

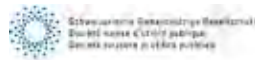


 **proches aidants jura**  
ressource naturelle inestimable...mais parfois tarissable

# Proches aidants - où s'adresser?


**MIGROS**  
pour-cent culturel

Avec le soutien de la  
 Loterie Romande



  
Fondation 2

**JURA** CH  
RÉPUBLIQUE ET CANTON DU JURA

 Promotion Santé  
Suisse

Ce document donne la possibilité à chaque association/ institution de présenter ses prestations mises en œuvre dans le cadre du programme "proches aidants Jura". L'objectif principal de cette brochure est de permettre aux professionnels d'orienter rapidement les proches aidants selon leurs besoins. La brochure peut également être utile directement aux personnes aidantes qui cherchent des informations.

## DÉFINITION DU PROCHE AIDANT

*«La personne proche aidante prend soin et vient en aide à quelqu'un de son entourage ayant besoin d'une assistance pour les gestes de la vie quotidienne. La relation entre l'aidant-e et l'aidé-e est solidaire et non-professionnelle. Elle est la plupart du temps caractérisée par un lien affectif et par la proximité géographique. L'aide apportée, qu'elle le soit par défaut ou par choix, est régulière et s'inscrit dans la durée.»*

Le **30 octobre** marque la Journée romande des proches aidants, l'occasion de saluer l'engagement des proches aidants et de souligner leur contribution en faveur des personnes de leur entourage atteintes dans leur santé ou leur autonomie.

## DIFFICULTÉS SOUVENT RENCONTRÉES PAR LES PROCHE AIDANTS

- Deuils et acceptation (projets de vie, rôle social, décès, etc.)
- Épuisement et détérioration de la santé (physique et psychique)
- Manque de reconnaissance (entourage, professionnels, société)
- Incompréhensions et conflits (proche aidé, entourage, bénévoles, professionnels)
- Manque de connaissances (problématique de l'aidé, prestations)
- Sentiments d'incompétence et culpabilité
- Isolement et solitude
- Devoir de disponibilité continuelle
- Manque à gagner financier

## BESOINS PRINCIPAUX DES PROCHE AIDANTS

La qualité de l'accueil, de l'écoute des besoins et de l'accompagnement vers les éventuelles réponses et solutions disponibles est essentielle. En effet, en premier lieu, la personne en demande d'aide a besoin d'être entendue dans son besoin et reconstruite dans son rôle.

- écoute
- orientation
- information
- échange entre pairs
- relève à domicile
- relais



Plus d'informations sur le programme: <http://www.jura.ch/DSA/SSA/Prevention-et-promotion-de-la-sante/Proches-aidants.html>  
Pour des informations sur les projets en cours, contactez le Service de la santé publique au [secre.ssa@jura.ch](mailto:secre.ssa@jura.ch) ou 032 420 51 20

## Association Cerebral Jura

### Association Cerebral Jura

Secrétariat  
Rue des Moulins 12  
2800 Delémont  
032 422 66 55

[www.association-cerebral.ch](http://www.association-cerebral.ch)  
[info.ju@association-cerebral.ch](mailto:info.ju@association-cerebral.ch)

Renseignements  
et conseils

Groupe de  
parents

Service de relève

L'Association offre des renseignements et conseils pour toutes les questions liées à l'infirmité motrice cérébrale (IMC).

Assisté d'une assistante sociale formée en travail social de groupe qui anime les discussions, un groupe de parents d'enfants handicapés moteur cérébral se réunit environ une fois par mois pour aborder diverses thématiques en lien avec la maladie de leur enfant.

SOS-Relève est un réseau de volontaires, bénévoles ou salariés, prêts à prendre en charge ou à accompagner des enfants ou adultes handicapés afin de soulager et aider les familles concernées par le handicap.

