

proches **aidants**

où s'adresser ?





Chères et chers proches aidant·e·s,

Vous consacrez de votre temps et vous vous occupez de façon intensive ou depuis longtemps d'une personne qui vous est proche (parent, enfant, voisin, autre) atteinte dans sa santé ou dans son autonomie.

Grâce à votre soutien, votre proche peut préserver un contact social avec son entourage et rester à domicile plus longtemps. En tant que proche aidant·e, vous vous occupez par exemple de la coordination et de l'organisation du quotidien, vous gérez l'administration et les finances ou vous donnez des soins.

Cette brochure est réalisée pour vous, afin de mieux vous renseigner sur le réseau de soutien existant dans le Jura. Elle présente les prestations des associations et institutions qui peuvent vous apporter une aide financière, un soutien, proposer des relèves, des groupes de paroles, de l'orientation ou de la formation.

**Plus d'informations sur le programme
PROCHES AIDANT·E·S JURA sur :**

www.jura.ch/prochesaidants



— “

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.

” —

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 et reconnue dans son rôle.

Besoins principaux des personnes proches aidantes

Difficultés souvent rencontrées par les proches aidant·e·s

- 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·e, entourage, bénévoles, professionnel·le·s)
- Manque de connaissances (problématique de l'aidé·e, prestations)
- Sentiments d'incompétence et culpabilité
- Isolement et solitude
- Devoir de disponibilité continue
- Manque à gagner financier

Reconnaissance des personnes proches aidantes

Le 30 octobre marque la Journée des proches aidant·e·s; l'occasion de saluer l'engagement des proches aidant·e·s et de souligner leur contribution en faveur des personnes de leur entourage atteintes dans leur santé ou leur autonomie.

- PRESTATIONS FINANCIÈRES
- LIEUX D'ACCUEIL DE JOUR
- GROUPES DE PAROLES, SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE
- SOUTIEN/RELÈVE À DOMICILE

- HÉBERGEMENT
- CONSEILS, INFORMATIONS, ORIENTATION
- FORMATION
- AUTRES PRESTATIONS



SOMMAIRE

Pour les
proches
aidant·es
de personnes
âgées

	Prestations financières	Lieu d'accueil de jour	Groupe de paroles, soutien psychologique	Soutien/ relève à domicile	Hébergement	Conseils, informations, orientation	Formation	Autres prestations
Addiction Jura	28	X	X		X			X
Cerebral-Jura	29		X	X	X	X		X
Alzheimer Jura	30					X		
Epi-Suisse	30		X					
Fragile-Jura	31		X	X		X		
Ligue jurassienne contre le cancer	32		X	X		X		X
Ligue pulmonaire	33		X			X		
Assoc. dév. soins palliatifs	33					X		
Société suisse de sclérose en plaques	34		X		X	X	X	X
La Valse du Temps	35/42	X				X	X	
Pinos	36	X			X	X		
Hôpital psychiatrique de jour	36	X						
Unité d'accueil psycho-éducative	37	X	X		X	X		X
Addiction Jura	38	X						
Les Ateliers protégés Jurassiens	38	X						
RIO	39				X	X		
Les Planchettes	39				X			
Pro Senectute Arc Jurassien	40	X		X		X	X	X
Accompagnement spirituel	41		X					X
Le Bois Husson	42	X						
Les Marguerites	42	X						
Part-Âge	42	X						
Sur la Doux	42	X						
La Valse du temps	42/35	X				X	X	

	Prestations financières	Lieu d'accueil de jour	Groupe de paroles, soutien psychologique	Soutien/relève à domicile	Hébergement	Conseils, information, orientation	Formation	Autres prestations
Pour toutes les personnes proches aidantes	Etablissement cantonal des assurances sociales	8	X					
	Caritas Jura	9		X		X		
	Croix-Rouge jurassienne	10						X
	Fondation pour aide et soins à domicile	11			X	X		
	Cesam Soins	12			X	X		
	SIANA24	13			X			
	NARD'ESSENCE	14			X	X		
	ESPAS	15			X	X		
	Inf. indépendantes	16			X			
	Fleur de vie	17			X			
Pour les proches aidant·es d'enfants	SERAINO	18			X			
	Les P'tites Visites	18			X			
	Info Entraide Suisse	19			X			
	Antenne Jura	19		X				
	Libre Accès	20		X		X		
	Soins pédiatriques à domicile	21			X			
	Service éducatif itinérant (SEI)	22			X			
	PAUSES	23			X			
	JUNORAH	24			X	X		
	insieme	24			X	X		X
Pour les proches aidant·es de personnes ayant des troubles (maladie ou handicap)	Pro Infirmis	25			X		X	
	A3 Jura	26		X		X		X
	Accompagnement infirmier spécialisé	27				X		
	Ana-Mia	27		X		X		X

