

## **Vous accompagnez un proche**

**enfant handicapé, sœur atteinte de troubles psychiques,  
conjoint malade, parent placé en institution ...**



**Vous êtes alors un **PROCHE AIDANT** !**

**Participez donc aux GROUPES D'ENTRAIDE**

**qui vous apporteront soutien et partage.**

**UN PLUS  
POUR TOUS !**

**Information :** Département Action Communautaire,  
Rue du Temple 19, 2800 Delémont. Tél. 032 423 55 37

## Quoi ?

En permettant à chacun-e d'exprimer et d'échanger sur son expérience de proche aidant-e, le groupe de parole aide à mieux vivre sa réalité. Le lien entre personnes concernées aide à mobiliser les ressources et compétences de chacun-e pour trouver des solutions et améliorer la qualité de vie. La dynamique interne de chaque personne s'en voit renforcée.

## Quand ?

Les séances ont lieu de 14h à 16h aux dates suivantes:

- Mardi 20 mai
- Jeudi 28 août
- Jeudi 30 octobre
- Mardi 24 juin
- Mercredi 24 septembre\*
- Mardi 25 novembre \*
- Lundi 15 décembre

\* *Séances thématiques*

## Où ?

A Caritas Jura, bâtiment du Pont de la Maltière à Delémont, entrée par LARC ( Lieu d'accueil et de rencontre ).

## Comment ?

Sans inscription. Les rencontres sont gratuites. Elles peuvent être suivies de manière ponctuelle ou régulière. Elles sont animées par des professionnels assurant un cadre de confidentialité.

Des groupes de parole spécifiques sont proposés par les associations **Cérébral Jura** ( tél. 032 422 66 55 ) et **Alzheimer** ( tél. 032 422 20 64 ).



Promotion de la santé | Prévention | Développement durable