## Association A3 Jura

### A3 Jura

Case postale 133  
2854 Bassecourt  
077 438 66 22

[www.a-proche-toi-jura.ch](http://www.a-proche-toi-jura.ch)  
[www.a3jura.ch](http://www.a3jura.ch)  
[info@a3jura.ch](mailto:info@a3jura.ch)

Site internet

Entraide  
individuelle

Groupe  
d'entraide

Le site Internet [www.a-proche-toi-jura.ch](http://www.a-proche-toi-jura.ch) est un recueil d'adresses de proximité. Il contient également une vaste bibliographie permettant d'appréhender les différentes maladies psychiques ainsi qu'une rubrique spécifique de publications en lien avec la thématique des proches aidants.

A3 Jura organise, sur demande et gratuitement, des entretiens individuels. Ces entretiens avec un proche concerné et/ou un professionnel permettent d'accompagner le proche en détresse en lui fournissant des renseignements et des conseils.

Sur demande, un groupe d'entraide peut être organisé. Il regroupe des personnes confrontées à la réalité d'un proche touché par la maladie psychique. Parler de ses propres expériences avec d'autres personnes devant faire face à la même problématique permet souvent de mieux comprendre, accepter et supporter les difficultés quotidiennes.

# Pro Infirmis Jura

## Pro Infirmis Jura

Rue du Puits 6  
2800 Delémont  
032 421 98 50

[www.proinfirmis.ch/fr/offres-cantonales/jura](http://www.proinfirmis.ch/fr/offres-cantonales/jura)  
[jura@proinfirmis.ch](mailto:jura@proinfirmis.ch)

### Conseil social

Dans toutes les situations de handicap (physique, mental ou psychique), Pro Infirmis assure, donne conseil et soutien aux personnes, adultes et enfants, concernées et à leurs proches. Pro Infirmis encourage l'autonomie des personnes en situation de handicap. Elle intervient sur le plan personnel, administratif, juridique et financier.

### Accompagnement à domicile

Cette prestation propose aux personnes vivant à domicile un accompagnement individuel de 2h à 4h par semaine. Il porte sur les domaines suivants: ménage, finances, travail et organisation des loisirs.

### Relève à domicile

Elle permet aux proches aidants de réaliser des activités personnelles et de se ressourcer durant des temps de relève.

### Conseil spécialisé en assistance

Le conseiller soutient toutes les personnes qui souhaitent engager du personnel privé. Il les suit dans les démarches liées au rôle d'employeur qu'elles doivent prendre.

### Constructions sans obstacles

Le conseiller participe à la construction d'un monde sans obstacles architecturaux. Il offre des conseils et un suivi aux personnes en situation de handicap pour la transformation et l'adaptation de leur logement.

### Centre de formation continue

Les cours de Formation continue sont destinés aux personnes avec déficience intellectuelle et/ou difficultés d'apprentissage. Les participants bénéficient d'un encadrement permettant de vivre pleinement la vingtaine de cours proposés.

### Formation à l'Accompagnement-Relève

La Formation à la Relève (2 jours et demi de cours) apporte les bases, à toute personne intéressée, pour prendre le relais de proches aidants. La Formation longue à l'Accompagnement (8 jours / 7 soirées / stages) permet de postuler au service Accompagnement à domicile de Pro Infirmis.

## Caritas Jura

Rue du Temple 19  
2800 Delémont  
032 421 35 60

[www.caritas-jura.ch](http://www.caritas-jura.ch)  
[caritas.jura@caritas-jura.ch](mailto:caritas.jura@caritas-jura.ch)

### Groupes d'entraide "Proches aidants"

Les groupes de parole offrent aux proches aidants un espace favorisant l'échange d'expérience, l'écoute et la reconnaissance réciproque des difficultés vécues. Ils apportent un soutien psychologique important. Ils sont aussi ressources, dans la mesure où chacun-e peut puiser dans l'expertise acquise par les autres des possibilités d'intervention, de soutien ou de solutions par rapport aux problèmes rencontrés. Les espaces de parole proposés sont gratuits, sans inscription, animés par des professionnels. On peut y participer de manière ponctuelle ou régulière.

