

# JOURNÉE NATIONALE des PROCHES AIDANTS

RECONNAÎTRE L'APPORT DES AIDANTS CANADIENS

Voici comment le public et les organisations peuvent donner du temps aux proches aidants

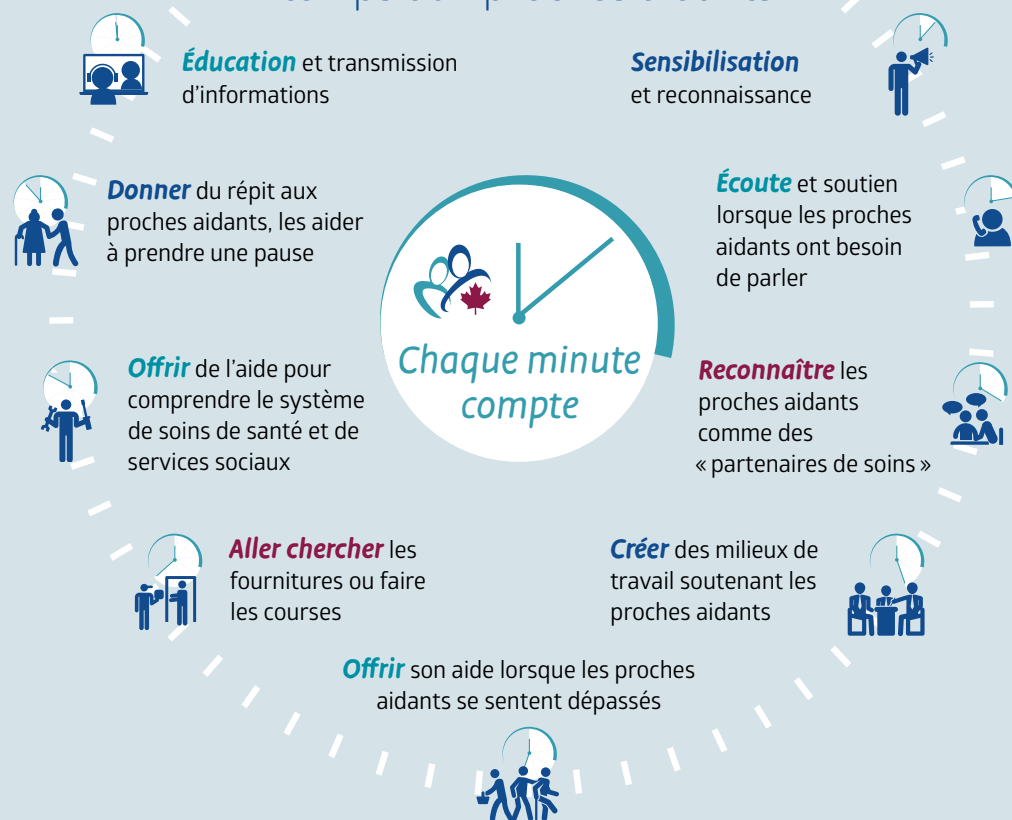
**8 millions de Canadiens** offrent des soins gratuitement afin de soutenir une personne ayant un problème de santé de longue durée, une incapacité physique ou mentale, ou des difficultés liées au vieillissement. Prendre soin des autres peut être extrêmement valorisant, mais cela peut aussi être épuisant sur le plan physique, émotionnel, social et financier. En fait, 21% des proches aidants passent 20 heures ou plus par semaines à assumer diverses responsabilités, de l'aide aux activités quotidiennes aux soins médicaux complexes.

**Chaque minute compte** met de l'avant l'importance des proches aidants pour les Canadiens. Participez à la Journée nationale des proches aidants et affichez le temps que vous donnez aux aidants naturels parce qu'ils et elles sont importantes.

Aidez-nous à ajouter 100 000 minutes au chronomètre global en affichant le temps que vous accordez aux proches aidants.



- 1 Prenez un engagement en minutes sur [carerscanada.ca](http://carerscanada.ca)
- 2 Partagez votre engagement



*Que ce soit pour 5 minutes, une heure ou des jours entiers, montrez-leur qu'ils sont importants pour vous.*