation, les services éducatifs complémentaires, les services d'accueil, de référence, de conseil et d'accompagnement et la reconnaissance des acquis soutiennent la conciliation études et autres responsabilités pouvant inclure celles qui sont liées à la proche aidance.
- Services Québec offre de l'information, de l'accompagnement administratif, de l'aide à la navigation sur les plateformes numériques gouvernementales et de l'aide à l'emploi pour une clientèle diversifiée incluant les PPA.

Soutien financier

- Le crédit d'impôt remboursable pour personne aidante, les crédits pour frais de garde (volet enfant atteint d'une infirmité), pour frais médicaux (volet personne à charge) et pour soins médicaux hors région, ainsi que le montant pour autres personnes à charge contribuent à atténuer les pressions financières vécues par les PPA.
- Le Supplément pour enfants handicapés (SEH) et le Supplément pour enfants handicapés nécessitant des soins exceptionnels (SEHNSE) soutiennent directement les parents concernés.
- Depuis 2023, les municipalités peuvent offrir une aide (ex. subvention, crédit de taxes) aux propriétaires dont le logement accessoire est utilisé par une PPA ou une autre personne au sein de la famille.

Les actions du PAG-PPA 2026-2031 tiennent compte de ces leviers. Plusieurs mesures y font explicitement référence afin de favoriser une intervention coordonnée entre les ministères et les organismes gouvernementaux concernés.

UN PLAN D'ACTION BÂTI SUR L'ÉCOUTE ET LA CONSULTATION

L'élaboration du PAG-PPA 2026-2031 s'est appuyée sur une écoute large et documentée, en cohérence avec la LPPA, comme le démontrent les activités qui suivent.

Instances de gouvernance

Le Comité de suivi de l'action gouvernementale (dix-huit ministères et organismes gouvernementaux), le Comité ministériel en proche aidance, l'Observatoire et le Comité de partenaires ont chacun proposé des actions dans leurs champs respectifs. L'avis du Comité de partenaires en matière de répit a particulièrement orienté les décisions.

Journée nationale de concertation en proche aidance de 2024

Près de 400 participants et participantes de l'écosystème, dont des PPA, ont proposé des actions sur des thèmes structurants : conciliation, arrimage organismes communautaires-RSSS, trajectoires, pair-aidance et post-aidance. Les besoins dans les domaines suivants ont été établis : oncologie, soins palliatifs et de fin de vie et aide médicale à mourir.

Santé Québec, coordination en proche aidance et L'Appui

La coconstruction d'actions entre Santé Québec et le MSSS a confirmé l'importance d'un arrimage fort entre les orientations nationales et la mise en œuvre régionale. Les échanges avec les coordonnatrices et coordonnateurs en proche aidance ainsi que les conseillères et conseillers de L'Appui ont révélé des écarts territoriaux, des ruptures de continuité et des besoins de concertation. Le Plan d'action 2026-2031 intègre des actions pour reconnaître les PPA comme partenaires de soins et de services.

Conciliation et soutiens financiers

Le chantier interministériel a permis d'identifier des pistes prioritaires pour alléger les contraintes liées aux responsabilités de proche aidance.

Consultations ciblées

Les consultations auprès des partenaires autochtones ont réaffirmé l'importance de la sécurisation culturelle et du respect de leurs réalités comme conditions essentielles. Les échanges avec les personnes d'expression anglaise et les groupes ethnoculturels ont mis en évidence des obstacles linguistiques et culturels d'accès aux services.

Répit et soutien psychosocial

L'analyse conjointe du milieu communautaire et du RSSS a révélé des enjeux d'équité interrégionale et de financement du répit. Le portrait actualisé des services psychosociaux met en évidence des besoins de consolidation et d'accessibilité.

En résumé, ces consultations, qui s'inscrivent dans le cadre de la gouvernance prévue par la LPPA, légitiment les choix du PAG-PPA 2026-2031. Le Plan d'action met l'accent sur des gains concrets, mesurables et équitables, grâce à des services directs bonifiés et au maintien des acquis sur tout le territoire québécois.

LE QUÉBEC SE DISTINGUE

Les travaux de différents pays en proche aidance convergent vers trois priorités complémentaires.

Reconnaissance. Repérer plus tôt les PPA, valoriser leur rôle et intégrer leur voix aux décisions. Des chartes, des campagnes, des points de contact et des indicateurs soutiennent ces avancées. L'objectif est de contribuer à rendre les parcours visibles, simples et prévisibles pour les PPA.

Répit. Diversifier et assouplir l'offre (domicile, milieu communautaire, hébergement temporaire). Élargir les plages d'accès et, au besoin, permettre des budgets flexibles. Cette évolution vise à prévenir l'épuisement et à mieux ajuster l'intensité du soutien aux réalités de la dyade aidant-aidé.

Conciliation. Renforcer les droits aux congés familiaux pour obligations familiales et liés à la proche aidance. Promouvoir des aménagements des conditions et du temps de travail (horaires, télétravail). Le but est de mobiliser aussi les milieux de travail et d'enseignement pour sécuriser les trajectoires scolaires et professionnelles des PPA.

Le Québec se distingue par un socle législatif qui définit la PPA et oblige l'élaboration d'une politique nationale et d'un plan d'action quinquennal ainsi qu'une reddition de comptes annuelle. Cette architecture stabilise la reconnaissance et le soutien dans la durée et renforce l'imputabilité publique.

La gouvernance transversale du Plan d'action 2026-2031 mobilise de multiples ministères et permet la publication des rapports d'activités qui objectivent ainsi la mise en œuvre des actions et les perspectives d'année en année. L'Observatoire et le Comité de partenaires, institués par la loi, assurent vigie, analyse, transfert de connaissances et avis à la ministre, ce qui consolide la qualité et la cohérence des décisions publiques comme en témoignent les avancées qui suivent. Solide et cohérent, ce modèle place le Québec en position d'accélérer la réduction des écarts territoriaux d'accès au répit et au soutien psychosocial, de mieux coordonner le réseau de la santé et des services sociaux et les organismes communautaires, et de renforcer la mesure d'impact sur l'expérience vécue par les PPA, en s'appuyant sur la reddition de comptes annuelle, la concertation nationale et l'Observatoire.

- Accès au répit renforcé grâce au rehaussement du financement dédié en appui aux partenaires, en plus de repères communs qui favorisent une offre plus cohérente sur le territoire.
- Soutien communautaire accru sous forme de services directs de proximité (écoute, information, formation, répit) déployés à large échelle grâce aux investissements majeurs.
- Allègement financier par le crédit d'impôt remboursable pour personne aidante, y compris un montant additionnel pour la relève spécialisée, avec une portée budgétaire croissante.
- Partenariat formalisé par un cadre de référence du MSSS qui outille le réseau de la santé et des services sociaux pour reconnaître les PPA comme partenaires des soins, des services et des décisions.

LA VISION ET LES PRINCIPES QUI GUIDENT L'ACTION

LA VISION QUI GUIDE L'ACTION

Ce plan d'action repose sur la vision énoncée dans la Politique nationale pour les PPA. Dans la continuité de la Politique nationale et du premier Plan d'action, ce deuxième Plan d'action propose des mesures et des actions qui visent à reconnaître pleinement l'apport essentiel des PPA et à améliorer durablement leur qualité de vie en soutenant leur santé, leur bien-être et en favorisant l'équilibre dans leur vie. Il se déploie en tenant compte de la nécessité d'un soutien global adapté à la diversité des réalités vécues par les PPA. Il appelle à une mobilisation intersectorielle du gouvernement, des organisations et de la communauté afin d'assurer des actions concertées et cohérentes tout au long du parcours de proche aidance.

PRINCIPES DIRECTEURS

Sept principes directeurs énoncés dans la LPPA précisent le choix des axes d'intervention et des orientations de la Politique nationale et servent d'assises aux plans d'action qui en découlent et aux mesures concrètes qui y sont associées (art. 4).

1. Reconnaître que chaque PPA est une personne à part entière qui doit être traitée avec dignité et sollicitude, et dont il faut favoriser la bientraitance.
2. Reconnaître l'apport considérable des PPA à la société québécoise et l'importance de les soutenir.
3. Favoriser la préservation de la santé et du bien-être des PPA, notamment sur le plan de la précarisation financière, ainsi que le maintien de leur équilibre de vie.
4. Considérer la diversité des réalités des PPA et de leurs relations avec les personnes aidées dans la réponse à leurs besoins spécifiques, et ce, à toutes les étapes de leur trajectoire de soutien, depuis leur autoreconnaissance jusqu'à leur processus de deuil autant de la personne aidée que de leur rôle auprès de cette dernière.
5. Reconnaître l'expérience des PPA et leurs savoirs, de même que ceux de la personne aidée, et les considérer dans le cadre d'une approche basée sur le partenariat.
6. Respecter les volontés et les capacités des PPA quant à la nature et à l'ampleur de leur engagement.
7. Faciliter et consolider les partenariats entre les ministères, les organismes gouvernementaux et les organismes non gouvernementaux tant au niveau national que régional et local en impliquant les PPA pour favoriser des réponses adaptées à leurs besoins spécifiques.

QUATRE ORIENTATIONS POUR STRUCTURER L'ACTION

Axe 1	Axe 2	Axe 3	Axe 4
La reconnaissance et l'autoreconnaissance des PPA ainsi que la mobilisation des acteurs de la société québécoise concernés par la proche aidance	Le partage de l'information, la promotion des ressources mises à la disposition des PPA et le développement de connaissances et de compétences	Le développement de services de santé et de services sociaux dédiés aux PPA, dans une approche basée sur le partenariat	Le développement d'environnements conciliants qui soutiennent et favorisent le maintien et l'amélioration des conditions de vie des PPA, notamment afin d'éviter leur précarisation financière
Connaître les PPA du Québec, valoriser leur rôle et leur contribution à la société et les orienter vers du soutien	Faciliter le parcours des PPA à travers une offre de services diversifiée	Répondre aux besoins des PPA par un écosystème de soutien cohérent, équitable et coordonné	Renforcer l'action gouvernementale au bénéfice des personnes proches aidantes par la simplification des programmes et par divers leviers

Fort des apprentissages des premières années, ce deuxième Plan d'action se concentre sur les actions qui ont des effets directs pour les PPA. Il s'articule autour de quatre axes et de quatre orientations complémentaires qui structurent l'intervention gouvernementale en matière de proche aidance. Il vise concrètement à renforcer la reconnaissance des PPA, à faciliter leur accès à l'information et aux services, à assurer un soutien plus cohérent du réseau de la santé et des services sociaux ainsi qu'à améliorer leurs conditions de vie par des environnements conciliants dans l'ensemble des sphères de leur vie, tels que les milieux de travail, les établissements scolaires et les communautés, afin que la société dans son ensemble reconnaisse et soutienne le rôle de proche aidant, proche aidante. Les orientations du présent Plan d'action regroupent et synthétisent les douze orientations de la Politique nationale pour favoriser la lisibilité et la cohérence de l'action. Chaque orientation précise les priorités d'intervention associées à son axe et en opérationnalise les objectifs.

CIBLES PRIORITAIRES

Le PAG-PPA 2026-2031 poursuit six cibles à atteindre d'ici 2031 afin de traduire plus concrètement certains engagements gouvernementaux pris à l'égard de l'amélioration des conditions de vie des PPA. Les cibles permettront d'évaluer le succès des actions déployées.

Autoreconnaissance

52 % des personnes proches aidantes s'autoreconnaîtront.

Obtenir du soutien financier

70 % des organismes sans but lucratif en proche aidance connaîtront et utiliseront les outils de soutien financier dans leur offre de services.

Connaissance des services disponibles

38 % des personnes proches aidantes connaîtront les services de répit et

42 %

connaîtront les services de soutien psychosocial disponibles.

Mieux concilier la proche aidance avec le travail

60 organisations offriront des mesures facilitant la conciliation travail et des personnes proches aidantes.

Rehausser l'offre de répit

15 000 000 heures de répit supplémentaires à domicile et hors domicile avec ou sans nuitée seront données.

Accéder à du soutien psychosocial

218 000 personnes proches aidantes recevront des services psychosociaux dans au moins 250 organismes sans but lucratif.

Favoriser l'autoreconnaissance des personnes proches aidantes et leur connaissance des services disponibles

Avoir la capacité de se reconnaître comme PPA est un préalable. Cela facilite l'accès à l'information, aux services et aux mesures de soutien, souvent méconnus lorsque la personne ne s'identifie pas comme proche aidante. L'autoreconnaissance aide à organiser le parcours et favorise le repérage précoce des besoins ainsi que l'accès rapide aux ressources qui soutiennent le bien-être et la capacité d'exercer son rôle. Selon l'EQPPA, 46 % des PPA s'autoreconnaissent et environ un tiers connaît les services de répit (32 %) ou de soutien psychosocial (36 %). Les cibles seront mesurées à partir des résultats du prochain cycle de l'EQPPA.

1. À mi-parcours du PAG-PPA 2026-2031, les actions structurées auront permis à 52 % des PPA de s'autoreconnaitre.
2. À mi-parcours du PAG-PPA 2026-2031, les actions soutenues de repérage et d'orientation vers les ressources permettront à 38 % des PPA de connaître les services de répit et à 42 % des PPA de connaître les services de soutien psychosocial disponibles.