### Consultation et soutien

Caritas Jura (par son Département Consultation et Soutien) offre une écoute et un accompagnement professionnels dans divers domaines (soutien administratif, psychosocial, aide financière, consultation conjugale et familiale, médiation familiale, désendettement et/ou prévention des dettes). Les assistants sociaux, médiateurs et conseillers conjugaux accompagnent, soutiennent, conseillent et/ou orientent vers les lieux plus adaptés à la situation.

### Accompagnements et deuils

Différentes prestations sont offertes dans le cadre du secteur « Accompagnements et deuils » : les proches ou les soignants peuvent solliciter la présence de bénévoles formés à l'accompagnement de fin de vie et de longue durée et supervisés pour une présence et une écoute auprès de personnes lourdement atteintes dans leur santé (en hôpital, institution, à domicile). Un parcours (groupe de parole sur 8 séances) est aussi proposé pour les personnes qui traversent un deuil compliqué.

Des groupes de parole pour endeuillés ont été mis en place pour permettre le partage de cette expérience de vie douloureuse. Sur demande des proches ou des soignants, les bénévoles offrent présence et écoute auprès de personnes gravement malades et/ou en fin de vie dans les hôpitaux, les homes ou à domicile.

# Pro Senectute Arc Jurassien

## Pro Senectute Arc Jurassien

Rue du Puits 4  
2800 Delémont  
032 886 83 20

[www.arcjurassien.  
prosenectute.ch](http://www.arcjurassien.prosenectute.ch)  
[prosenectute.  
delemont@ne.ch](mailto:prosenectute.delemont@ne.ch)

### Consultation sociale

Le service de consultation sociale offre aux seniors ainsi qu'à leurs proches:

- des conseils pour toutes les questions liées à la vieillesse
- une évaluation de la situation personnalisée
- une orientation vers les services adéquats
- des renseignements et des conseils portant sur les assurances sociales, sur des questions juridiques ou financières
- des prestations en matière de soutien administratif et d'aide à la gestion
- des conseils pour le maintien à domicile
- des renseignements sur les services médico-sociaux existants

### Bénévoles accompagnants administratifs

Dans le cadre des prestations de maintien à domicile, un service de bénévoles accompagnants administratifs est mis à disposition. Une visite mensuelle à domicile permet d'aider le-la bénéficiaire dans la gestion de ses affaires administratives courantes.

### Visites à domicile

Des bénévoles formés permettent aux personnes qui ont à charge un proche de prendre un moment de répit dans la semaine.

### Repas à domicile

La livraison de repas à domicile permet d'apporter un soutien aux personnes qui éprouvent des difficultés à préparer elles-mêmes leur repas.

### Groupe d'en- traide Alzheimer

Les proches aidants, confrontés à des difficultés similaires au cours de la maladie, se retrouvent une fois par mois sous la direction d'un responsable de groupe expérimenté, pour échanger leurs expériences et conseils utiles. Les rencontres ont lieu une fois par mois et réunissent 5 à 10 proches de malades atteints d'Alzheimer ou d'une autre forme de démence qui vivent à la maison ou en institution.

### Portail d'infor- mation

Le site Internet [www.infosenior.ch](http://www.infosenior.ch) est un portail d'information donnant accès aux offres et prestations destinées aux seniors, par domaine de prestations ou par zone géographique.

