

Gen *plizyè resous* ki egziste *pou ede w*

Personne proche aidante Gouvernement du Québec
| Fanmi ak sipò pou moun kap bay èd nan swen

Proche aidance Québec | Òganizasyon k ap ede moun k ap bay èd nan swen yo e ki ofri anpil zouti sou sa

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS) du Centre Ouest-de-l'Île-de-Montréal | Sèvis yo disponib an fransè ak anglè
ciusscentreouest.ca/programmes-et-services/personnes-proches-aidantes/

L'Appui pour les proches aidants | Òganizasyon pou ekout, enfòmasyon ak referans pou asiste moun kap bay èd nan swen yo
Chak jou soti 8 a.m. a 8 p.m.
infoaidant@lappui.org
1 855 852-7784

Info-Santé/Info-Social 811 | Sèvis konsiltasyon telefòn gratis e konfidansyèl nan ka yon pwoblèm sante oswa sikososal, Sèvis 24/7

Aprann plis sou èd wap bay

Institut Universitaire SHERPA | Imigrasyon, Divèsite ak Sante
sherpa-recherche.com/fr/expertise/proche-aidance/

Observatoire québécois de la proche aidance | Anpil konesans sou moun k ap bay èd nan swen
observatoireprocheaidance.ca/

Centre de recherche et d'expertise en gérontologie sociale (CRÉGÉS) | Zòn ekspètiz pou moun k ap bay èd nan swen
creges.ca/proche-aidance/

Lòt resous enpòtan

Alliance des commuautés culturelles pour l'égalité dans la santé et les services sociaux (ACCÉSSS) | Pwomosyon ak pataj konesans nan sèvis lasante ak sèvis sosyal e ki pran an kont divèsite kiltirèl
access.net
accesss@accesss.net
Telefòn 514-287-1106

Community health social services network (CHSSN)
| Gwoup òganizasyon k ap travay ak kominote ki pale anglè yo e yo ede yo jwenn aksè nan sèvis sante
chssn.org

Sèvis Entèprèt, Asistans ak Referans Imigran (SIARI) | Òganis kap soutni moun nan entegrasyon sosyal, kiltirèl ak nan lang yo
siari.org

Réseau avant de craquer | Òganizasyon kominotè k ap travay nan sante mantal
avantdecraquer.com
1.855-CRAQUER (272-7837)
info@capsantementale.ca

Éducaloi-Proches aidants | Referans nan edikasyon ak zafè legal
educaloi.qc.ca/dossier/proches-aidants/

Biblio-Santé-Proches aidants | Enfòmasyon sou sante pou moun kap bay èd nan swen yo
bibliosante.ca/fr/information_sante/proches-aidants.php

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal

Québec



Èske w se yon moun k ap bay èd nan swen?

Dekouvri resous ki adapte ak sitiyasyon ou



Èske w se yon moun *k ap bay èd nan swen* san w pa konnen sa?

Wap bay sipò a...

youn oswa plizyè manm nan lantouraj ou (paran, pitit, zanmi, vwazen, elatriye) ki gen yon andikap tanporè oswa pèmanan ki fizik, sikolojik oswa sikososyal, kèlkeswa laj yo oswa kote yap viv. Se yon moun tou w ka gen lyen fanmi avèk li oubyen ou pa gen lyen fanmi avèk li.

Ou se yon moun kap bay èd nan swen!

Ou ka bay sipò sa a...

Tout tan oswa detanzantan Pandan yon ti tan oswa pandan lontan Ou bay sipò sa a tou san w pa bezwen yon pwofesyonèl nan sante Ou santi w lib e libè pou w bay sipò sa a nan objektif pou w ankouraje moun wap ede a amelyore kalite lavi li

Ou se yon moun kap bay èd nan swen!



Sipò ou bay la pran *youn oswa plizyè fòm sa yo*

- Akonpaye moun wap ede a nan sa lap fè
- Asiste li nan swen pèsònèl li
- Kowòdone swen ak sèvis medikal pou li
- Ede li nan pwosedi administratif yo
- Tradwi pou li
- Fè menaj nan kay li pou li
- Sipòte l emosyonèlman e sosyalman
- Ede li nan transpò

Kòm yon moun k ap bay swen, ou ka fè eksperyans efè sa yo:

- Lapenn
- Kòlè
- Fatig
- Enkyete
- Chimerik
- Fèmen tèt ou yon kote apa
- Abi
- Ensekirite finansye
- Anreta ak absans nan travay oswa lekòl
- Kite lekòl
- Twop travay



Kòm yon moun k ap bay èd nan swen, *ou ka gen bezwen sa yo*

- o Pran yon ti poz pou w ka rale yon ti souf epi jwenn moun pou gade pitit w
- o Sipò sikolojik
- o Sipò sosyal
- o Sipò lajan ak materyèl
- o Sipò pou travay nan kay w gen pou w fè chak jou
- o Enfòmasyon ak fòmasyon
- o Fleksibilite nan travay w ak lekòl w
- o Sèvis nan lang w e selon kilti w

