

L'aider à préparer les repas

Passer du temps de qualité avec lui

Effectuer l'entretien de la maison



**Si l'un de vos proches soutient une personne** une fois par mois, une fois par semaine ou chaque jour, **il est une personne proche aidante.**

Les personnes proches aidantes,  
elles sont plus qu'on pense.

[Québec.ca/PersonneProcheAidante](https://quebec.ca/PersonneProcheAidante)