## Fondation pour l'Aide et les Soins à domicile

### Fondation pour l'Aide et les Soins à domicile

Rue des Moulins 21  
2800 Delémont  
032 423 15 34

[www.fasd.ch](http://www.fasd.ch)  
[info@fasd.ch](mailto:info@fasd.ch)

#### Soins à domicile

Les soins à domicile sont dispensés sur prescription médicale et sont remboursés par l'assurance-maladie. Ils concernent :

- les soins de base (aide à la toilette, à l'habillage, à la mobilisation, prévention et soins de peau...);
- les contrôles de santé et la gestion des médicaments;
- les soins techniques tels que prises de sang, injections, perfusions ou pansements;
- les soins palliatifs et l'accompagnement de personnes en fin de vie;
- les conseils de santé et la coordination des soins.

#### Aide à domicile

L'aide à domicile consiste à apporter soutien et suppléance pour les activités de la vie quotidienne telles que faire le ménage, la lessive, les repas ou les courses.

#### Visites préventives et conseils pour le maintien à domicile

Les visites préventives s'adressent prioritairement aux proches aidants. Elles visent à conseiller et orienter sur les moyens auxiliaires disponibles, les mesures de prévention, la gestion du stress, les prestations d'assurances sociales ainsi que sur les possibilités de soutien et de décharge favorisant le maintien à domicile.

### Les services régionaux d'aide et de soins à domicile

#### Courrendlin-Val Terbi

032 435 58 65

#### Delémont et environs

032 423 26 94

#### Haut de la Vallée

032 426 86 84

#### Franches-Montagnes

032 420 78 50

#### Ajoie-Centre

032 466 59 18

#### Ajoie-Ouest

032 466 88 42

#### Trois Rivières

032 462 27 27

# Société suisse de sclérose en plaques

## Société suisse de sclérose en plaques

Rue du Simplon 3  
1006 Lausanne  
021 614 80 80  
Du lundi au jeudi de  
9h00 à 16h00  
Vendredi de 9h00 à  
12h30

**Infoline:**  
**0844 737 463**  
Du lundi au vendredi  
de 9h00 à 13h00

[info@sclerose-en-plaques.ch](mailto:info@sclerose-en-plaques.ch)  
[www.sclerose-en-plaques.ch](http://www.sclerose-en-plaques.ch)  
[www.sep-enfants.ch](http://www.sep-enfants.ch)

### Conseil et soutien aux proches et à toute la famille

Entretien personnalisé  
ou en groupe

Par une assistante  
sociale ou une  
infirmière

### Kinaesthetics: déplacer au lieu de soulever

La Société SEP offre renseignements et conseils pour toutes les questions en lien aux changements vécus et aux difficultés nouvelles:

- psychologiques
- physiques
- financières

Ce conseil personnalisé, neutre et gratuit peut être reçu seul ou en groupe **via l'Infoline SEP au 0844 737 463** - lors du Conseil social mobile à Delémont chaque 3<sup>e</sup> mardi du mois de 12h à 16h à LARC (Caritas).

Rendre les soins et les transferts plus simples et moins lourds en donnant une information pratique sur des techniques de mobilisation (Kinaesthetics). 2 x 2 heures de formation individuelle et pratique sont données par un instructeur en Kinaesthetics avec la personne atteinte à domicile, dans l'environnement familial.

### Groupe régional

« Les espiègles »  
Rencontres chaque  
3<sup>e</sup> mercredi du mois  
Lieu et activité selon  
programme établi.

### Séjours en groupe

### Cours, forma- tions et vacances

Organisé entre personnes vivant dans le canton, le Groupe régional « Les espiègles » permet de se retrouver entre proches et personnes atteintes et d'échanger des idées, de parler de la maladie, de partager ses problèmes, ses joies comme ses craintes et de participer à différentes activités de loisirs et d'information.

**Contacts : Infoline SEP 0844 737 463 ou  
[sepjura@gmail.com](mailto:sepjura@gmail.com)**

Des séjours en groupe sont organisés chaque année pour les personnes atteintes nécessitant beaucoup de soins et vivant à domicile. Les proches aidants se ressourceuront durant ces séjours.