Rehausser l'offre de répit

Avoir accès à des services de répit diversifiés contribue à réduire la fatigue et la charge globale des PPA. Ils permettent des pauses essentielles dans l'exercice du rôle de proche aidant, proche aidante. Des services de répit diversifiés et adaptés protègent la santé et la capacité d'engagement des PPA en prévenant l'épuisement et en soutenant la continuité de l'aide dans la durée. La cible est associée à des actions des mesures 6 et 8 du PAG-PPA 2026-2031.

3. Santé Québec et ses établissements, les organismes sans but lucratif (OSBL) et les entreprises d'économie sociale en aide à domicile (EÉSAD) auront donné 15 000 000 d'heures de répit supplémentaires à domicile et hors domicile avec ou sans nuitée.

Accéder à du soutien psychosocial

Avoir accès à des services psychosociaux, à des formations et à de l'information pertinente réduit l'épuisement, l'isolement et la charge mentale liés au rôle de proche aidant, proche aidante. Ce soutien, lorsqu'il est accessible et adapté, protège la santé et le bien-être des PPA et renforce le sentiment de compétence, de reconnaissance et de stabilité émotionnelle. La cible est associée à des actions des mesures 7 et 8 du PAG-PPA 2026-2031.

4. 218 000 PPA recevront des services psychosociaux dans au moins 250 OSBL.

Mieux concilier la proche aidance avec le travail

Avoir accès à des mesures de conciliation au travail réduit la tension entre les responsabilités professionnelles et le rôle de proche aidant, proche aidante. Ces mesures facilitent l'aménagement du temps et atténuent le stress lié aux contraintes de l'emploi. Des mesures adaptées soutiennent le maintien en emploi et la stabilité financière des PPA. Elles contribuent aussi à préserver la santé et la capacité d'exercer plus longtemps le rôle de proche aidant, proche aidante. Dans le PAG-PPA 2021-2026, 30 organisations ont été accompagnées pour intégrer des mesures adaptées aux réalités de conciliation proche aidance-travail, touchant des milliers d'employés et employées.

5. À l'issue du Plan d'action, 60 organisations offriront des mesures facilitant la conciliation travail et proche aidance des PPA.

Obtenir du soutien financier

Avoir accès à des mesures de soutien financier contribue à réduire les pressions économiques associées au rôle de proche aidant, proche aidante, en limitant les pertes de revenus et les dépenses additionnelles. Des mesures adaptées protègent ainsi la sécurité financière. Elles soutiennent l'exercice du rôle sans accroître les risques de précarisation ni imposer des compromis pour leur santé et leur qualité de vie. En 2022, 89 822 PPA ont bénéficié du crédit d'impôt remboursable pour personne aidante.

6. À l'issue du Plan d'action, 70 % des OSBL en proche aidance connaîtront et utiliseront, dans leur offre de services, les outils développés et vulgarisés sur les mesures fiscales et de soutien financier.

LES ACTIONS DU PLAN D'ACTION GOUVERNEMENTAL 2026-2031

Le PAG-PPA 2026-2031 respecte les engagements de l'État québécois à l'égard des personnes membres des Premières Nations et des personnes inuit, de l'égalité entre les femmes et les hommes ainsi que des principes de développement durable. En effet, il s'inscrit en complémentarité avec le Plan d'action gouvernemental pour le mieux-être social et culturel des Premières Nations et des Inuit 2022-2027 – Ensemble pour les prochaines générations dont l'intervention tient compte des particularités et des différences, notamment culturelles et sociologiques, propres aux Premières Nations et aux Inuit. Il s'inscrit également en respect de la Loi instaurant l'approche de sécurisation culturelle au sein du réseau de la santé et des services sociaux et du guide intitulé La sécurisation culturelle en santé et en services sociaux – Vers des soins et des services culturellement sécurisants pour les Premières Nations et les Inuit – Édition mars 2021.

Le PAG-PPA 2026-2031 intègre l'analyse différenciée selon les sexes (ADS) dans sa conception, sa mise en œuvre et sa reddition de comptes, en cohérence avec l'engagement gouvernemental pour le renforcement de l'ADS inscrit à la Stratégie gouvernementale pour l'égalité entre les femmes et les hommes 2022-2027. En proche aidance, les femmes sont proportionnellement plus nombreuses à être proches aidantes, plus nombreuses à assumer un soutien intensif et davantage affectées sur les plans de la santé mentale et de leur situation financière. L'ADS permettra d'adapter les actions à ces réalités distinctes. Elle orientera également la mise en œuvre de plusieurs actions, notamment par l'intégration de la collecte et de l'analyse de données ventilées selon le genre et d'autres démarches adaptées au contexte de réalisation de chaque action. Ces actions seront identifiées par ce logo ADS

Le PAG-PPA 2026-2031 intègre les principes de développement durable en reconnaissant le rôle essentiel des PPA et en veillant à ce que les mesures proposées renforcent l'équité, la solidarité sociale et la qualité de vie. Il mise sur des interventions adaptées à la diversité des réalités, sur la coopération entre les acteurs et sur la mobilisation des savoirs issus de l'expérience des PPA.

AXE 1 : Reconnaissance et autoreconnaissance

Orientation 1 : Connaître les personnes proches aidantes du Québec, valoriser leur rôle, leur contribution à la société et les orienter vers du soutien

Mesure 1 : Reconnaître les personnes proches aidantes, leur apport à la société et favoriser leur recours à du soutien

La reconnaissance des PPA est un déterminant essentiel de leur santé et de leur qualité de vie. Elle rend visibles les responsabilités qu'elles assument et facilite l'accès au soutien approprié. Les actions de ce plan d'action renforceront cette reconnaissance en mobilisant les acteurs publics, communautaires, scolaires et cliniques afin d'assurer un accompagnement plus cohérent et mieux adapté à la diversité des situations de proche aidance. Ces actions visent notamment à faciliter l'accès aux services directs de soutien déjà en place, tout en consolidant les acquis du Plan d'action 2021-2026.

Les campagnes de sensibilisation visent l'amélioration de l'autoreconnaissance des PPA et de leur connaissance des services disponibles. Elles contribuent ainsi à réduire l'isolement et à alléger la charge associée au rôle de proche aidant, proche aidante.

Les initiatives destinées aux jeunes proches aidants et proches aidantes permettront un repérage plus rapide dans les milieux qu'ils et elles fréquentent. Elles favoriseront des interventions précoces afin de prévenir la détresse et l'épuisement, tout en soutenant la continuité du parcours scolaire et le développement socioaffectif.

La sensibilisation des médecins omnipraticiens et des médecins spécialistes, de même que des professionnelles et professionnels membres des ordres professionnels et œuvrant dans les différents milieux, continuera de faciliter l'intégration des PPA comme partenaires dans le parcours de soins et de services. Elle renforce ainsi la qualité de l'accompagnement offert aux dyades aidant-aidé.

Ensemble, ces actions amélioreront la visibilité des PPA, la reconnaissance de la diversité de leurs parcours et l'accès à du soutien, contribuant durablement à leur bien-être. Cet axe s'inscrit dans la continuité du premier PAG-PPA 2021-2026, consolidant et amplifiant les acquis en matière de reconnaissance et de données probantes.

Mesure 1 Actions	Responsables / Collaborateurs *Partenaires*	Objectifs
1.1 Développer une stratégie de communication sur la valorisation des PPA et de leur apport à la société	Ministère de la Santé et des Services sociaux *Santé Québec et ses établissements, partenaires de la communauté*	• Accroître, au sein de la population québécoise, la reconnaissance sociale du rôle et de la contribution PPA ainsi que de la diversité des réalités vécues par celles-ci. • Favoriser l'autoreconnaissance des PPA et leur accès au soutien.
1.2 Sensibiliser l'ensemble des milieux de vie à la jeune proche aidance pour renforcer la reconnaissance, l'autoreconnaissance et l'accès à du soutien adapté	Ministère de la Santé et des Services sociaux *Proche aidance Québec, L'Appui, CAP santé mentale, Observatoire québécois de la proche aidance, partenaires de la communauté*	• Accroître la reconnaissance et l'autoreconnaissance des jeunes proches aidants et proches aidantes dans leurs milieux de vie. • Favoriser le repérage, l'orientation et l'accès à des ressources adaptées ainsi que la valorisation des compétences et des savoirs expérientiels des jeunes proches aidants et proches aidantes.
1.3 Mobiliser les médecins et les ordres professionnels autour du partenariat avec les PPA	Ministère de la Santé et des Services sociaux *Fondation pour les proches aidants de la Fédération des médecins spécialistes du Québec, Collège des médecins du Québec, Ordres professionnels en santé et services sociaux*	• Accroître la compréhension, chez les médecins spécialistes et omnipraticiens ainsi que les professionnelles et professionnels en santé et services sociaux, des diverses réalités de la proche aidance. • Renforcer la reconnaissance des PPA comme partenaires de soins et de services lors des épisodes de soins et de services.

Concrètement, pour les PPA
• Des PPA reconnues et moins « invisibles » grâce à une stratégie de communication nationale • Des repères plus clairs pour savoir où trouver du soutien et se reconnaître soi-même comme PPA • Des jeunes proches aidants et proches aidantes mieux repérés dans leurs milieux de vie et mieux dirigés vers des ressources adaptées à leurs besoins et leurs réalités • Des échanges plus faciles avec les médecins et les professionnels et intervenants, qui comprennent mieux les réalités des PPA • Une reconnaissance plus visible des PPA dans la société, dans leurs milieux de vie et auprès des professionnels qu'elles côtoient

Mesure 2 : Mieux connaître les réalités des personnes proches aidantes pour améliorer les services et mesurer les résultats

Les actions prévues s'inscrivent dans la continuité et le renforcement du premier Plan d'action. Ces travaux ont permis de développer un modèle conceptuel, un plan de surveillance et une enquête populationnelle pour mieux documenter les caractéristiques des PPA, principalement à l'égard de leur santé et de l'incidence de leur rôle de proche aidant, proche aidante sur leur qualité de vie. La publication du premier portrait, à l'automne 2026, et des premiers résultats, au printemps 2026, constitue un jalon structurant et fournit une base factuelle essentielle à la poursuite des travaux. Le prochain cycle vise ainsi à maintenir la production de données probantes, à assurer la continuité de la surveillance des déterminants de la santé et à appuyer la prise de décision sur des analyses rigoureuses.

La réalisation d'une deuxième édition du portrait provincial permet de suivre l'évolution des indicateurs liés à la santé, au bien-être et à la qualité de vie des PPA. En parallèle, la démarche d'évaluation de la Politique nationale se poursuivra en s'appuyant sur les travaux récents de l'INESSS afin de préciser les modalités d'évaluation les plus appropriées pour en mesurer les effets. Les leviers et les obstacles à l'atteinte des objectifs de la Politique nationale seront par ailleurs documentés de façon structurée, en mettant à profit l'expertise de partenaires gouvernementaux, scientifiques et communautaires. Dans leur ensemble, ces travaux renforceront la cohérence entre la production de données, l'évaluation des retombées et la planification stratégique. Ils appuient la reddition de comptes et préparent dès maintenant les assises des futurs plans d'action gouvernementaux en proche aidance. Surtout, ils orientent l'adaptation et l'amélioration des services offerts directement aux PPA, en tenant compte de la diversité de leurs réalités et des facteurs influençant leur santé, leur bien-être et leur qualité de vie.

Mesure 2 Actions	Responsables / Collaborateurs *Partenaires*	Objectifs
ADS **2.1** Réaliser un portrait contemporain de la proche aidance au Québec	Ministère de la Santé et des Services sociaux *Institut de la statistique du Québec, Institut national de santé publique du Québec, Observatoire québécois de la proche aidance, Santé Québec et ses établissements.*	• Mener une enquête sur les PPA et les déterminants de la proche aidance au Québec
ADS **2.2** Évaluer l'atteinte des buts de la Politique nationale pour les PPA	Ministère de la Santé et des Services sociaux *Observatoire québécois de la proche aidance, Institut de la statistique du Québec, Institut national de santé publique du Québec, Institut national d'excellence en santé et services sociaux, Comité de partenaires, L'Appui, Proche aidance Québec, CAP santé mentale*	• Identifier les leviers et les obstacles à l'atteinte des objectifs gouvernementaux. • Formuler des pistes d'action et d'amélioration stratégiques pour guider les orientations gouvernementales.

Concrètement, pour les PPA
• Des réalités des PPA mieux documentées dans leurs diversités, grâce à un nouveau portrait québécois
• Des données plus récentes et plus complètes pour mieux orienter les décisions futures sur les services aux PPA
• Une évaluation structurée des effets de la Politique nationale, qui éclaire ce qui fonctionne et ce qui doit être amélioré
• Des décisions gouvernementales mieux ancrées dans l'expérience vécue des PPA et dans les savoirs des partenaires

AXE 2 : Information, formation et transfert de connaissances

Orientation 2 : Faciliter le parcours des personnes proches aidantes à travers une offre de services diversifiée

Mesure 3 : Faciliter le parcours des personnes proches aidantes et rehausser les capacités d'action des acteurs qui les accompagnent

Le premier Plan d'action a contribué à améliorer l'accès des PPA à une information plus claire, à des formations mieux adaptées et à des outils concrets, favorisant une meilleure compréhension de leur situation, des décisions plus éclairées et le maintien de leur équilibre. Les milieux qui les soutiennent disposent également de repères plus cohérents pour reconnaître leurs besoins et intervenir avec justesse.