ETABLISSEMENT CANTONAL DES ASSURANCES SOCIALES

Caisse de compensation
Caisse d'allocations familiales
Caisse de chômage
Office de l'assurance-invalidité

Pour toutes les personnes
proches aidantes

Rue Bel-Air 3
2350 Saignelégier
032 952 11 11
mail@ecasju.ch
www.ecasjura.ch

PRESTATIONS FINANCIÈRES

Suivant les situations, les prestations financières suivantes peuvent être demandées auprès de l'Etablissement cantonal des assurances sociales:

Assurance- invalidité

- **Allocation pour impotent AVS & AI:** Allocation versée à la personne assurée qui a besoin régulièrement d'autrui pour accomplir les actes ordinaires de la vie (se vêtir, se lever-s'asseoir-se coucher, manger, faire sa toilette, aller aux toilettes, se déplacer, établir des contacts avec l'entourage) ou de soins permanents, voire d'une surveillance personnelle permanente. Cette prestation peut servir d'indemnisation aux proches-aidant-e-s.

Assurance- invalidité

- **Contribution d'assistance:** Contribution destinée aux personnes en situation de handicap, en complément à l'allocation pour impotent et à l'aide prodiguée par les proches et en alternative à l'aide institutionnelle. Cette contribution permet aux personnes invalides d'engager elles-mêmes des assistant-e-s leur fournissant l'aide dont elles ont besoin. Ces assistant-e-s doivent être affilié-e-s auprès des assurances sociales en tant que salarié-e-s.

Cotisations

- **Bonifications pour tâches d'assistance:** Inscription d'un revenu supplémentaire sur le compte individuel qui sera pris en compte lors du calcul des rentes AVS ou AI en faveur des personnes qui se sont occupées de parents nécessitant des soins.

Prestations

- **Allocations de prise en charge:** Allocation versée aux parents qui doivent interrompre leur activité pour prendre soin de leur enfant mineur gravement atteint dans sa santé. Toutefois, un handicap ou une infirmité congénitale n'ouvre pas droit à l'allocation de prise en charge. Cette allocation permet aux parents concernés de toucher 98 indemnités journalières au maximum.

Prestations complémentaires

- **Remboursement des frais maladie (uniquement pour les bénéficiaires des prestations complémentaires):** L'aide apportée par un-e proche peut être remboursée si elle n'a pas déjà été couverte par une autre assurance (assurance-maladie ou accidents, responsabilité civile ou invalidité, etc.) et qu'elle a donné lieu à une perte de gain notable.

Pour toutes les personnes
proches aidantes

CARITAS JURA

Caritas Jura
Rue du Temple 19
2800 Delémont

032 421 35 60
caritas.jura@caritas-jura.ch
www.caritas-jura.ch

GROUPES DE PAROLES, SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Suivant les situations, les prestations suivantes sont proposées par Caritas Jura:

- **Cafés thématiques des proches aidant·e·s:** Ils apportent aux proches aidant·e·s un soutien prioritairement psychologique. On y trouve écoute, soutien et partage des difficultés vécues. Cependant, l'échange permet à chacun·e de mettre en commun l'expertise acquise à travers son expérience de proche aidant·e. En cela, le groupe devient un groupe ressource. Ces rencontres gratuites, animées par une personne professionnelle, peuvent être suivies de manière ponctuelle ou régulière.
- **Groupes de parole pour personnes endeuillées:** Ils permettent le partage de cette expérience de vie douloureuse.
- **Groupes d'accompagnements:** Sur demande des proches ou du personnel soignant, les personnes bénévoles formées à l'accompagnement offrent présence et écoute auprès de personnes malades et/ou en fin de vie dans les hôpitaux, les homes ou à domicile.
- **"Allô, il y a quelqu'un pour écouter":** Cette prestation par téléphone permet à toute personne d'être écoutée, accueillie, soutenue dans le non jugement et la bienveillance par des personnes bénévoles.

