

Casi **una de cada cuatro** personas en Quebec es una persona cuidadora

El **57%** de las personas cuidadoras también tienen un empleo

El **50%** de las personas cuidadoras deben ausentarse del trabajo en promedio de 8 a 9 días al año



El 35% de las personas cuidadoras no se reconocen como tal
¿Y USTED?

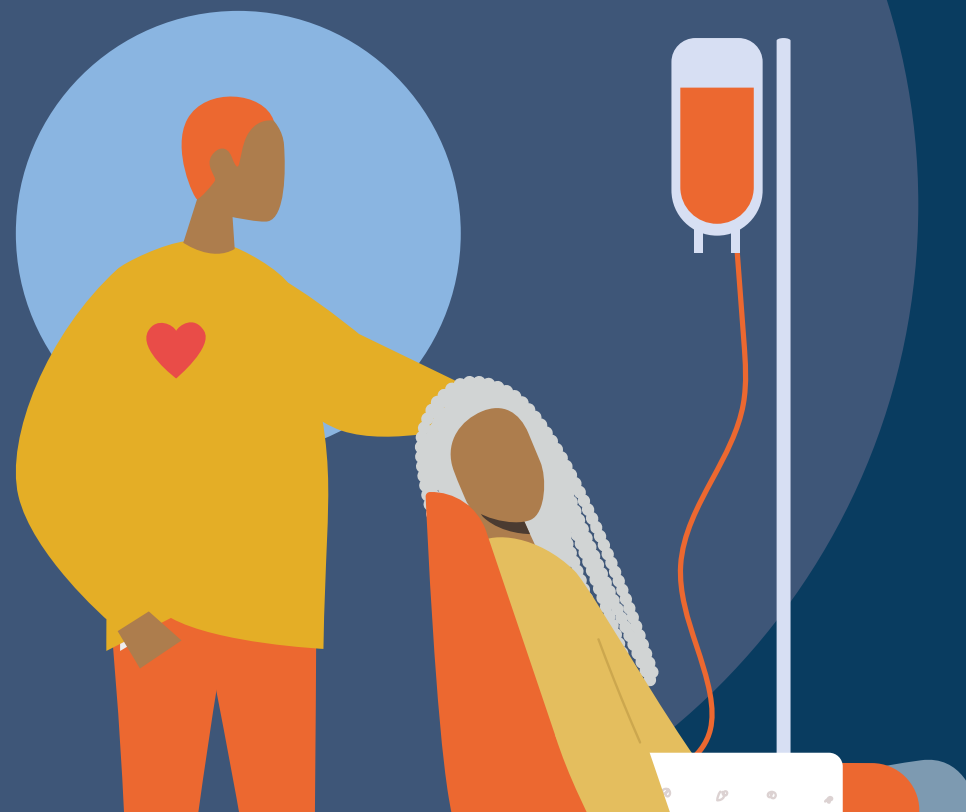
Encuentre una organización cercana a su localidad

Consulte el directorio interactivo:
www.procheaidance.quebec/organismes-soutien/

Llame a Info-aidant, Servicio profesional de escucha, información y referencias

Teléfono: 1 855 852-7784

Correo electrónico: info-aidant@lappui.org



Para consultar todos los recursos mencionados en este folleto informativo, use el código QR o consulte:
www.caregiverwork.ca/resources/



www.caregiverwork.ca



www.procheaidance.quebec

Usted es una persona cuidadora si:

Apoya, en un ámbito no profesional, a otra persona que vive con una discapacidad física o psicológica, ya sea temporal o permanente.



A través de cuidados médicos y personales, transporte, tareas domésticas, apoyo emocional o coordinación de servicios.



Para mejorar o mantener la calidad de vida y/o favorecer la recuperación de su ser querido.



Con impactos potenciales en su salud, sus finanzas y todas sus responsabilidades.



Solicite apoyo a una organización cerca de usted

- Talleres de formación sobre el cuidado de familiares y personas cercanas
- Servicio de acompañamiento en trámites administrativos
- Servicio de apoyo a la familia en caso de licencia laboral
- Acompañamiento psicosocial individual y grupal
- Apoyo en las actividades de la vida diaria

* La información contenida en este folleto es la vigente en febrero de 2025. Puede cambiar en cualquier momento (p. ej. monto al que puede tener derecho).