Le PAG-PPA 2026-2031 vient renforcer ces acquis en offrant une information pertinente et simplifiée. Cette information vise à faciliter la compréhension de l'évolution de l'état de santé des proches, des comportements à gérer et des démarches à entreprendre. Les formations sont enrichies pour soutenir les compétences essentielles en communication, en prise de décision et en gestion des situations complexes et ainsi accroître la capacité des PPA à agir dans des contextes exigeants.

De nouveaux outils de navigation, plus simples et mieux arrimés aux trajectoires de soins et de services, réduisent la charge mentale liée à la complexité du réseau de la santé et des services sociaux et facilitent l'accès aux ressources pertinentes. Des repères spécialisés sont également développés pour les situations particulièrement éprouvantes, afin de soutenir les PPA dans des moments de grande vulnérabilité. Enfin, des initiatives d'envergure nationale, coconstruites avec elles, contribuent à améliorer la cohérence et l'inclusivité des pratiques déployées à l'échelle du Québec.

En consolidant l'accès à des connaissances utiles et en soutenant le développement de compétences clés, le Plan d'action contribue directement à renforcer la santé, le bien-être et la capacité d'adaptation des PPA face aux défis qu'elles vivent au quotidien.

Mesure 3 Actions	Responsables / Collaborateurs *Partenaires*	Objectifs
ADS **3.1** Accroître la compréhension et les compétences des PPA pour naviguer et agir efficacement dans leur rôle	Ministère de la Santé et des Services sociaux *Ordre des psychologues, Éducaloi, Chaire de recherche sur la maltraitance envers les personnes aînées, Fondation Émergence, Observatoire québécois de la proche aidance*	• Aider les PPA à mieux comprendre leur situation et à utiliser les ressources disponibles. • Outiller les intervenantes et intervenants afin qu'ils puissent mieux soutenir les PPA dans les situations complexes. • Renforcer les capacités et les compétences des PPA.
3.2 Faciliter l'accès à de l'information spécifique aux PPA de personnes atteintes de cancer	Ministère de la Santé et des Services sociaux *Santé Québec et ses établissements*	• Offrir aux PPA de personnes atteintes de cancer un accès fiable et continu à des ressources validées tout au long de la trajectoire de soins et de services.

Mesure 3 Actions	Responsables / Collaborateurs *Partenaires*	Objectifs
3.3 Soutenir les PPA dans la navigation au sein du réseau de la santé et des services sociaux	Santé Québec et ses établissements / Santé Québec Estrie - Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke *Ministère de la Santé et des Services sociaux, Observatoire québécois de la proche aidance, partenaires de la communauté*	• Poursuivre le développement d'outils pour la compréhension des PPA au sein des trajectoires des programmes-services du RSSS.
3.4 Rehausser la connaissance des PPA sur les outils technologiques disponibles pour les soutenir	Ministère de la Santé et des Services sociaux *Partenaires de la communauté*	• Faciliter l'accès à des outils numériques fiables pour soutenir le bien-être, la santé mentale et le quotidien des PPA.
3.5 Réaliser un appel de projets nationaux pour soutenir les PPA dans des contextes particuliers de proche aidance	Ministère de la Santé et des Services sociaux	• Encourager les acteurs nationaux en proche aidance à réaliser des projets à potentiel élevé de retombées sur la santé et le bien-être des PPA. • Rehausser les capacités de soutenir les PPA selon les différents contextes de proche aidance.

Concrètement, pour les PPA
• Des informations claires et simplifiées pour s'y retrouver dans les démarches du quotidien
• Des outils concrets pour repérer « qui fait quoi » et « où aller » au sein du réseau de la santé et des services sociaux
• Des apprentissages utiles pour mieux comprendre, communiquer, décider et faire face aux situations complexes
• Des repères et des outils spécifiques aux moments charnières du parcours de proche aidance
• Des outils technologiques fiables et mieux connus, pour soutenir la santé, le bien-être et le quotidien

AXE 3 : Services de santé et services sociaux

Orientation 3 : Répondre aux besoins des personnes proches aidantes par un écosystème de soutien cohérent, équitable et coordonné

Mesure 4 : Reconnaître les personnes proches aidantes comme partenaires du réseau de la santé et des services sociaux

La publication du Cadre de référence — Reconnaître les personnes proches aidantes comme partenaires pour mieux les soutenir (2024) marque un changement de culture : la collaboration avec les PPA devient un principe d'organisation des soins et des services. Son implantation vise à outiller les équipes pour le repérage des PPA, l'appréciation de leurs besoins et l'orientation vers les ressources appropriées.

La concertation nationale et territoriale sera consolidée pour aligner les pratiques et éviter les dédoublements. Dans les établissements, des politiques de partenariat préciseront les modalités de participation des PPA, y compris le consentement, la confidentialité et la gestion des risques. Des parcours d'apprentissage coconstruits avec les PPA soutiendront leur pouvoir d'agir et faciliteront la collaboration avec les professionnelles et professionnels.

Enfin, l'intégration des PPA aux mécanismes de plaintes et de rétroaction consolidera leur voix et appuiera l'amélioration continue de la qualité des services. Cet axe approfondit le virage en partenariat amorcé en 2021, en structurant davantage l'offre de services directs.

Mesure 4 Actions	Responsables / Collaborateurs *Partenaires*	Objectifs
4.1 Soutenir l'implantation du Cadre de référence « Reconnaître les personnes proches aidantes comme partenaires pour mieux les soutenir » au sein du RSSS	Santé Québec et ses établissements / Santé Québec Capitale-Nationale – Universitaire / CRÉGES de Santé Québec Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal – Universitaire *Ministère de la Santé et des Services sociaux, Chaire de recherche Marguerite-D'Youville d'interventions humanistes en soins infirmiers, partenaires de la communauté*	• Améliorer l'expérience des PPA au sein du réseau de la santé et des services sociaux par la mise en œuvre de conditions organisationnelles et de pratiques cliniques harmonisées, par un accompagnement continu et par une réponse adaptée à leurs besoins.
4.2 Renforcer la concertation nationale et territoriale en proche aidance pour générer des retombées concrètes pour les PPA	Ministère de la Santé et des Services sociaux – Santé Québec et ses établissements *Observatoire québécois de la proche aidance, Comité de partenaires, partenaires de la communauté*	• Renforcer et consolider une offre de services destinée aux PPA. • Produire et diffuser une information fiable, objective et partagée, au service de la prise de décision éclairée et des actions collectives en proche aidance.
4.3 Développer le partenariat avec les PPA pour renforcer leur pouvoir d'agir tout au long du parcours de soins et de services	Santé Québec et ses établissements *Ministère de la Santé et des Services sociaux, Centre d'excellence sur le partenariat avec les patients et le public, Santé Québec Capitale-Nationale – Universitaire, Conseil protection des malades et comités des usagers et des résidents, Regroupement provincial des comités des usagers et partenaires de la communauté*	• Renforcer le pouvoir d'agir des PPA en tenant compte de leurs savoirs expérientiels et de leurs compétences, dans le respect de leurs volontés et de leurs capacités d'engagement. • Poursuivre les travaux de sensibilisation et de développement des compétences des acteurs de l'écosystème en proche aidance afin de favoriser l'approche de partenariat avec les PPA.

Mesure 4 Actions	Responsables / Collaborateurs *Partenaires*	Objectifs
4.4 Mettre en œuvre des politiques de partenariat avec les PPA dans les établissements de Santé Québec	Santé Québec et ses établissements *Ministère de la Santé et des Services sociaux, Centre d'excellence sur le partenariat avec les patients et le public, Regroupement provincial des comités des usagers*	• Mobiliser et soutenir les établissements pour qu'ils adoptent une politique de partenariat avec les PPA, intégrant, notamment, les modalités de partenariat, le consentement, la confidentialité et la gestion des risques. • Améliorer les pratiques cliniques et organisationnelles pour soutenir les PPA comme partenaires dans l'ensemble du continuum de soins et de services.
4.5 Reconnaître aux PPA le droit de porter plainte auprès de la Commissaire nationale aux plaintes et à la qualité des services	Santé Québec et ses établissements *Ministère de la Santé et des Services sociaux, Commissaire nationale aux plaintes et à la qualité des services*	• Rendre effectif le droit des PPA de formuler une plainte concernant les services de santé et services sociaux auprès de la Commissaire nationale aux plaintes et à la qualité des services.

Concrètement, pour les PPA
• Une place reconnue comme partenaires des soins et des services et une démarche d'harmonisation des pratiques cliniques dans le réseau de la santé et des services sociaux • Une orientation mieux adaptée vers les ressources de la communauté, selon les besoins des PPA • Une collaboration efficiente entre les établissements de Santé Québec et les organismes communautaires, pour des retombées plus concrètes au quotidien qui répondent aux besoins des PPA • Des modalités claires de partenariat avec les PPA dans les établissements de Santé Québec (consentement, confidentialité, gestion des risques) • Une voie simple et reconnue pour signaler un problème ou demander d'améliorer un service auprès de la Commissaire nationale aux plaintes et à la qualité des services

Mesure 5 : Mieux soutenir les personnes proches aidantes ayant des besoins spécifiques selon leur contexte d'aidance

Mesure 5.1 : Soutenir les jeunes proches aidants et proches aidantes

Soutenir les jeunes proches aidants et proches aidantes protège leur santé mentale et leur développement. L'initiative vise à consolider l'accès au répit, au repos et au bien-être, avec, au besoin, un soutien psychosocial, afin de renforcer la régulation émotionnelle, la résilience et l'estime de soi, en plus de prévenir l'accumulation du stress et les atteintes à l'identité. Le repérage et la sensibilisation seront renforcés pour contrer l'invisibilité, mieux orienter les interventions et diminuer l'isolement; cette reconnaissance allège la charge émotionnelle et aide à concilier responsabilités d'aide et parcours de développement. Parallèlement, les milieux fréquentés par les jeunes seront outillés pour un soutien cohérent, en continuité avec les mesures en place.

Mesure 5.1 Actions	Responsables / Collaborateurs *Partenaires*	Objectifs
ADS **5.1.1** Améliorer le soutien des jeunes proches aidants et proches aidantes	Ministère de la Santé et des Services sociaux *Santé Québec et ses établissements, CAP santé mentale, Proche aidance Québec, Répit Québec*	• Renforcer le repérage et le soutien des jeunes proches aidants et proches aidantes, l'accès à l'information dont ils ou elles ont besoin et leur orientation vers les services appropriés. • Élargir et soutenir le codéveloppement de services pour les jeunes proches aidants et proches aidantes, notamment en matière de ressourcement, de répit et de soutien psychosocial.

Mesure 5.2 : Soutenir la pair aidance famille en santé mentale

L'action vise à structurer et à déployer la pair aidance famille en santé mentale, en s'appuyant sur une définition claire de l'approche et de ses modalités d'intervention. Elle cherche à assurer une compréhension commune du rôle des pairs aidants famille et à harmoniser leur présence dans les régions sociosanitaires, afin d'offrir aux PPA un soutien cohérent et accessible. Pour accompagner cette implantation, l'action prévoit le développement de mécanismes de collaboration entre pairs aidants famille et les intervenantes et intervenants psychosociaux, de même que l'accès simplifié à des outils et à des ressources centralisés pour faciliter l'accompagnement offert aux familles. Un volet de promotion et de sensibilisation vise aussi à mieux faire connaître cette approche et à en favoriser l'accès. Ensemble, ces éléments permettront de renforcer le soutien offert aux PPA et de consolider une approche structurée, accessible et reconnue dans l'ensemble du réseau de la santé et des services sociaux.

Mesure 5.2 Actions	Responsables / Collaborateurs *Partenaires*	Objectifs
ADS **5.2.1** Développer la pair aidance famille en santé mentale	Ministère de la Santé et des Services sociaux *CAP santé mentale, Proche aidance Québec, Répit Québec, Association québécoise pour la réadaptation psychosociale*	• Mettre en place un réseau de pairs aidants famille en santé mentale dans le milieu. • Développer et pérenniser des outils de promotion et de soutien, dont une plateforme numérique et la ligne d'écoute pour les proches.

Mesure 5.3 : Soutenir les parents d'enfants handicapés

Cette action vise à élargir l'offre de surveillance sécuritaire et adaptée après les heures de classe et pendant la période estivale pour les élèves handicapés, afin que davantage de parents proches aidants disposent de conditions favorables pour conserver un emploi ou poursuivre leurs études. En parallèle, le renforcement du réseautage intersectoriel et l'élargissement du cercle d'acteurs mobilisés permettront de mieux outiller les OSBL et le RSSS quant à la compréhension des réalités coparentales et paternelles des familles d'enfants handicapés. Cette mobilisation favorisera une amélioration des pratiques d'accueil, d'inclusion, d'orientation et de soutien offertes à ces familles, dans une perspective de coparentalité, d'égalité et de bien-être de l'ensemble des membres de la famille. Pour les enfants ayant des besoins et des soins complexes, une autre action vise à déployer des mécanismes formels de reconnaissance et de soutien qui ont pour objectifs de réduire le fardeau et d'améliorer la continuité des soins et des services. En périnatalité, il est prévu d'offrir de l'information, du matériel éducatif et des gestes de valorisation aux PPA afin de favoriser leur autoreconnaissance et le recours au soutien.