CONSEILS, INFORMATIONS, ORIENTATION

Suivant les situations, les prestations suivantes sont proposées par Caritas Jura:

- **Ecoute et accompagnement professionnel:** ces prestations dans divers domaines (soutien administratif et psychosocial, aide financière, consultation familiale, etc.) peuvent être utiles à toute personne proche aidante.
- **Consultations conjugales:** Une conseillère conjugale est à disposition pour donner conseil et orientation à toute personne proche aidante en couple.

CROIX-ROUGE SUISSE, CANTON DU JURA

Pour toutes les personnes
proches aidantes

Croix-Rouge Suisse, Canton du Jura
Rue de l'Eglise 13
2900 Porrentruy

032 465 84 00
info@croix-rouge-jura.ch
www.croix-rouge-jura.ch

AUTRES PRESTATIONS

Les prestations suivantes sont proposées par la Croix-Rouge jurassienne:

- **Transport:** Ce service s'adresse à des personnes à mobilité réduite, âgées, handicapées ou malades. Les déplacements peuvent être effectués vers les hôpitaux, cabinets médicaux ou autres centres de soin.
- **Système d'alarme:** Ce système assure en permanence une prise en charge rapide en cas de problème. En cas d'urgence, ce système peut sauver une vie. Sur simple pression d'un bouton, une alerte est transmise à la centrale d'alarme, qui prend immédiatement les mesures nécessaires.
- **Baby-sitting:** Ce service s'adresse aux parents pour la garde de leurs jeunes enfants par des baby-sitters certifié-e-s.
- **Après-midi loisirs :** Cette activité est destinée aux retraités et organisée plusieurs fois par mois dans notre canton. Le but principal de ces journées d'échanges est de proposer des moments récréatifs afin de conserver des contacts sociaux.
- **Garde d'enfants à domicile :** Ce service offre une solution d'urgence, rapide et temporaire, pour la garde d'enfants malades ou accidentés.

Visites à domicile pour les clients alarmes, Noël pour tous, 2x Noël constituent d'autres prestations de la Croix-Rouge jurassienne susceptibles de soulager les personnes proches aidantes.

Pour toutes les personnes
proches aidantes

FONDATION AIDE ET SOINS À DOMICILE

Fondation pour l'Aide et les Soins à domicile
Rue des Moulins 21
2800 Delémont

032 421 88 80
info@fasd.ch
www.fasd.ch

SOUTIEN/RELÈVE À DOMICILE

La Fondation pour l'Aide et les Soins à domicile œuvre pour le maintien à domicile pour toutes les jurassiennes et tous les jurassiens sur l'ensemble des trois districts du Canton du Jura.

Les prestations suivantes sont proposées par la Fondation Aide et Soins à domicile:

- **Prestations de soins à domicile:** Le personnel soignant dispense, sur prescription médicale, les prestations de soins à domicile (soins de base généraux tels que l'aide à la toilette, à l'habillage et à la mobilisation, contrôles de santé, gestion des médicaments et conseils pour le maintien à domicile, etc).
- **Prestations d'aide à domicile:** L'aide à domicile consiste à accompagner toute personne qui a besoin d'aide et de soutien à domicile pour les activités de la vie quotidienne telles que le ménage, la lessive, le repassage, la préparation de repas, les courses.

CONSEILS, INFORMATIONS, ORIENTATION

Les personnes qui s'occupent d'un proche à domicile ainsi que les personnes qui souhaitent améliorer leur autonomie à domicile peuvent solliciter une visite infirmière gratuite. Durant ces visites préventives, l'infirmier-ère évalue les besoins, prodigue des conseils et oriente sur les soins, les moyens auxiliaires, les mesures de prévention, les prestations d'assurances sociales ainsi que sur les possibilités de soutien et de décharge à domicile.

CESAM
Floriane Rich
Rue de l'Allaine 33
2946 Miécourt

032 462 16 16
direction@cesam-soins.ch
secretariat@cesam-soins.ch

SOUTIEN/RELÈVE À DOMICILE

CESAM propose à toute personne qui a besoin d'aide ou de soins de rester le plus longtemps possible dans son foyer avec une infrastructure adaptée à ses besoins.