Pour toute la famille, personne atteinte, proches aidants ou les enfants, la Société SEP offre: week-end, vacances sportives, camps pour enfants, formation aux soins de base, séances d'informations sur divers thèmes, rencontres entre proches .



## Croix Rouge Suisse

### Croix-Rouge Suisse

Canton du Jura  
Rue de l'Eglise 13  
2900 Porrentruy  
032 465 84 00

[www.croix-rouge-jura.ch](http://www.croix-rouge-jura.ch)  
[info@croix-rouge-jura.ch](mailto:info@croix-rouge-jura.ch)

#### Alarme à domicile

Le système d'alarme assure en permanence une prise en charge rapide en cas de problème.

#### Bénévolat

Les bénévoles fournissent de nombreux services aux personnes âgées, aux malades et aux personnes isolées (transports, visite à domicile aux Franches-Montagnes, Noël des Isolés à Porrentruy, action 2\*Noël).

#### Relève proches-aidants

Ce service permet au proche-aidant de souffler quelques heures tout en sachant qu'une auxiliaire de santé CRS prend en charge avec professionnalisme la personne atteinte dans sa santé ou dépendante.

#### Transport

Le service des transports s'adresse à des personnes à mobilité réduite, âgées, handicapées ou malades. Les chauffeurs bénévoles effectuent les déplacements chez les médecins, à l'hôpital ou dans les centres de soins partout en Suisse.

#### Service de baby-sitting

Ce service de baby-sitting s'adresse aux parents pour la garde de leurs jeunes enfants par des baby-sitters certifiés.

## Association jurassienne pour la coordination du bénévolat (AJCB)

### Association jurassienne pour la coordination du bénévolat

Rue du Puits 4  
2800 Delémont  
032 886 89 09

[ajcb@ne.ch](mailto:ajcb@ne.ch)  
[www.benevolat-ju.ch](http://www.benevolat-ju.ch)

#### Entretien d'orientation

L'AJCB est une association faîtière regroupant des associations/ institutions collaborant avec des bénévoles.

#### Aide aux associations

Elle vient en soutien au bénévolat du domaine «Santé-social», elle offre des entretiens d'orientation pour des personnes souhaitant faire du bénévolat, aide les associations souhaitant collaborer avec des bénévoles, aide au recrutement de bénévoles, organise des formations pour les bénévoles.

#### Formation des bénévoles

## Ligue jurassienne contre le cancer

### Ligue contre le cancer

Moulins 12  
2800 Delémont  
032 422 20 30

[www.liguecancer-ju.ch](http://www.liguecancer-ju.ch)  
[m.luchinger.ljc@bluewin.ch](mailto:m.luchinger.ljc@bluewin.ch)

**Soutiens psychosocial, administratif et financier**

**Groupes de soutien**

**Cours**

Par le biais de son service social, la LJC propose notamment les prestations suivantes à toute personne atteinte d'un cancer et à ses proches:

- Accompagnement psychosocial de soutien et de conseil
- Appui dans la gestion du quotidien (visites à domicile, aide pour les commissions, garde d'enfants, etc.)
- Aides aux démarches administratives
- Octroi d'aides financières en cas de difficulté

Les « cafés-rencontres » pour les femmes touchées par un cancer du sein.  
« Prostate-Jura » pour les hommes touchés par le cancer de la prostate.

AVAC – apprendre à vivre avec le cancer: un programme européen d'éducation et de soutien pour les personnes touchées par un cancer et leurs proches. Les rencontres sont organisées en collaboration avec l'Hôpital du Jura et sont animées par des professionnels.

Différents cours sont proposés aux personnes touchées par un cancer et à leurs proches.