Mesure 5.3 Actions	Responsables / Collaborateurs *Partenaires*	Objectifs
5.3.1 Favoriser la conciliation famille-travail-études pour les parents d'enfants handicapés	Ministère de la Famille	• Accroître l'accès à des services de surveillance sécuritaires et adaptés pour les élèves handicapés en dehors des heures de classe et durant la période estivale afin d'offrir à un plus grand nombre de parents proches aidants des conditions favorables à l'occupation d'un emploi ou à la poursuite de leurs études.
ADS **5.3.2** Renforcer la capacité des organismes à soutenir les parents proches aidants d'enfants handicapés grâce à une approche coparentale	Ministère de la Famille / Ministère de la Santé et des Services sociaux, Office des personnes handicapées du Québec *Regroupement pour la Valorisation de la Paternité*	• Améliorer la capacité des organismes à offrir un soutien adapté aux parents proches aidants en intégrant les réalités coparentales et paternelles.
5.3.3 Renforcer le soutien aux PPA d'enfants ayant des besoins et des soins complexes	Santé Québec et ses établissements *Ministère de la Santé et des Services sociaux, Réseau des Centres de ressources périnatales du Québec, Centres hospitaliers universitaires pédiatriques : Ste-Justine, Sherbrooke-Québec-Centre universitaire de Santé McGill*	• Mettre en place des mécanismes de reconnaissance et de soutien formels pour les PPA contribuant aux soins et aux services d'enfants présentant des problèmes complexes.
5.3.4 Accroître le soutien des personnes proches aidantes des nouveaux parents en période périnatale	Ministère de la Santé et des Services sociaux / Santé Québec et ses établissements *Réseau des Centres de ressources périnatales du Québec*	• Offrir une gamme de services et de ressources adaptés aux PPA des nouveaux parents en renforçant et en valorisant leur rôle.

Mesure 5.4 : Soutenir les personnes proches aidantes exposées à des situations de maltraitance

Les PPA exposées à de la maltraitance en lien avec la condition ou la situation particulière de la personne aidée est un sujet encore méconnu, voire tabou. Pourtant, cette réalité touche un grand nombre de PPA, de tout âge et dans différents contextes d'aidance. En raison du caractère répétitif des situations d'abus, des comportements agressifs ou des paroles violentes, ces PPA présentent des niveaux élevés de fatigue, de stress et de détresse émotionnelle et tendent à adopter des stratégies d'adaptation néfastes pour elles-mêmes afin de maintenir leur engagement à long terme.

Le Plan d'action reconnaît les besoins spécifiques associés à ce type de proche aidance et l'importance d'accorder une attention accrue aux situations de grande vulnérabilité, notamment en présence de comportements agressifs ou imprévisibles. Il prévoit du soutien, des stratégies de protection physique et psychologique et un soutien post-crise, afin de sécuriser les conditions d'aide, y compris pour les jeunes proches aidants et proches aidantes.

Pour déterminer une offre de services de qualité pour tous et toutes, les connaissances sur la maltraitance vécue par les jeunes proches aidants et proches aidantes et ses effets doivent être préalablement approfondis. Cela permettra d'identifier les meilleures pratiques visant à repérer ces situations, à cerner les besoins spécifiques de ces jeunes, et ultimement, à mieux les soutenir.

Mesure 5.4 **Actions**	**Responsables / Collaborateurs** ***Partenaires***	**Objectifs**
5.4.1 Bonifier, adapter et diversifier l'offre de services pour répondre aux besoins des PPA exposées à des situations de maltraitance	Ministère de la Santé et des Services sociaux *Institut national d'excellence en santé et en services sociaux, Santé Québec et ses établissements, partenaires de la communauté*	• Produire un état des connaissances sur les bonnes pratiques au regard des besoins des jeunes proches aidants et proches aidantes, notamment la fratrie, lorsque la personne aidée présente des comportements d'agressivité. • Définir des orientations visant une gamme de services intégrée et diversifiée pour soutenir les PPA exposées à des situations de maltraitance, particulièrement lorsque la personne aidée manifeste des comportements agressifs.

Mesure 5.5 : Soutenir les personnes proches aidantes tout au long du continuum résidentiel

Les actions prévues s'inscrivent dans une vision intégrée du soutien aux PPA tout au long du continuum résidentiel, du soutien à domicile jusqu'aux milieux d'hébergement. Elles reconnaissent que la qualité des soins et des services offerts à la personne aidée repose de manière significative sur un partenariat structuré et soutenu avec la personne proche aidante, particulièrement dans les contextes de transition et de perte d'autonomie.

L'intégration de la proche aidance dans les pratiques de soutien à domicile permet de mieux reconnaître la contribution des PPA, de soutenir leur capacité d'agir et de prévenir leur surcharge, tout en favorisant le maintien à domicile lorsque cela est souhaité. L'INESSS présente comme leviers des ajustements à l'offre de services actuelle en soutien à domicile afin de rehausser la réponse aux besoins des PPA et de favoriser le maintien à domicile notamment des personnes aînées en grande perte d'autonomie. L'ancrage de pratiques de partenariat dans l'ensemble du continuum résidentiel vise à assurer un parcours cohérent, bientraitant et sécurisant pour les PPA, en réduisant les ruptures de services et la charge émotionnelle associée aux transitions vers l'hébergement. Le repérage systématique et le soutien des PPA, notamment celles de personnes vivant avec un trouble neurocognitif, renforcent la complémentarité des interventions et la continuité du soutien.

Ces actions prennent leur ancrage dans le Cadre de référence – Reconnaître les PPA comme partenaires pour mieux les soutenir. Ensemble, elles positionnent le soutien aux PPA comme un levier essentiel à la qualité, à la continuité et à l'humanité des soins et des services offerts, tant pour la personne aidée que pour la PPA.

Mesure 5.5 **Actions**	**Responsables / Collaborateurs** ***Partenaires***	**Objectifs**
5.5.1 Renforcer l'intégration de la proche aidance dans les pratiques de soutien à domicile	Santé Québec et ses établissements *Ministère de la Santé et des Services sociaux*	• Soutenir les intervenantes et intervenants ainsi que les professionnelles et professionnels dans la compréhension des réalités, enjeux et retombées de la proche aidance en contexte de soutien à domicile. • Fournir un soutien clinique-conseil aux situations concernant les PPA qui sont marquées par la complexité, la vulnérabilité, la surcharge, les conflits de rôles, les refus et l'épuisement.
5.5.2 Repérer et soutenir les PPA de personnes vivant avec un trouble neurocognitif	Ministère de la Santé et des Services sociaux *Santé Québec et ses établissements, Fédération québécoise des Sociétés Alzheimer, Sociétés Alzheimer*	• Renforcer le repérage et les références vers les Sociétés Alzheimer afin d'assurer une réponse rapide aux PPA. • Offrir des services adaptés d'accompagnement, de soutien, d'information et de répit. • Sensibiliser les PPA aux facteurs de risque et de protection associés à la santé cognitive et sa préservation.
5.5.3 Ancrer l'approche de partenariat avec les PPA dans les conditions organisationnelles et les pratiques cliniques du continuum résidentiel et d'hébergement	Santé Québec et ses établissements *Ministère de la Santé et des Services sociaux*	• Renforcer l'accompagnement des PPA dans le continuum résidentiel et d'hébergement, par des pratiques de collaboration et de communication adaptées. • Assurer aux PPA un parcours d'hébergement cohérent et bientraitant, grâce à des pratiques organisationnelles et cliniques adaptées, réduisant les bris de continuité de services et la charge émotionnelle.

Mesure 5.6 : Soutenir les personnes proches aidantes accompagnant des personnes issues des communautés ethnoculturelles ou des communautés d'expression anglaise

Les PPA issues des communautés ethnoculturelles ou des communautés d'expression anglaise peuvent rencontrer des obstacles liés à la langue, à la compréhension du système de santé et de services sociaux et à l'isolement, limitant leur accès au soutien et leur reconnaissance. La navigation par les pairs offre un accompagnement fondé sur l'expérience vécue, facilitant l'accès aux ressources et la valorisation du rôle de proche aidant, proche aidante, tout en réduisant la charge émotionnelle. Le renforcement des compétences des intervenantes et intervenants permettra d'adapter les pratiques aux réalités culturelles et d'améliorer le repérage dans divers contextes. Pour les PPA de ces groupes qui vivent avec un problème de santé mentale, une adaptation des services favorisera un soutien plus inclusif, réduisant l'épuisement et améliorant la qualité de vie.

Mesure 5.6 Actions	Responsables / Collaborateurs *Partenaires*	Objectifs
ADS **5.6.1** Mettre en œuvre la navigation par les pairs pour soutenir les PPA issues de communautés ethnoculturelles ou d'expression anglaise	Santé Québec et ses établissements / Institut universitaire SHERPA de Santé Québec Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal – Universitaire *Ministère de la Santé et des Services sociaux*	• Déployer le modèle de navigation par les pairs pour les communautés ethnoculturelles ou d'expression anglaise dans deux établissements de Santé Québec. • Soutenir la navigation des PPA issues de communautés ethnoculturelles ou de communautés d'expression anglaise au sein du RSSS.
ADS **5.6.2** Renforcer les capacités des intervenantes et intervenants et des équipes à soutenir et accompagner les PPA issues des communautés ethnoculturelles ou des communautés d'expression anglaise	Ministère de la Santé et des Services sociaux – Santé Québec et ses établissements / Institut universitaire SHERPA de Santé Québec Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal – Universitaire *Ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration, CAP santé mentale, Proche aidance Québec*	• Renforcer les capacités des organismes communautaires et des équipes du RSSS à mieux repérer et soutenir les PPA issues des communautés ethnoculturelles ou des communautés d'expression anglaise en utilisant les outils de la trousse Confluences.
ADS **5.6.3** Améliorer l'accès à des services inclusifs et adaptés en santé mentale pour les PPA issues des communautés ethnoculturelles ou des communautés d'expression anglaise	Ministère de la Santé et des Services sociaux *Santé Québec et ses établissements, CAP santé mentale, Proche aidance Québec, Institut universitaire SHERPA de Santé Québec Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal – Universitaire, L'Appui, ACCÉSSS, Community Health & Social Services Network, Mouvement santé mentale Québec, Association québécoise pour la réadaptation psychosociale*	• Renforcer l'accès et l'offre de services en santé mentale inclusifs et adaptés aux réalités culturelles et linguistiques des PPA issues des communautés ethnoculturelles ou des communautés d'expression anglaise dans les milieux communautaires. • Renforcer la compréhension des réalités des PPA issues des communautés ethnoculturelles ou des communautés d'expression anglaise qui vivent avec un trouble de santé mentale ou des symptômes associés.

Mesure 5.7 : Soutenir les personnes proches aidantes membres des Premières Nations et inuit

La proche aidance chez les personnes membres des Premières Nations et les inuit s'exerce dans des contextes pouvant être marqués par l'éloignement géographique, des réseaux de services limités, des réalités linguistiques et culturelles distinctes et une reconnaissance souvent informelle des responsabilités d'aide. La personne proche aidante assume fréquemment des tâches complexes dans un cadre où l'entraide est perçue comme un devoir familial et communautaire, ce qui peut contribuer à l'invisibilisation de sa charge et à un risque accru d'épuisement.

Dans ce contexte, le Plan d'action mise sur trois leviers complémentaires convenus avec des organisations et établissements nordiques des Premières Nations et Inuit qui sont concernés par la proche aidance. D'abord, des actions de reconnaissance et d'autoreconnaissance culturellement sécurisantes visent à rendre visible l'expérience de la personne proche aidante et à faciliter l'accès aux ressources. Ensuite, le développement de services de répit et de soutien psychosocial culturellement sécurisants cherche à réduire l'isolement et à préserver leur santé, leur bien-être et l'équilibre dans leur vie. Enfin, l'amélioration de l'arrimage entre les communautés des Premières Nations et Inuit et les établissements de santé et de services sociaux de Santé Québec vise une offre plus cohérente, accessible et pertinente aux réalités des personnes membres des Premières Nations et des personnes inuit, renforçant ainsi le soutien global aux PPA.

Mesure 5.7 Actions	Responsables / Collaborateurs *Partenaires*	Objectifs
ADS **5.7.1** Favoriser la reconnaissance et l'autoreconnaissance des PPA membres des Premières Nations et inuit	Ministère de la Santé et des Services sociaux *Régie régionale de la santé et des services sociaux du Nunavik, Commission de la santé et des services sociaux des Premières Nations du Québec et du Labrador, Conseil Cri de la santé et des services sociaux de la Baie James, CLSC Naskapi*	• Déployer des moyens de communication culturellement pertinents pour valoriser la proche aidance dans les communautés des Premières Nations et dans les villages nordiques et pour soutenir la reconnaissance et l'autoreconnaissance des PPA.
5.7.2 Rehausser les capacités à offrir du soutien psychosocial et du répit aux PPA membres des Premières Nations et inuit	Ministère de la Santé et des Services sociaux *Régie régionale de la santé et des services sociaux du Nunavik, Commission de la santé et des services sociaux des Premières Nations du Québec et du Labrador, Conseil Cri de la santé et des services sociaux de la Baie James, CLSC Naskapi*	• Assurer un meilleur accès à du soutien psychosocial continu et à des services de répit culturellement sécurisants pour les PPA membres des Premières Nations et Inuit.
5.7.3 Accompagner un réseau d'organismes communautaires dans le développement d'une offre de services culturellement sécurisante pour les PPA membres des Premières Nations et inuit	Ministère de la Santé et des Services sociaux / Santé Québec et ses établissements *Régie régionale de la santé et des services sociaux du Nunavik, Commission de la santé et des services sociaux des Premières Nations du Québec et du Labrador, Conseil Cri de la santé et des services sociaux de la Baie James, partenaires de la communauté*	• Améliorer la connaissance et l'offre de soutien psychosocial et de répit. • Soutenir les organismes communautaires prêts à rendre leurs pratiques culturellement plus pertinentes et sécurisantes.