Realidades en el empleo



Rania,
profesora, acompaña a su hermano pequeño con una discapacidad a sus citas médicas



Vincent,
estimador en construcción, cuida a su hija de 14 años con una discapacidad intelectual



Monica,
cajera, cuida a su padre que padece la enfermedad de Alzheimer y vive en un centro de atención a largo plazo (CHSLD)



Acceda a ayudas financieras

- **Para un/a adulto/a:** 15 semanas de prestaciones
- **Para un/a niño/a:** 35 semanas de prestaciones
- **Prestaciones de compasión para una persona en fase terminal:** 26 semanas
- **Ayuda financiera:** hasta el 55% del salario, con un máximo de \$695/semana (Seguro de empleo Canadá)
- **Duración:** continua o no, durante 52 semanas
- **Compartir:** pueden ser compartidas por varias personas cuidadoras elegibles

Elegibilidad:

- Al menos 600 horas de empleo asegurado en las últimas 52 semanas
- Mostrar una prueba de que sus ingresos semanales regulares disminuyeron más del 40% durante al menos una semana debido a una licencia para cuidar a un miembro de la familia gravemente enfermo o herido, o que requiere cuidados paliativos
- Trabajadores/as autónomos/as: haber firmado un acuerdo con la Comisión de Seguro de Empleo de Canadá (CAEC) activo durante al menos 12 meses antes de la solicitud

Para saber más:

www.canada.ca/en/services/benefits/ei/caregiving

Canada 

Existen apoyos para conciliar su realidad de cuidador/a y trabajo

Acceda a:



Licencias previstas por la ley para permitirle ausentarse de su trabajo y cumplir con sus responsabilidades como cuidador/a.



Ayuda financiera, llamada prestación, para compensar la falta de ingresos durante el acompañamiento prolongado de un ser querido.



Adaptaciones en su lugar de trabajo que faciliten la conciliación de sus responsabilidades como cuidador/a y su trabajo.



Apoyo psicosocial y acompañamiento por parte de organizaciones comunitarias locales.





Acceda a los permisos previstos por las leyes quebequenses

- 2 días de permiso remunerado
- 8 días de permiso no remunerado
- Ausencia sin salario:
 - Hasta 16 semanas para un adulto gravemente enfermo o herido
 - Hasta 35 semanas para un niño
 - Hasta 27 semanas para un adulto en fase terminal
 - Hasta 104 semanas en caso de fallecimiento de un niño menor de edad
- 5 días de permiso (2 remunerados) en caso de fallecimiento de un familiar cercano
- 1 día de ausencia en caso de fallecimiento de un familiar lejano

Solicite ahora un certificado de cuidador/a firmado por un/a profesional de la salud.

Para saber más:

Comisión de Normas, Equidad, Salud y Seguridad en el Trabajo (CNESST):
www.cnesst.gouv.qc.ca/en/working-conditions/special-status/natural-caregivers

Québec 

Si trabajas para una **empresa regulada por el gobierno federal o para el servicio público federal**, puedes acceder a la licencia en virtud del Código Laboral de Canadá.

Para saber más:

Normas laborales federales:
www.canada.ca/en/services/jobs/workplace/federal-labour-standards/vacations-holidays

Canada 



Acceda a adaptaciones en su lugar de trabajo

Prestar atención a sus necesidades de conciliación puede beneficiar a todos los empleados y convertirse en una ventaja distintiva para su organización.

- Infórmese sobre las políticas de condiciones laborales, los programas de asistencia al personal y de conciliación familia-trabajo.*
- Inicie una conversación con su empleador/a sobre su situación para explorar juntos las adaptaciones posibles que puedan responder a sus necesidades específicas, manteniendo al mismo tiempo la productividad y mejorando la calidad del ambiente laboral de la organización.**

* Ejemplos de adaptaciones: horarios flexibles, teletrabajo, reducciones voluntarias de tiempo de trabajo, diversificación de permisos (con o sin salario, banco de permisos de emergencia), adelanto de fondos y fondos de asistencia.

** Su empleador/a puede recibir un acompañamiento en este proceso por los servicios especializados de Concilivi para favorecer la conciliación de todo el personal en el lugar de trabajo: www.concilivi.com/fr/conciliation-procheaidance-travail-accueil (francés)

 **CONCILIVI**
Expertise famille-travail