## Ligue pulmonaire

### Ligue pulmonaire

Place de l'Eglise 7  
2800 Delémont  
032 422 20 12

[www.liguepulmonaire.ch/fr/jura](http://www.liguepulmonaire.ch/fr/jura)  
[direction@liguepj.ch](mailto:direction@liguepj.ch)

**Conseils et accompagnement**

**Groupes d'entraide**

Notre personnel infirmier est à disposition des patients et de leurs proches pour fournir conseils et accompagnement dans les difficultés liées à une maladie pulmonaire et des voies respiratoires.

Ils s'adressent aux patients de la Ligue pulmonaire et à leurs proches dans le but d'échanger et de se soutenir mutuellement. Ces rencontres sont organisées par notre personnel infirmier qui anime les groupes, fournit des informations utiles et invite des spécialistes en fonction des thèmes abordés. Ces groupes se réunissent 2 à 3 fois par année.

## Epi-Suisse, Association Suisse de l'Épilepsie

Epi-Suisse,  
Association Suisse  
de l'épilepsie

Route du Vignoble 60  
1175 Lavigny  
021 821 46 55

[info@epi-suisseromande.ch](mailto:info@epi-suisseromande.ch)  
[www.epi-suisse.ch](http://www.epi-suisse.ch)

### Conseil

L'association offre information et conseil dans les domaines social et psychosocial aux adultes, adolescents et parents d'enfants épileptiques, aux proches, aux écoles et aux professionnels.

### Groupes d'entraide

Des groupes d'entraide pour adultes et pour parents d'enfants concernés par l'épilepsie sont soutenus par l'association, qui propose également un appui pour la création de nouveaux groupes.

Un groupe de parents est actif dans la région «Jura-Trois-Lacs » (4-6 réunions par an, généralement le samedi après-midi).

## Association Alzheimer Jura

Association  
Alzheimer,  
section Jura

Rue du Puits 4  
2800 Delémont  
032 886 83 35

[www.alz.ch/ju](http://www.alz.ch/ju)  
[bernard.babey@alz.ch](mailto:bernard.babey@alz.ch)

### Groupe d'entraide Alzheimer

Les proches aidants, confrontés à des difficultés similaires, se retrouvent pour échanger leurs expériences et puiser de nouvelles forces. Les rencontres ont lieu une fois par mois et réunissent une dizaine de personnes proches de malades Alzheimer ou d'une autre forme de démence qui vivent à la maison ou en institution. La participation est gratuite. Le groupe d'entraide est animé par deux professionnels spécialistes de ces maladies.

### Antenne téléphonique 032 886 83 35

Pour obtenir des informations et des conseils sur la thématique d'Alzheimer et des maladies apparentées, une antenne téléphonique est à disposition.

## Domaine de la Jardinerie

APPARTEMENTS PROTEGES

### Type d'institution

Appartements protégés.

### Type de personnes

Personnes ayant besoin d'assistance mais ne nécessitant pas un placement dans un établissement médico-social ou une unité de vie de psychogériatrie.

### Type de prestations

Les appartements protégés offrent des prestations paramédicales, thérapeutiques et de surveillance 24/24. Ils peuvent offrir des prestations hôtelières (ménage, lessive, repassage, etc.) et d'animation.

### Domaine

#### La Jardinerie

Chemin Bellevoie 3  
2800 Delémont  
032 476 25 00

[info@residencelajardinerie.ch](mailto:info@residencelajardinerie.ch)  
[www.residencelajardinerie.ch](http://www.residencelajardinerie.ch)

## Résidence L'Emeraude

APPARTEMENTS PROTEGES

### Type d'institution

Appartements protégés.

### Type de personnes

Personnes dès l'âge AVS dont l'état de santé nécessite un environnement adapté et sécurisé (système d'alarme), ainsi que des soins et/ou diverses prestations socio-hôtelières et thérapeutiques, mais ne nécessitant pas un placement dans un établissement médico-social ou une unité de vie de psychogériatrie.

### Type de prestations

Les appartements protégés offrent des prestations de surveillance 24/24, de soins, d'économie domestique (ménage, entretien du linge, courses, etc.), socio-hôtelières et d'animation. Diverses autres prestations peuvent être fournies sur demande (ex. transport).