Concrètement, pour les PPA
• Jeunes proches aidants et proches aidantes : un soutien qui arrive plus tôt, pour se sentir moins seuls, pour soutenir la réussite scolaire et pour réduire les impacts dans la vie de tous les jours • Pair aidance famille en santé mentale : un soutien plus structuré et plus accessible offert par des personnes qui ont vécu une situation semblable avec une écoute dédiée quand la santé mentale du proche fragilise le quotidien • Parents proches aidants d'enfants handicapés : une aide pour concilier la vie familiale, le travail ou les études, avec des solutions de surveillance adaptées et un soutien renforcé dans les situations exigeantes • PPA exposées à de la maltraitance : un meilleur soutien après une crise et des outils pour mieux se protéger sur les plans physique et psychologique • Tout au long du continuum résidentiel : un parcours plus fluide et un accompagnement personnalisé à domicile, des repères simples quand la mémoire et les comportements changent et un passage vers l'hébergement mieux accompagné • PPA des communautés ethnoculturelles ou d'expression anglaise : moins de barrières de langue et de culture, avec un accompagnement par les pairs pour trouver les bons services et des services adaptés en fonction des besoins • PPA membres des Premières Nations et inuit : un soutien culturellement sécurisant, un meilleur accès au répit et au soutien psychosocial dans les communautés

Mesure 6 : Offrir des services de répit diversifiés, adaptés et équitables

Le plan vise à consolider le répit. Il structure l'organisation des services et en renforce l'équité et la diversité. Un cadre d'orientation national et une cartographie des services visent à harmoniser les pratiques, à réduire les disparités régionales et à clarifier les options de répit. L'objectif est d'offrir, dans toutes les régions sociosanitaires, un accès à des services de répit plus cohérent, prévisible et arrimé aux besoins.

Le renforcement du répit de longue durée à domicile est un levier pour alléger la charge des PPA. L'augmentation progressive de la capacité d'offrir ce type de répit vise à permettre de véritables périodes de repos aux PPA, ce qui contribuera au maintien à domicile des personnes aidées. L'expansion dans des milieux éloignés et au sein de communautés autochtones vise à en améliorer l'équité d'accès.

Le développement général de l'offre de services de répit répond à la demande croissante liée au vieillissement, aux trajectoires de soins et de services plus complexes et aux exigences émotionnelles du rôle de proche aidant, proche aidante. Une offre plus flexible et diversifiée pourrait réduire l'épuisement, limiter les ruptures de services et diminuer le recours précoce aux urgences ou à l'hébergement de longue durée.

Le Plan d'action 2026-2031 reconnaît l'importance de consolider une offre de répit diversifiée pour les PPA de personnes ayant une déficience physique, une déficience intellectuelle ou étant autistes, compte tenu de l'ampleur des besoins et des effets de la proche aidance de très longue durée. La complexité de certaines situations (ex. : personnes polyhandicapées, personnes ayant des troubles du comportement de légers à graves, notamment), combinée à l'évolution des besoins de ces PPA et des personnes qu'elles aident, soutient l'importance de veiller à une offre de services de répit variée.

Enfin, la consolidation des espaces de ressourcement vise à offrir des milieux favorables à la récupération, à la détente et à la réduction du stress, grâce à des séjours, des activités de soutien et des approches favorisant la santé globale. Cette continuité contribue à l'équilibre dans la vie des PPA et à la pérennité de leur engagement.

Mesure 6 Actions	Responsables / Collaborateurs *Partenaires*	Objectifs
6.1 Élaborer et déployer un cadre d'orientations ministérielles sur le répit, incluant une cartographie provinciale, dans une perspective d'équité interrégionale	Ministère de la Santé et des Services sociaux *Santé Québec et ses établissements, partenaires de la communauté*	• Déployer une offre de répit équitable, cohérente et de qualité pour les PPA sur l'ensemble du territoire, en s'appuyant sur des orientations ministérielles visant à assurer une mise en œuvre harmonisée et centrée sur leur bien-être. • Renforcer la connaissance des services de répit et des besoins non répondus afin de soutenir une planification stratégique et équitable des ressources à l'échelle provinciale.
6.2 Renforcer les services de répit pour les PPA au Québec	Ministère de la Santé et des Services sociaux / Santé Québec et ses établissements *Entreprises d'économie sociale en aide à domicile, partenaires de la communauté*	• Accroître l'accessibilité des services de répit planifiés et des services de dépannage aux PPA.

Mesure 6 Actions	Responsables / Collaborateurs *Partenaires*	Objectifs
6.3 Consolider la diversification des services de répit dédiés aux PPA de personnes ayant une déficience physique, une déficience intellectuelle ou étant autistes dans l'ensemble de la province et veiller à ses effets	Santé Québec et ses établissements *Ministère de la Santé et des Services sociaux, Partenaires de la communauté*	• Poursuivre le soutien financier pour des services de répit diversifiés en déficience physique, déficience intellectuelle et autisme pour les PPA. • Veiller aux effets mesurables des sommes investies dans le RSSS quant à la réponse aux besoins variés des PPA de personnes ayant une déficience physique, une déficience intellectuelle ou étant autistes.
6.4 Poursuivre l'offre de services à domicile de Baluchon Répit long terme pour les PPA et en améliorer l'accès dans les communautés autochtones	Ministère de la Santé et des Services sociaux *Baluchon Répit long terme, Santé Québec et ses établissements, Régie régionale de la santé et des services sociaux du Nunavik, Commission de la santé et des services sociaux des Premières Nations du Québec et du Labrador, Conseil Cri de la santé et des services sociaux de la Baie James, CLSC Naskapi*	• Offrir des services de répit long terme de 4 à 14 jours aux PPA pour réduire leur fatigue physique et psychologique et soutenir la poursuite de leur engagement. • Améliorer l'exercice du rôle de proche aidant, proche aidante par un accompagnement spécialisé. • Améliorer l'accès au répit long terme pour les PPA dans les communautés autochtones.
6.5 Soutenir les services de répit et de ressourcement offerts aux PPA par le Monastère des Augustines	Ministère de la Santé et des Services sociaux *Monastère des Augustines*	• Offrir un répit accessible et adapté pour prévenir l'épuisement des PPA. • Soutenir la santé globale et le mieux-être des PPA par une approche unique de ressourcement. • Renforcer la capacité des PPA à exercer leur rôle grâce à des pratiques améliorées et à des connaissances mieux adaptées à leurs besoins.
6.6 Consolider le rehaussement des places en centre de jour pour aînés	Santé Québec et ses établissements *Ministère de la Santé et des Services sociaux*	• Soutenir la qualité de vie et la prévention de l'épuisement des PPA par des services de répit offerts sur une base régulière. • Accompagner les PPA dans leur décision de soutenir à domicile leur proche, dans le respect de leurs volontés et de leurs capacités d'engagement.

Concrètement, pour les PPA
• Des services de répit diversifiés et accessibles pour récupérer, améliorer la qualité de vie et prévenir l'épuisement : à la maison, en dehors du domicile, avec ou sans nuitée • Une offre de répit qui cherche à mieux répondre aux besoins, dans le respect des diverses réalités de la proche aidance • Une démarche d'harmonisation à l'échelle du Québec pour réduire les écarts d'accès au répit entre les régions • Du répit de plus longue durée à domicile lorsque nécessaire avec un soutien spécialisé, y compris dans les communautés autochtones • Des lieux spécialisés en proche aidance pour se déposer, se ressourcer et reprendre de l'énergie

Mesure 7 : Offrir des services psychosociaux aux personnes proches aidantes

L'intensification du soutien accordé aux milieux communautaires dans le cadre du PAG-PPA 2021-2026 a permis de renforcer l'offre de services de soutien psychosocial destinés aux PPA. Davantage d'organismes sont désormais en mesure d'offrir un accompagnement adapté, notamment de l'écoute individuelle, des activités de groupe, des formations et des services d'information.

Cette évolution a favorisé une meilleure couverture territoriale et une organisation plus cohérente des services à l'échelle du Québec. Elle a également renforcé la capacité des milieux communautaires à ajuster leur offre aux besoins diversifiés des PPA, dans la continuité des efforts gouvernementaux visant à structurer et à stabiliser les services communautaires.

Le soutien psychosocial demeure essentiel pour réduire l'isolement, atténuer le stress et prévenir l'épuisement, particulièrement lorsque les responsabilités d'aide se prolongent ou s'intensifient. Un accompagnement accessible aidera les PPA à maintenir un équilibre émotionnel, à reconnaître leurs limites et à mieux faire face aux exigences du rôle, notamment en offrant un espace confidentiel pour exprimer leurs émotions, obtenir de l'information fiable et accéder à des stratégies d'adaptation.

En consolidant cette offre et en diversifiant les formes d'accompagnement disponibles, les actions prévues au Plan d'action 2026-2031 soutiendront la capacité des organismes communautaires à offrir des services psychosociaux durables, accessibles et adaptés aux réalités variées de la proche aidance au Québec.

Mesure 7 Actions	Responsables / Collaborateurs *Partenaires*	Objectifs
7.1 Poursuivre le soutien aux organismes communautaires offrant des services psychosociaux aux PPA	Santé Québec et ses établissements *Ministère de la Santé et des Services sociaux, partenaires de la communauté*	• Assurer la prestation de l'offre de services psychosociaux destinés aux PPA dans l'ensemble des régions du Québec.

Concrètement, pour les PPA
• Un accompagnement professionnel concret pour diminuer le stress, développer des stratégies et prévenir l'épuisement • Des services psychosociaux offerts en personne ou à distance et accessibles dans toutes les régions du Québec, selon les ressources locales • Des informations et de la formation appropriées qui répondent aux besoins des PPA • Moins d'isolement, grâce à des groupes et à des activités avec d'autres PPA

Mesure 8 : Renforcer le financement des services nationaux de soutien, de coordination et de transfert de connaissances en proche aidance

Les services nationaux de soutien, de coordination et de transfert de connaissances constituent un levier essentiel pour assurer une mise en œuvre cohérente et équitable des actions en proche aidance à l'échelle du Québec. Ces fonctions comprennent notamment l'accueil, l'information, la référence, l'appui aux organismes communautaires ainsi que la diffusion de connaissances en soutien à l'intervention et à la planification des services.

À l'heure actuelle, l'organisme L'Appui pour les proches aidants assume plusieurs fonctions à portée nationale en matière de soutien aux PPA. Le service Info-aidant constitue un point d'entrée accessible et centralisé pour l'information et l'orientation des PPA. Les actions de repérage et de référence soutenues par Référence aidance Québec sont déterminantes. L'aide aux organismes communautaires inclut un soutien financier accordé par des appels de projets, de l'accompagnement structurant, la production d'outils et de contenus et des activités de transfert de connaissances. La participation active aux mécanismes de concertation nationale et territoriale en proche aidance favorise la cohérence des actions et le partage de bonnes pratiques. Ces différentes responsabilités contribuent à l'accessibilité, à la cohérence et à la qualité du soutien offert aux PPA sur l'ensemble du territoire québécois.

Dans cette perspective, le gouvernement entend maintenir une capacité nationale forte et structurée pour soutenir les PPA, en s'appuyant sur les expertises existantes et les modalités d'organisation les plus efficientes pour toute la population. L'objectif est de permettre une réponse optimale, durable et alignée sur les orientations de la Politique nationale pour les PPA ainsi que sur les besoins exprimés par les milieux et les partenaires.

Mesure 8 Actions	Responsables / Collaborateurs *Partenaires*	Objectifs
8.1 Renforcer la capacité et l'efficacité des services nationaux de soutien, de coordination et de transfert de connaissances en proche aidance	Ministère de la Santé et des Services sociaux *Santé Québec et ses établissements*	• Assurer une utilisation optimale des ressources au bénéfice des services directs aux PPA et aux organismes qui viennent en aide aux PPA.