CESAM offre ses services, 7 jours sur 7, tous les jours de l'année pour permettre aux bénéficiaires de soins de vivre en toute sécurité à leur domicile. CESAM offre les prestations suivantes :

- Soins infirmiers/ Soins en santé mentale/ Soins palliatifs
- Aide aux tâches ménagères (lessive, repassage, ménage, faire les courses, etc.)
- Accompagnement : par ex : pendant l'après-midi quand le proche aidant veut partir quelques heures. Proposition de faire des jeux, lecture, écouter de la musique, marche, cuisine, etc.

CESAM travaille sur le secteur de l'Ajoie.

CESAM peut prendre la relève d'une personne proche aidante pendant la nuit, mais cela doit être planifié à l'avance et c'est selon les possibilités de l'entreprise.

Carole Pelletier et Charlotte Biedermann
SIANA24
La Sagne-au-Droz 4
2714 Les Genevez

contact@siana24.ch
www.siana24.ch

SOUTIEN/RELÈVE À DOMICILE

SIANA24 se consacre spécifiquement à la prise en charge gériatrique, aux situations d'hospitalisation à domicile (soins techniques complexes) ainsi qu'aux troubles de la continence. Spécialisée en soins des plaies, stomathérapie et troubles de la continence, notre équipe de collaborateurs formés assure un suivi professionnel directement à votre domicile.

SIANA24 est également spécialisée en gériatrie et propose des consultations gériatriques spécialisées, destinées aussi bien aux personnes atteintes dans leur santé qu'aux personnes souhaitant bénéficier d'un regard préventif. Ces consultations s'adressent également aux proches aidants, afin de les soutenir, les orienter et les accompagner dans leur rôle.

SIANA24 se distingue par une équipe restreinte en nombre d'intervenants et par des visites planifiées selon des horaires réguliers, favorisant ainsi la continuité et la qualité des soins.

Veuve Mathilde et Sacha
Rue Vaillant 1
2350 Saignelégier

032 951 33 73
info@nardessence.ch
www.nardessence.ch

SOUTIEN/RELÈVE À DOMICILE

NARDESSENCE est une organisation de soins à domicile qui intervient 7j/7 & 24h/24 dans la région des Franches-Montagnes. Composés de soignants jurassiens spécialisés (soins intensifs, soins anesthésistes et soins palliatifs), nous avons à cœur de proposer nos compétences à la population locale.

Notre équipe peut intervenir dans toutes situations de soins, qu'il s'agisse de soins post-opératoires, de soins passagers lors des suites d'un accident ou de soins plus complexes liés à des maladies chroniques par exemple. L'hospitalisation à domicile (c'est-à-dire que la situation nécessite des soins plus techniques tels que perfusion, traitement veineux en continue, etc.) est l'une de nos spécialités et nous pouvons agir dans des délais très rapides en cas de besoin.

Les situations palliatives et le suivi de fin de vie à domicile sont des soins pour lesquels nous intervenons régulièrement et nous sommes épaulés par nos médecins spécialistes, médecin anesthésiste et médecin palliativiste. Ainsi, nous pouvons garantir un accès rapide à des soins professionnels, de qualité et répondant aux normes actuelles en vigueur. Le soutien et l'encadrement des proches aidants est essentiel pour nous.

Nous intervenons de manière planifiée ou en cas de besoin. Nous sommes atteignables et pouvons intervenir 24h/24h et 7j sur 7j.

Equipe de soins, prévention, aide et soutien
Rue des Oeuches 10
2740 Moutier

032 494 52 32
secretariat@espas-moutier.ch
www.espas-moutier.ch

SOUTIEN/RELÈVE À DOMICILE

ESPAS est une organisation de soins à domicile qui intervient sept jours sur sept dans la région de Moutier et ses environs.

Notre équipe est composée de professionnel·le·s des soins et d'infirmières spécialisées en plaies et cicatrisation, en soins palliatifs et en santé mentale. Nous intervenons dans toutes les situations de soins : soins de base et d'hygiène, évaluations infirmières, traitements, perfusions, pansements, retours à domicile après une hospitalisation, hospitalisation à domicile, etc. Toute nouvelle demande est prise en charge dans un délai de 24 heures.

Chaque bénéficiaire est accompagné·e par une infirmière de référence qui assure le suivi de la situation, la coordination des soins et le lien avec le médecin, les proches et les partenaires du réseau.

Au sein d'ESPAS'soins, notre cabinet de consultations infirmières, nos infirmières spécialisées proposent des consultations de plaies et cicatrisation, de pédicure diabétique, des prises de sang, des lavages d'oreilles, des consultations en santé mentale ainsi qu'un accompagnement des proches aidants.