### Résidence de l'Emeraude

Chemin  
des Barres 3  
2345 Les Breuleux  
032 954 18 07

[info@residence-eneraude.ch](mailto:info@residence-eneraude.ch)  
[www.residence-eneraude.ch](http://www.residence-eneraude.ch)

## Sur la Doux

CENTRE DE JOUR

### Type d'institution

Centre de jour.

### Type de personnes

Personnes en âge AVS vivant à domicile.

### Type de prestations

Accompagnement dans les activités de la vie quotidienne.

Animations et activités proposées en fonction des demandes et des attentes des personnes accueillies.

Maintien des liens sociaux.

Transport du domicile au centre de jour selon disponibilité.

### Horaires

Du lundi au vendredi de 9h00 à 17h00, sauf les jours fériés.

### Sur la Doux

Rue de l'Hôpital 56  
2800 Delémont  
032 421 57 22

Personne de contact: Ludwig Nicolas, animateur référent

[www.h-ju.ch/surladoux](http://www.h-ju.ch/surladoux)  
[surladoux@h-ju.ch](mailto:surladoux@h-ju.ch)

## Au Bois Husson

CENTRE DE JOUR

### Type d'institution

Centre de jour.

### Type de personnes

Personnes en âge AVS vivant à domicile.

### Type de prestations

Accompagnement dans les activités de la vie quotidienne.

Animations et activités proposées en fonction des possibilités et des besoins des personnes accueillies, tout en tenant compte de leurs souhaits.

Maintien des liens sociaux.

Transport du domicile au centre de jour selon disponibilité.

### Horaires

Du lundi au vendredi, de 9h00 à 17h00, sauf les jours fériés.

### Au Bois Husson

Chemin du Val 35  
2900 Porrentruy  
032 465 93 20

[info@auboishusson.ch](mailto:info@auboishusson.ch)  
[www.auboishusson.ch](http://www.auboishusson.ch)

# Centre de jour «La Valse du Temps»

CENTRE DE JOUR

# PINOS

CENTRE DE JOUR

## La Valse du Temps

Route des Rangiers 7  
2952 Cornol  
032 462 11 57

### Type d'institution

Centre de jour.

### Type de personnes

Personnes présentant des troubles importants de la mémoire type Alzheimer ou affections apparentées

### Type de prestations

Activités variées et ajustées en fonction des désirs et possibilités des hôtes.  
Maintien des liens sociaux.  
Partage d'un repas, moment privilégié de convivialité et d'échanges.  
Transport du domicile au centre de jour selon disponibilité.

### Durée d'accueil

Fréquentation du centre de un à trois jour/s par semaine au maximum.

### Horaires

Du lundi au vendredi, de 9h à 17h, sauf les jours fériés.

[www.lavalsedutemps.ch](http://www.lavalsedutemps.ch)  
[contact@lavalsedutemps.ch](mailto:contact@lavalsedutemps.ch)

## Association

### PINOS

Milieu du Village 55  
2923 Courtemaîche  
032 423 41 60

### Type d'institution

Centre de jour (accessible aux personnes à mobilité réduite) et accueil temporaire.

### Type de personnes

Personnes en situation de handicap mental et/ou psychique vivant chez leurs parents ou de manière autonome.

### Type de prestations

Centre de jour : participation à des activités et à des ateliers d'apprentissages diversifiés dans un environnement valorisant. Assimilation d'un rythme de vie. Valorisation du rôle social. Développement ou maintien des compétences pour une réinsertion sociale.

**Accueil temporaire:** Les personnes peuvent également être accueillies temporairement la nuit pour passer des moments en dehors de leur contexte de vie habituel ou pour soulager leur famille. En journée, elles bénéficient des mêmes activités que les résidents ou les personnes qui fréquentent en externes le Centre de jour. Le temps, tout comme les jours de présence sont souples afin de tenir compte des attentes et besoin des personnes concernées ainsi que de leur famille.