Concrètement, pour les PPA
• Un endroit où parler et être écouté, gratuitement et en toute confidentialité, par le service Info-aidant
• Des réponses claires et des références utiles pour trouver de l'aide dans sa région.
• Des informations simples pour s'y retrouver, avec des conseils concrets sur les défis du quotidien
• Des formations gratuites et en ligne, offertes par les organismes nationaux en proche aidance, pour mieux faire face aux étapes du parcours et se protéger de l'épuisement

AXE 4 : DÉVELOPPEMENT D'ENVIRONNEMENTS CONCILIANTS

Orientation 4 : Renforcer l'action gouvernementale au bénéfice des personnes proches aidantes par la simplification des programmes et par divers leviers

Mesure 9 : Engager l'ensemble du gouvernement du Québec à développer des actions concrètes pour soutenir l'équilibre dans la vie des personnes proches aidantes

Le rôle de proche aidant, proche aidante occupe une place centrale dans la vie de nombreuses personnes, parfois au quotidien. Plusieurs assument simultanément d'autres responsabilités — emploi, études, parentalité — qui peuvent mettre à l'épreuve leur temps, leur énergie et leurs ressources. Dans ce contexte, la conciliation de la proche aidance avec le travail et les études constitue un levier déterminant pour préserver l'équilibre dans la vie des personnes proches aidantes. La charge mentale et, dans certains cas, la précarité financière peuvent limiter la participation sociale et fragiliser la santé et le bien-être. Des changements sont nécessaires pour que les PPA puissent mener une vie équilibrée dans les diverses sphères de leur vie, y compris la proche aidance.

S'appuyant sur les acquis du premier Plan d'action, le PAG-PPA 2026-2031 mobilise plusieurs ministères et organismes gouvernementaux qui mettront en œuvre des actions concrètes et structurantes, centrées sur les services directs aux PPA. Ces actions visent à faciliter la conciliation famille-travail-études avec les responsabilités de proche aidance, à réduire la charge mentale et à prévenir la précarisation financière. Elles amélioreront l'accès, en temps opportun, aux mesures de soutien et aux services. Elles agiront sur les déterminants de la santé et du bien-être des PPA et contribueront à préserver leur participation scolaire, professionnelle, personnelle, familiale et sociale. Cet axe franchit un cap inédit : il traduit en engagements concrets ce que le premier Plan d'action avait posé comme intention en matière de conciliation proche aidance-travail.

Mesure 9 Actions	Responsables / Collaborateurs *Partenaires*	Objectifs
9.1 Renforcer la coordination entre les ministères et organismes gouvernementaux pour soutenir l'équilibre dans la vie des PPA et la conciliation entre la proche aidance, le travail, les études et la vie familiale	Ministère de la Santé et des Services sociaux *Ministère de l'Enseignement supérieur, Ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale, Ministère de la Famille, Ministère des Finances du Québec, Ministère de l'Immigration, de la Francisation et de l'Intégration, Ministère du Travail, Curateur public, Commission des normes, de l'équité, de la santé et de la sécurité du travail, Office des personnes handicapées du Québec, Retraite Québec, Secrétariat à la condition féminine, Secrétariat à la jeunesse*	• Diffuser des informations pertinentes dans les ministères et organismes gouvernementaux impliqués en proche aidance pour maximiser les retombées concrètes pour les PPA dans leurs réseaux respectifs. • Poursuivre les travaux interministériels menés dans le premier Plan d'action pour identifier en continu des actions pouvant bénéficier aux PPA. • Mener des chantiers de travail visant à mettre en place des actions concrètes concernant des sujets interministériels jugés prioritaires pour les PPA.

Mesure 9 Actions	Responsables / Collaborateurs *Partenaires*	Objectifs
ADS **9.2** Déployer un ensemble d'interventions complémentaires pour favoriser un meilleur équilibre entre le travail et la proche aidance	Ministère de la Famille / Ministère de la Santé et des Services sociaux, Office des personnes handicapées du Québec *Proche aidance Québec, Réseau pour un Québec Famille*	• Rendre les milieux de travail plus inclusifs et sensibles aux réalités des PPA. • Soutenir les PPA dans leurs défis de conciliation entre proche aidance et travail. • Renforcer la compréhension des enjeux de conciliation proche aidance-travail, améliorer la communication entre les acteurs et encourager des pratiques favorables à la conciliation.
ADS **9.3** Mobiliser les milieux de travail québécois afin de favoriser le maintien de l'équilibre dans la vie des PPA en emploi	Ministère de la Santé et des Services sociaux *Ministère de la Famille, Ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale, Commission des partenaires du marché du travail, Réseau pour un Québec Famille / Concilivi, Conseil du patronat du Québec*	• Intégrer la proche aidance comme enjeu de maintien en emploi dans les pratiques et politiques des milieux de travail québécois. • Inciter les employeurs québécois à adapter leurs pratiques afin de soutenir les PPA en emploi et de prévenir leur précarisation financière.
9.4 Favoriser une approche inclusive en matière de conciliation proche aidance-études dans les établissements d'enseignement supérieur	Ministère de l'Enseignement supérieur / Ministère de la Famille *Université TÉLUQ*	• Encourager le partage, entre les établissements d'enseignement supérieur, de leurs meilleures pratiques en proche aidance pour favoriser la persévérance et la réussite des étudiantes et des étudiants.
9.5 Prévenir la précarisation financière des PPA en améliorant leur accès à l'information sur les mesures fiscales et financières	Ministère de la Santé et des Services sociaux *Finautonome*	• Assurer aux PPA un accès simple et vulgarisé à l'information sur les mesures fiscales et financières pouvant les soutenir. • Outiller le RSSS et les OSBL pour accompagner les PPA dans la compréhension et l'utilisation des mesures applicables à leur situation.
9.6 Adapter les mesures de soutien aux PPA selon leur réalité financière	Ministère de la Santé et des Services sociaux *Chaire de recherche Jacques-Parizeau en politiques économiques de HEC Montréal.*	• Documenter les facteurs de précarité financière des PPA ainsi que le recours et le non-recours aux mesures de soutien existantes, notamment fiscales. • Identifier les écarts entre les besoins des PPA et les mesures actuelles et formuler des recommandations pour adapter les mesures de soutien. • Contribuer à l'adaptation des mesures de soutien afin de mieux répondre aux besoins des PPA et de réduire le risque qu'elles vivent une situation de précarisation financière.

Mesure 9 Actions	Responsables / Collaborateurs *Partenaires*	Objectifs
ADS **9.7** Inclure les préoccupations des PPA dans la stratégie d'accompagnement personnalisé destiné aux personnes handicapées	Office des personnes handicapées du Québec / Ministère de la Santé et des Services sociaux	• Intégrer les préoccupations des PPA dans la stratégie d'accompagnement personnalisé de l'Office des personnes handicapées du Québec pour une planification d'actions qui répond autant aux besoins des personnes handicapées que de ceux des PPA. • Assurer une cohérence gouvernementale en alignant les travaux vers des objectifs communs.

Mesure 9 Actions	Responsables / Collaborateurs *Partenaires*	Objectifs
9.8 Outiller les PPA sur les mesures d'assistance et de représentation ainsi que sur leur rôle de représentant légal	Curateur public / Ministère de la Famille, Ministère de la Santé et des Services sociaux	• Soutenir les PPA dans la compréhension de leurs droits et de leurs responsabilités auprès de leur proche en difficulté. • Favoriser un choix éclairé de la mesure de protection à privilégier. • Faciliter le rôle et l'accompagnement des PPA auprès de la personne aidée.
9.9 Promouvoir les mesures d'assistance et de représentation auprès des PPA	Curateur public / Office des personnes handicapées du Québec	• Faire connaître les mesures d'assistance et de représentation auprès des PPA et des acteurs qui les accompagnent.
9.10 Faciliter l'accès des PPA en situation de vulnérabilité à l'information dont elles ont besoin pour exercer leur rôle	Ministère de l'Emploi et de la Solidarité sociale – Services Québec / Ministère du conseil exécutif – Québec.ca / Ministères et organismes impliqués	• Offrir aux PPA un accès simplifié et centralisé à l'information essentielle, notamment lorsqu'elles se retrouvent dans des situations de vulnérabilité ou d'urgence.
9.11 Soutenir les PPA dans leurs responsabilités d'accompagnement et de transport des personnes aidées	Ministère de la Santé et des Services sociaux *Santé Québec et ses établissements, partenaires de la communauté*	• Documenter les besoins en transport et en accompagnement des PPA et des personnes aidées, en tenant compte des réalités régionales et des services actuellement disponibles. • Analyser la faisabilité de différentes pistes d'amélioration, en considérant l'évolution récente des services de transport et les cadres légaux et organisationnels en vigueur. • Identifier des solutions réalistes et adaptées aux contextes territoriaux, susceptibles de contribuer à alléger la charge des PPA dans leurs responsabilités de transport.

Concrètement, pour les PPA
• Plusieurs ministères qui agissent ensemble pour faciliter la conciliation entre la proche aidance, le travail, les études et la famille • Une mobilisation des milieux de travail et des établissements d'enseignement supérieur pour mieux tenir compte des réalités des PPA • Des informations plus claires et accessibles sur l'aide financière, les crédits d'impôt et les mesures fiscales offertes aux PPA • Un accompagnement personnalisé mieux arrimé aux besoins des PPA qui soutiennent une personne handicapée • Un accès simplifié à l'information gouvernementale utile aux PPA • Une meilleure compréhension des rôles et des démarches lorsqu'une personne aidée doit être assistée ou représentée légalement

LA MISE EN ŒUVRE ET LE SUIVI

UNE GOUVERNANCE PARTENARIALE INSCRITE DANS LA LOI, AU SERVICE D'UNE ACTION COHÉRENTE

La ministre responsable des Aînés et des Proches aidants agit d'office comme conseillère du gouvernement en matière de proche aidance et est responsable de l'application de la Loi. À ce titre, la ministre assume la mise en œuvre du Plan d'action gouvernemental pour les personnes proches aidantes 2026-2031 - Renforcer le soutien pour des partenaires essentiels et en coordonne l'exécution.

Le MSSS pilote les travaux gouvernementaux en proche aidance et définit les priorités, les résultats attendus et le budget associé. Pour soutenir la ministre, un Comité de suivi de l'action gouvernementale réunit dix-huit ministères et organismes gouvernementaux. Il assure la mise en œuvre du Plan d'action 2026-2031 et chaque ministère et organisme gouvernemental porte des actions dans son domaine respectif. Un Comité ministériel en proche aidance assure le suivi des actions relevant de l'axe « santé et services sociaux ».

Santé Québec est responsable de la mise en œuvre, avec ses établissements, de plusieurs actions du Plan d'action 2026-2031, en accordant une priorité à la qualité et à l'accessibilité des services aux PPA, tout en maintenant les acquis du Plan d'action 2021-2026. En plus d'une gouvernance stratégique en collaboration avec les MSSS, une gouvernance interne et un pilotage transversal permettant un séquençage d'actions arrimé aux capacités organisationnelles et assortis d'indicateurs significatifs sont identifiés comme déterminants pour réaliser le changement de culture et de pratiques vers un partenariat avec les PPA au sein des établissements de Santé Québec.

La gouvernance tient compte des réalités des personnes membres des Premières Nations et des personnes inuit en s'appuyant sur la connaissance des besoins et des capacités des instances territoriales, dont la Régie régionale de la santé et des services sociaux du Nunavik, le Conseil Cri de la santé et des services sociaux de la Baie James et le CLSC Naskapi et la Commission de la santé et des services sociaux des Premières Nations du Québec et du Labrador. Les travaux sont menés en collaboration avec ces instances, afin d'adapter les approches de façon continue aux réalités culturelles et territoriales.

Le suivi du Plan d'action 2026-2031 prévoit la consultation du Comité de suivi de l'action gouvernementale, du Comité de partenaires concernés par le soutien aux PPA, de l'Observatoire, ainsi que de PPA. Ce mécanisme organise la participation des instances clés et sécurise l'intégration des savoirs de terrain.

Au cœur de ce suivi, le Comité de partenaires conseille la ministre en formulant des recommandations et des avis sur la Politique nationale, ce Plan d'action et sur toute question relative aux PPA. Ce mandat renforce la pertinence des choix et l'arrimage avec les besoins identifiés par les milieux.

L'Observatoire québécois de la proche aidance, lieu d'observation, de vigie, d'analyse et de partage des savoirs, contribuera à la démarche d'évaluation de la Politique nationale et du Plan d'action 2026-2031, notamment en ce qui concerne la santé, le bien-être, la qualité de vie et l'équilibre dans la vie des PPA. Fort de sa neutralité et de sa notoriété, l'Observatoire animera, avec le MSSS, la concertation nationale des grands acteurs afin de maximiser les retombées concrètes pour les PPA.

Les journées nationales de concertation sur la proche aidance réuniront ces comités et d'autres acteurs incontournables, dont les coordonnatrices et coordonnateurs territoriaux, les organismes nationaux et des PPA.

Par ailleurs, plusieurs actions du Plan d'action 2026-2031 prévoient la conclusion d'ententes entre les ministres concernés et les partenaires nationaux, ainsi que des mécanismes de coordination et de suivi périodique des actions menées dans ce cadre.

Chaque année, la ministre dépose au gouvernement un rapport d'activités dans le cadre du Plan d'action. Cette mise en œuvre et ce suivi, fondés sur la concertation nationale et des ententes de partenariat, se traduisent par des actions mieux coordonnées, des réponses plus adaptées et des retombées concrètes sur tous les territoires du Québec.

Une gouvernance partenariale inscrite dans la loi, au service d'une action cohérente

Ministre responsable des aînés et des proches aidants

Responsable de l'application de la Loi visant à reconnaître et à soutenir les personnes proches aidantes (Art. 47 de la LPPA)

Santé québec et ses établissements du réseau

Établissements nordiques

MSSS
Coordonne les travaux gouvernementaux

Comité de suivi de l'action gouvernementale pour le soutien aux PPA
(At. 15 de la LPPA)

Comité ministériel en proche aidance

Comité de partenaires concernés par le soutien aux PPA
(Art. 18 de la LPPA)

Observatoire québécois de la proche aidance
(Art. 28 de la LPPA)

CONCLUSION

Le Plan d'action gouvernemental pour les personnes proches aidantes 2026-2031 – *Renforcer le soutien pour des partenaires essentiels* traduit un engagement gouvernemental fort, déployé en partenariat avec un large éventail d'acteurs de l'écosystème de la proche aidance, pour renforcer la cohérence et la complémentarité des services dédiés aux personnes proches aidantes. Les actions qu'il contient se traduiront en services directs accessibles dans un parcours simplifié pour l'ensemble des personnes proches aidantes.

Depuis la mise en œuvre de la Loi visant à reconnaître et à soutenir les personnes proches aidantes, le Québec dispose de plusieurs acquis et leviers structurants sur lesquels il peut bâtir. Le présent Plan d'action 2026-2031 s'inscrit dans la continuité de ces avancées pour acquérir une meilleure connaissance des personnes proches aidantes, de leurs besoins et de la diversité de leurs réalités, tout en renforçant la reconnaissance de leur contribution.

La reconnaissance des personnes proches aidantes comme partenaires à part entière du réseau de la santé et des services sociaux permet ainsi de favoriser des réponses mieux adaptées, proportionnées et cohérentes aux besoins variés qu'elles expriment.

Une attention particulière sera apportée pour soutenir et offrir des services diversifiés, adaptés et équitables, incluant en matière de santé mentale, à l'intention des personnes proches aidantes d'aînés, tout au long du continuum résidentiel, aux jeunes proches aidants et proches aidantes, aux parents d'enfants handicapés, aux personnes issues des communautés ethnoculturelles et des communautés d'expression anglaise et aux personnes proches aidantes membres des Premières Nations et inuit.

Le développement du soutien psychosocial et des services de répit fait partie des engagements prioritaires du gouvernement dans ce Plan d'action. Le soutien à un ensemble de partenaires nationaux permettra d'améliorer l'offre de ces services sur tout le territoire québécois.

Enfin, pour que les personnes proches aidantes puissent poursuivre leur engagement dans les meilleures conditions possibles tout en préservant un équilibre dans tous les aspects de leur vie, la conciliation proche aidance avec les autres rôles sera facilitée et l'accès aux programmes gouvernementaux et financiers simplifié.

La réussite de ce Plan d'action se mesurera aux effets réels sur les services offerts aux personnes proches aidantes, sur leur accessibilité et sur leur capacité à répondre aux besoins diversifiés de ces personnes, partout au Québec.

Ambitieux, ce Plan d'action gouvernemental est à la hauteur de l'importance accordée aux personnes proches aidantes, qui font une différence au quotidien pour des milliers de Québécoises et de Québécois. Sans leur engagement, la société québécoise ne serait pas la même. Et nous leur en sommes toutes et tous reconnaissants.

ANNEXE 1 – TABLEAU DES INVESTISSEMENTS 2026-2031

CADRE FINANCIER DU PAG-PPA 2026-2031

	Axes et Mesures	Budget total-crédits PAG-PPA
AXE 1 : La reconnaissance et l'autoreconnaissance des PPA ainsi que la mobilisation des acteurs de la société québécoise concernés par la proche aidance		
Orientation : Connaître les PPA du Québec, valoriser leur rôle, leur contribution à la société et les orienter vers du soutien		
1	Reconnaitre les PPA, leur apport à la société et favoriser leur recours à du soutien	3 000 000 $
2	Mieux connaître les réalités des PPA pour améliorer les services et mesurer les résultats	2 600 000 $
	Budget total - AXE 1	**5 600 000 $**
AXE 2 : Le partage de l'information, la promotion des ressources mises à la disposition des PPA et le développement de connaissances et de compétences		
Orientation : Faciliter le parcours des PPA à travers une offre de services diversifiée		
3	Faciliter le parcours des PPA et rehausser les capacités d'action des acteurs qui les accompagnent	6 400 000 $
	Budget total - AXE 2	**6 400 000 $**
AXE 3 : Le développement de services de santé et de services sociaux dédiés aux PPA, dans une approche basée sur le partenariat		
Orientation : Répondre aux besoins des PPA par un écosystème de soutien cohérent, équitable et coordonné		
4	Reconnaître les PPA comme partenaires du RSSS	4 900 000 $
5	Mieux soutenir les PPA ayant des besoins spécifiques selon leur contexte d'aidance	32 600 000 $
6	Offrir des services de répit diversifiés, adaptés et équitables	159 800 000 $
7	Offrir des services psychosociaux aux PPA	55 000 000 $
8	Renforcer le financement des services nationaux de soutien, de coordination et de transfert de connaissances en proche aidance	125 000 000 $
	Budget total - AXE 3	**377 300 000 $**
AXE 4 : Le développement d'environnements conciliants qui soutiennent et favorisent le maintien et l'amélioration des conditions de vie des PPA, notamment afin d'éviter leur précarisation financière		
Orientation : Renforcer l'action gouvernementale au bénéfice des PPA par la simplification des programmes et par divers leviers		
9	Engager l'ensemble du gouvernement du Québec à développer des actions concrètes pour soutenir l'équilibre dans la vie des PPA	4 100 000 $
	Budget total - AXE 4	**4 100 000 $**
	TOTAL GENERAL	**393 400 000 $**

BIBLIOGRAPHIE

BALUCHON RÉPIT LONG TERME. *Accueil*, [En ligne], 2026. [https://www.baluchonrepit.com](Consulté le 1er avril 2026).

CANADA. INTERNATIONAL FEDERATION ON AGEING. Increasing Awareness and Understanding Perspectives of Dementia Caregivers : National Survey Technical Report, [Fichier PDF], Alzheimer Society of Canada, 2024, 16 p. [https://alzheimer.ca/sites/default/files/documents/Caregivers_Technical-Report-1.pdf].

CANADA. NATIONAL SENIORS COUNCIL. *Dialogue - Caregivers of Older Adults : Meeting the needs of caregivers who care for older adults in Canada (Volume 2)*, [Fichier PDF], Government of Canada, 2005, 13 p. [https://www.canada.ca/content/dam/esdc-edsc/documents/national-seniors-council/programs/publications-reports/dialogue-caregivers/dialogue-brief-caregivers-older-adults-en.pdf].

CIUSSS DE L'ESTRIE – CHUS. *Enjeux, pistes d'action et pratiques inspirantes en proche aidance auprès des communautés autochtones* : Portrait issu de la littérature, Québec, 2025.

COMITÉ DE PARTENAIRES CONCERNÉS PAR LE SOUTIEN AUX PERSONNES PROCHES AIDANTES. *Rapport d'activités Novembre 2021-Mars 2024*, 2024, 17 p. [Rapport du comité de partenaires concernés par le soutien aux personnes proches aidantes].

COMITÉ DE PARTENAIRES CONCERNÉS PAR LE SOUTIEN AUX PERSONNES PROCHES AIDANTES. *Rapport d'activités du Comité de partenaires concernés par le soutien aux personnes proches aidantes Avril 2024-Mars 2025*, 2025, 15 p. [Rapport du comité de partenaires concernés par le soutien aux personnes proches aidantes].

EDUCALOI. *Proche aidance : guide pratique et juridique*, [En ligne], 2026. [https://educaloi.qc.ca/publications/proches-aidants-guide-pratique-juridique/](Consulté le 1er avril 2026).

FINAUTONOME. *Accueil*, [En ligne], 2026. [https://www.finautonome.org](Consulté le 1er avril 2026).

FONDATION EMERGENCE. *Accueil*, [En ligne], 2026. [https://www.fondationemergence.org](Consulté le 1er avril 2026).

FRANCE. MINISTÈRE DES SOLIDARITÉS ET DU HANDICAP. *Stratégie nationale de mobilisation et de soutien pour les aidants 2023-2027*, [Fichier PDF], Gouvernement de la France, 2023, 28 p. [https://handicap.gouv.fr/sites/handicap/files/2023-10/Dossier-de-presse-strategie-des-aidants-2023-2027.pdf].

GENÈVE. ORGANISATION INTERNATIONALE DU TRAVAIL. *Care at work : Investing in care leave and services for a more gender-equal world of work*, [Fichier PDF], Organisation internationale du Travail, 2022, 432 p. [https://www.ilo.org/publications/major-publications/care-work-investing-care-leave-and-services-more-gender-equal-world-work].

GENÈVE. ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ. *Long-term care financing : lessons for low- and middel-income settings. Brief 10. Supporting informal long-term caregivers*, [Fichier PDF], 2024, 16 p. [https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/099ce424-2322-40e3-b35d-bc0804ea41df/content].

GIRARD-MARCIL, Camille et Margaux REISS. *Qui sont les personnes proches aidantes au Québec et quel type de soutien apportent-elles? Une analyse différenciée selon le sexe et l'âge. Données tirées de l'Enquête sociale générale de Statistique Canada*, 2018, 40 p. [Rapport de l'Observatoire québécois de la proche aidance].

GIRARD-MARCIL, Camille et Margaux REISS. *La reconnaissance et l'autoreconnaissance des personnes proches aidantes : enjeux et pratiques*, 2023, 153 p. [Rapport de l'Observatoire québécois de la proche aidance].

INSTITUT DE LA STATISTIQUE DU QUÉBEC. *Enquête québécoise sur la santé et le bien-être des personnes proches aidantes 2024-2025*, Québec [À paraître].

INSTITUT NATIONAL D'EXCELLENCE EN SANTÉ ET EN SERVICES SOCIAUX (INESSS). Guide d'accompagnement pour l'évaluation de la *Politique nationale pour les personnes proches aidantes, Québec*, INESSS, 2026, 34 p. Également disponible en ligne.

INSTITUT NATIONAL DE SANTÉ PUBLIQUE DU QUÉBEC. *Proposition d'un modèle conceptuel pour la surveillance de l'état de santé des personnes proches aidantes au Québec et de ses déterminants : État des connaissances*, Québec [À paraître].

INSTITUT NATIONAL D'EXCELLENCE EN SANTÉ ET EN SERVICES SOCIAUX (INESSS). Services de soutien pour les personnes proches aidantes qui accompagnent une personne aînée en grande perte d'autonomie vivant à domicile, Québec, INESSS, 2025, 46 p. Également disponible en ligne : https://www.inesss.qc.ca/fileadmin/doc/INESSS/Rapports/ServicesSociaux/PPA_M34_EC_INESSS.pdf

JOYAL, Marilyne, LAPIERRE, Nolwenn, RAYMOND, Marie-Hélène et Sabrina SERVOT. Guide d'accompagnement pour l'évaluation de la *Politique nationale pour les personnes proches aidantes*, Québec, Institut national d'excellence en santé et en services sociaux (INESSS) [À paraître en avril 2026].

L'Appui. *Accueil*, [En ligne], 2026. [https://www.lappui.org/fr/] (Consulté le 1er avril 2026).

L'Appui. *La reconnaissance des proches aidants dans la loi*, [En ligne], 2026. [https://www.lappui.org/fr/je-suis-aidant/etre-proche-aidant/connaitre-les-droits-et-les-statuts-du-proche-aidant/la-reconnaissance-des-proches-aidants-dans-la-loi/] (Consulté le 1er avril 2026).

LE MONASTÈRE DES AUGUSTINE. *Accueil*, [En ligne], 2026. [https://monastere.ca] (Consulté le 1er avril 2026).

NEW YORK. NATIONS UNIES. *World Social Report 2023 : Leaving No One Behind in an Ageing World*, [Fichier PDF], Nations Unies, 2023, 162 p. [https://doi.org/10.18356/9789210019682].

OBSERVATOIRE QUÉBECOIS DE LA PROCHE AIDANCE. *Accueil*, [En ligne], 2026, [https://observatoireprocheaidance.ca] (Consulté le 1er avril 2026).

OBSERVATOIRE QUÉBÉCOIS DE LA PROCHE AIDANCE. *Fiche synthèse : Soutien financier aux personnes proches aidantes*, [En ligne], 2022. [https://observatoireprocheaidance.ca/repertoire-des-connaissances/fiche-synthese-soutien-financier-aux-personnes-proches-aidantes/] (Consulté le 1er avril 2026).

OBSERVATOIRE QUÉBÉCOIS DE LA PROCHE AIDANCE. *Infographie interactive : Trajectoire des parents personnes proches aidantes d'enfants autistes*, [En ligne], 2024. [https://observatoireprocheaidance.ca/repertoire-des-connaissances/infographie-interactive-trajectoire-des-parents-personnes-proches-aidantes-denfants-autistes/] (Consulté le 1er avril 2026).

OBSERVATOIRE QUÉBÉCOIS DE LA PROCHE AIDANCE. *Infographie interactive : Trajectoire des jeunes personnes proches aidantes*, [En ligne], 2024. [https://observatoireprocheaidance.ca/repertoire-des-connaissances/infographie-interactive-trajectoire-des-jeunes-personnes-proches-aidantes-2/] (Consulté le 1er avril 2026).