### Horaires

[direction@pinos.ch](mailto:direction@pinos.ch)  
[www.pinos.ch](http://www.pinos.ch)

## Centre de jour «Les Marguerites»

CENTRE DE JOUR

**HJU site**  
**Saignelégier**  
**Centre de jour**  
**Les Marguerites**  
Chemin des  
Marguerites 2  
2350 Saignelégier  
032 952 14 69  
079 864 58 07

### Type d'institution

Centre de jour.

### Type de personnes

Personnes en âge AVS vivant à domicile.

### Type de prestations

Accompagnement dans les activités de la vie quotidienne.

Animations et activités proposées en fonction des demandes et des attentes des personnes accueillies.

Maintien des liens sociaux.

Transport du domicile au centre de jour.

### Durée d'accueil

Fréquentation du centre de un à trois jour/s par semaine au maximum.

### Horaires

Du lundi au vendredi, de 9h30 à 17h00, sauf les jours fériés.

[www.foyerlesmarguerites.ch](http://www.foyerlesmarguerites.ch)  
[foyer.lesmarguerites@h-ju.ch](mailto:foyer.lesmarguerites@h-ju.ch)

## Au fil du Doubs

MAISON DE VACANCES

### Au fil du Doubs

Route du  
Clos-du-Doubs 15  
2882 Saint-Ursanne  
079 298 15 58

### Type d'institution

Maison de vacances.

### Type de personnes

Personnes handicapées de tout âge, tout type de handicap physique et handicap mental léger.

### Type de prestations

Aide aux gestes de la vie courante et activités variées (promenades, sorties culturelles, séances de Qi-Gong, massages, etc.)

### Durée d'accueil

Accueil de jour (horaires flexibles).

### Horaires

Accueil de plusieurs jours à quelques mois.  
Ouvert tous les jours de l'année.

[www.aufildudoubs.com](http://www.aufildudoubs.com)  
[aufildudoubs@gmail.com](mailto:aufildudoubs@gmail.com)

## H-JU Site de Saignelégier

ACCUEIL TEMPORAIRE

<b>Type d'institution</b>	Accueil temporaire (court-séjour ou vacances).
<b>Type de personnes</b>	Personnes en âge AVS, dépendantes, vivant à domicile.
<b>Type de prestations</b>	Prestations médico-sociales et hospitalières. Prestations de soins. Activités d'animations en fonction des possibilités et des besoins des personnes accueillies, tout en tenant compte de leurs souhaits.
<b>Durée d'accueil</b>	La durée du séjour peut être de 30 jours. Une demande de prolongation est possible.

### HJU site Saignelégier

Rue de l'Hôpital 11  
2350 Saignelégier  
032 952 15 05

Claude Humair  
Infirmier-chef  
coordinateur

[claud.humair@h-ju.ch](mailto:claud.humair@h-ju.ch)

## Foyer les Planchettes

ACCUEIL TEMPORAIRE

<b>Type d'institution</b>	Accueil temporaire (court-séjour ou vacances)
<b>Type de personnes</b>	Personnes en âge AVS, dépendantes, vivant à domicile.
<b>Type de prestations</b>	Prestations médico-sociales et hôtelières. Activités d'animations en fonction des possibilités et des besoins des personnes accueillies, tout en tenant compte de leurs souhaits.
<b>Durée d'accueil</b>	La durée du séjour peut s'étendre de 5 à 30 jours. Une demande de prolongation est possible.

### Foyer Les Planchettes

Les Planchettes 35  
2900 Porrentruy  
032 465 93 70

[www.foyerlesplanchettes.ch](http://www.foyerlesplanchettes.ch)  
[info@foyerlesplanchettes.ch](mailto:info@foyerlesplanchettes.ch)