OBSERVATOIRE QUÉBÉCOIS DE LA PROCHE AIDANCE. *Infographie interactive : Trajectoire des personnes proches aidantes en oncologie*, [En ligne], 2025. [https://observatoireprocheaidance.ca/repertoire-des-connaissances/infographie-interactive-trajectoire-des-personnes-proches-aidantes-en-oncologie/](Consulté le 1er avril 2026).

OBSERVATOIRE QUÉBÉCOIS DE LA PROCHE AIDANCE. *Rapport des activités 2020-2022*, 2022, 20 p. [Rapport de l'Observatoire québécois de la proche aidance en partenariat avec le Gouvernement du Québec].

OBSERVATOIRE QUÉBÉCOIS DE LA PROCHE AIDANCE. *Rapport des activités 2022-2023*, 2023, 22 p. [Rapport de l'Observatoire québécois de la proche aidance en partenariat avec le Gouvernement du Québec].

OBSERVATOIRE QUÉBÉCOIS DE LA PROCHE AIDANCE. *Rapport des activités 2023-2024*, 2024, 16 p. [Rapport de l'Observatoire québécois de la proche aidance en partenariat avec le Gouvernement du Québec].

OBSERVATOIRE QUÉBÉCOIS DE LA PROCHE AIDANCE. *Rapport des activités 2024-2025*, 2025, 17 p. [Rapport de l'Observatoire québécois de la proche aidance en partenariat avec le Gouvernement du Québec].

ORDRE DES PSYCHOLOGUES. *Le projet Au fil du temps*, [En ligne], 2026. [https://www.ordrepsy.qc.ca/web/au-fil-du-temps/le-projet-au-fil-du-temps](Consulté le 1er avril 2026).

ORGANISATION DE COOPÉRATION ET DE DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUES. *Supporting Informal Carers of Older People : Documents de travail sur la santé de l'OCDE, n°140*, [Fichier PDF], OCDE, 2022, 74 p. [https://www.oecd.org/content/dam/oecd/en/publications/reports/2022/05/supporting-informal-carers-of-older-people_447892d0/0f0c0d52-en.pdf].

ORGANISATION DE COOPÉRATION ET DE DÉVELOPPEMENT ÉCONOMIQUES. *Panorama de la santé 2023 : Aidants informels*, [Fichier PDF], OCDE, 2023, 234 p. [https://www.oecd.org/fr/publications/panorama-de-la-sante-2023_5108d4c7-fr/full-report/informal-carers_d9627891.html].

QUÉBEC. INSTITUT DE RECHERCHE EN ÉCONOMIE CONTEMPORAINE (IRÉC). *Le Bulletin de la retraite No 59 : La proche aidance et les politiques publiques*, [Fichier PDF], IRÉC, 2024, 8 p. [https://irec.quebec/publications/bulletins-retraite/le-bulletin-de-la-retraite-no-59-2024-la-proche-aidance-et-les-politiques-publiques].

QUÉBEC. *Loi sur la gouvernance du système de santé et de services sociaux*, RLRQ, chapitre G-1.021, à jour le 11 décembre 2025, [Québec], Éditeur officiel du Québec, 2023, [https://www.legisquebec.gouv.qc.ca/fr/document/lc/G-1.021#se:82].

QUÉBEC. *Loi sur les normes du travail*, RLRQ, chapitre N-1.1, à jour au 11 décembre 2025, [Québec], Éditeur officiel du Québec, 1979, [https://www.legisquebec.gouv.qc.ca/fr/document/lc/N-1.1?langCont=fr#ga:l_iv-gb:l_v_1-h1].

QUÉBEC. *Loi visant à reconnaître et à soutenir les personnes proches aidantes*, RLRQ, chapitre R-1.1, à jour au 11 décembre 2025, [Québec], Éditeur officiel du Québec, 2020, [https://www.legisquebec.gouv.qc.ca/fr/document/lc/R-1.1?langCont=fr].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Cadre de référence de l'approche intégrée de proximité pour les personnes aînées*, [Fichier PDF], ministère de la Santé et des Services sociaux, 2024, 66 p. [https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-003681/].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Cadre de référence : Allocation autonomie à domicile*, [Fichier PDF], ministère de la Santé et des Services sociaux, 2026, 30 p. [https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2025/25-704-09W.pdf].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Comité de partenaires concernés par le soutien aux personnes proches aidantes*, [En ligne], 2026. [https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/personne-proche-aidante/comite-partenaires-concernes-soutien-personnes-proches-aidantes](Consulté le 1er avril 2026).

QUÉBEC. SECRÉTARIAT AUX RELATIONS AVEC LES PREMIÈRES NATIONS ET LES INUIT. *Ensemble pour les prochaines générations : Plan d'action gouvernemental pour le mieux-être social et culturel des Premières Nations et des Inuit*, [Fichier PDF], Secrétariat aux relations avec les Premières Nations et les Inuit, 2022, 62 p. [https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/org/secretariat-premieres-nations-inuit/plans-rapport].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Journée nationale de concertation en proche aidance*, [En ligne], 2024. [https://msss.gouv.qc.ca/professionnels/proche-aidance/journee-nationale-concertation-proche-aidance/](Consulté le 1er avril 2026).

QUÉBEC. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *La santé et ses déterminants : Mieux comprendre pour mieux agir*, [Fichier PDF], ministère de la Santé et des Services sociaux, 2012, 26 p. [https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2011/11-202-06.pdf].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *La sécurisation culturelle en santé et en services sociaux : Vers des soins et des services culturellement sécurisants pour les Premières Nations et les Inuit* Édition Mars 2021, [Fichier PDF], ministère de la Santé et des Services sociaux, 2021, 70 p. [https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2020/20-613-02W.pdf].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Orientations ministérielles sur la responsabilité d'un CLSC auprès de la population de son territoire – Mars 2026*, [Fichier PDF], ministère de la Santé et des Services sociaux, 2026, 47 p. [https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-003905/].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Plan d'action gouvernemental en prévention 2026-2031 : Unir nos forces pour mieux prévenir – Mai 2026*, [Fichier PDF], ministère de la Santé et des Services sociaux, 2026, 55 p. [https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document003999-/].

QUÉBEC, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Plan d'action 2024-2026 du Programme québécois de cancérologie : Les partenariats, gage de qualité en cancérologie*, [Fichier PDF], ministère de la Santé et des Services sociaux, 2024, 18 p. [https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2024/24-902-01W.pdf].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Plan d'action gouvernemental 2024-2029 : La fierté de vieillir*, [Fichier PDF], ministère de la Santé et des Services sociaux, 2024, 143 p. [https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2024/24-830-02W.pdf].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Plan d'action gouvernemental pour contrer la maltraitance envers les personnes aînées 2022-2027 : Reconnaître et agir ensemble*, [Fichier PDF], ministère de la Santé et des Services sociaux, 2022, 128 p. [https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2022/22-830-44W.pdf].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Plan d'action gouvernemental pour les personnes proches aidantes 2021-2026 : Reconnaître pour mieux soutenir*, [Fichier PDF], ministère de la Santé et des Services sociaux, 2021, 112 p. [https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2021/21-835-11W.pdf].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Plan d'action gouvernemental pour les personnes proches aidantes 2021-2026 : Bilan du plan d'action pour les personnes proches aidantes 2021-2026* [: rapport], [Québec], ministère de la Santé et des Services sociaux, 2025, 53 p. [Document interne].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Plan d'action interministériel en santé mentale 2022-2026 : S'unir pour un mieux-être collectif – Version synthèse*, [Fichier PDF], ministère de la Santé et des Services sociaux, 2022. 38 p. [https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2021/21-914-15W.pdf].

QUÉBEC, MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Plan d'action pour l'hébergement de longue durée 2021-2026 : Pour le mieux-être des personnes hébergées*, [Fichier PDF], ministère de la Santé et des Services sociaux, 2022, 70 p. [https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2022/22-814-01F.pdf].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Plan d'action québécois sur la maladie d'Alzheimer et les autres troubles neurocognitifs 2025-2030 : Des actions concrètes et novatrices pour aujourd'hui et demain*, [Fichier PDF], ministère de la Santé et des Services sociaux, 2025, 50 p. [https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2025/25-829-03W.pdf].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Plan stratégique 2023-2027*, [Fichier PDF], ministère de la Santé et des Services sociaux, 2023, 36 p. [https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/min/sante-services-sociaux/publications-adm/plan-strategique/PL_23-717-01W_MSSS.pdf].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Politique gouvernementale sur les soins et services de première ligne*, [Fichier PDF], ministère de la Santé et des Services sociaux, 2026, 95 p. [https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-003993/].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Politique nationale de soutien à domicile : Mieux chez soi*, [Fichier PDF], ministère de la Santé et des Services sociaux, 2026, 64 p. [https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2025/25-704-07W.pdf].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Politique nationale pour les personnes proches aidantes : Reconnaître et soutenir dans le respect des volontés et des capacités d'engagement*, [Fichier PDF], ministère de la Santé et des Services sociaux, 2021, 84 p. [https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2021/21-835-01W.pdf].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Rapport d'activités du Plan d'action gouvernemental pour les personnes proches aidantes 2021-2026 : Activités réalisées d'octobre 2021 à mars 2023 et perspectives 2023-2024*, [Fichier PDF], ministère de la Santé et des Services sociaux, 2023, 68 p. [https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2023/23-835-05W.pdf].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Rapport d'activités du Plan d'action gouvernemental pour les personnes proches aidantes 2021-2026 : Activités réalisées d'avril 2023 à mars 2024 et perspectives 2024-2025*, [Fichier PDF], ministère de la Santé et des Services sociaux, 2025, 73 p. [https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2024/24-835-10W.pdf].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Rapport d'activités du Plan d'action gouvernemental pour les personnes proches aidantes 2021-2026 :Activités réalisées d'avril 2024 à mars 2025 et perspectives 2026-2025*, [Fichier PDF], ministère de la Santé et des Services sociaux, 2026, 63 p. [https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2025/25-835-07W.pdf].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Reconnaître les personnes proches aidantes comme partenaires pour mieux les soutenir : Cadre de référence pour le réseau de la santé et des services sociaux*, [Fichier PDF], ministère de la Santé et des Services sociaux, 2024, 70 p. [https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2023/23-835-17W.pdf].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX. *Stratégie nationale de prévention en santé 2025-2035 : La prévention, c'est la santé*, [Fichier PDF], ministère de la Santé et des Services sociaux, 2026, 81 p. [https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2025/25-297-04W.pdf].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE L'ÉDUCATION. *Plan stratégique 2023-2027*, [Fichier PDF], ministère de l'éducation, 2023, 50 p. [https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/min/education/publications-adm/plan-strategique/plan-strategique-MEQ-2023-2027.pdf].

QUÉBEC. MINISTÈRE DE L'ENSEIGNEMENT SUPÉRIEUR. *Plan d'action sur la santé mentale étudiante en enseignement supérieur, [Fichier PDF], ministère de l'Enseignement supérieur*, 2021, 80 p. [https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/min/education/publications-adm/enseignement-superieur/PASME.pdf].

QUÉBEC. MINISTÈRE DES FINANCES. *Dépenses fiscales 2025 : Crédit d'impôt remboursable pour les personnes aidantes*, [En ligne], ministère des Finances du Québec, 2025. [https://www.budget.finances.gouv.qc.ca/budget/outils/depenses-fiscales/fiches/fiche-110102.asp](Consulté le 1er avril 2026).

QUÉBEC. SECRÉTARIAT À LA CONDITION FÉMININE. *Stratégie gouvernementale pour l'égalité entre les femmes et les hommes 2022-2027*, [Fichier PDF], Secrétariat à la condition féminine, 2022, 84 p. [https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/org/SCF/publications/plans-strategiques/Strategie-egalite-2022-2027.pdf].

QUÉBEC. SECRÉTARIAT À LA JEUNESSE. *Plan d'action jeunesse 2025-2030 : Construire aujourd'hui le Québec de demain*, [Fichier PDF], Secrétariat à la jeunesse, 2025, 87 p. [https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/min/economie/saj/publications-adm/PL-action-jeunesse-2025-2030.pdf].

RÉFÉRENCE AIDANCE QUÉBEC. *Accueil*, [En ligne], 2026. [https://referenceaidancequebec.ca](Consulté le 1er avril 2026).

REVENU QUÉBEC. *Crédit d'impôt pour personne aidante*, [En ligne], 2025. [https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/credit-dimpot-pour-personne-aidante/](Consulté le 1er avril 2026).

SOCIÉTÉ ALZHEIMER. *Accueil*, [En ligne], 2026. [https://alzheimer.ca/federationquebecoise/fr](Consulté le 1er avril 2026).

TORONTO. CANADIAN CENTRE FOR CAREGIVING EXCELLENCE. *Caring in Canada : Survey insights from caregivers and care providers across Canada – Executive Summary*, [Fichier PDF], Canadian Centre for Caregiving Excellence, 2024, 7 p. [https://canadiancaregiving.org/wp-content/uploads/2024/04/CCCE_Caring-in-Canada_Executive-Summary.pdf].

VILLATTE, Aude et Rima HABIB. *Comment repérer et soutenir les jeunes qui prennent soin des leurs ?*, [Fichier PDF], lapproche, 2022, 24 p. [https://lapproche.uqo.ca/wp-content/uploads/2025/01/ESPQ-Lapproche-presentation-29-janvier-2025_VF.pdf

Santé
et Services sociaux
Québec

26-835-03W