Les soins palliatifs et les accompagnements de fin de vie sont assurés à domicile, en collaboration avec les unités mobiles spécialisées, dans le respect des souhaits de la personne et de ses proches.

ESPAS propose également les prestations de Home Support pour favoriser le maintien à domicile : accompagnement dans les activités de la vie quotidienne, entretien du logement, buanderie, courses, préparation des repas, organisation du quotidien et solution de téléalarme. En journée, les appels sont dirigés, si nécessaire, vers les professionnel·le·s d'ESPAS afin d'organiser une réponse rapide.

ESPAS offre ainsi un accompagnement complet à domicile, adapté à l'évolution des besoins, tout en soutenant les proches aidant·e·s tout au long du parcours de soins.

<https://my.curacasa.ch/>

SOUTIEN/RELÈVE À DOMICILE

Curacasa est l'association spécialisée des infirmières et infirmiers indépendant·e·s. Son site internet met à disposition un moteur de recherche permettant de trouver un·e infirmier·ère indépendant·e disponible dans sa région. Ces professionnel·le·s peuvent permettre de soulager les personnes proches aidantes à travers différentes prestations suivant leurs compétences.

- Soins à domicile ou en cabinet
- Favoriser le maintien à domicile
- Besoin de soins après une hospitalisation

Les infirmiers et infirmières indépendantes travaillent seules ou en petits groupes.

Diverses compétences:

- Soins somatiques • Plaies et cicatrisation
- Soins en gériatrie • Conseils en matière d'incontinence
- Soins en oncologie • Stomathérapie
- Soins palliatifs • Conseil en diabétologie
- Soins psychiatriques et santé mentale
- Pédiatrie
- Post-partum
- Conseil en allaitement

Retrouvez les infirmiers et infirmières indépendantes du canton du Jura avec my.curacasa.ch





079 914 30 99
virginie@fleurvie.ch

SOUTIEN/RELÈVE À DOMICILE

Fleur de Vie est une entreprise d'aide et d'accompagnement desservant tout le canton du Jura. Leur mission est d'améliorer le quotidien de leurs bénéficiaires grâce à une gamme complète de services personnalisés. Ils se distinguent par sa flexibilité, offrant de 1 à 3 intervenantes selon les besoins.

Parmi leurs prestations, on retrouve :

- **Aide-ménagère** : Les intervenantes de Fleur de Vie assurent l'entretien de votre domicile, incluant, p.ex. le lavage du linge, le repassage, etc.
- **Préparation personnalisée de repas à domicile** : Les intervenantes cuisinent des repas adaptés à vos goûts et besoins nutritionnels. Que ce soit pour des repas quotidiens ou des occasions spéciales, elles s'assurent que chaque plat soit savoureux et équilibré.
- **Déplacements en courses** : Fleur de Vie vous aide à gérer vos courses, que ce soit pour les courses alimentaires, les achats personnels, ou les médicaments. Les intervenantes prennent en charge les déplacements et veillent à ce que vous ayez tout ce dont vous avez besoin.
- **Accompagnement de jour et/ou de nuit** : Pour les personnes nécessitant une présence et un soutien continu, Fleur de Vie propose un accompagnement personnalisé. Que ce soit pour la journée, la nuit, ou les deux, les intervenantes assurent une présence rassurante et un accompagnement adapté à chaque situation.
- **Animation en groupe** : 3 fois par semaine de 11h30 à 16h30 des animations sont proposées. Elles ont lieu dans les locaux de Fleur de Vie, à Delémont.
- **Relève de garde d'enfants** : Fleur de Vie propose des services de garde d'enfants à domicile, offrant un relais aux parents et grands-parents, avec bienveillance. Attention, ils ne prodiguent pas de soin.

SERAINO

Pour toutes les personnes
proches aidantes

SERAINO
Chemin du Val 4
2900 Porrentruy

032 465 93 80
info@seraino.ch
www.seraino.ch

SOUTIEN/RELÈVE À DOMICILE

Des soins personnalisés pour votre sérénité

Accompagnement pour un maintien de la qualité de vie à domicile avec des soins adaptés, validés par le médecin et remboursables. L'équipe infirmière planifie avec la patientèle et les proches aidants les soins nécessaires : gestion des médicaments, soins des plaies, surveillance des signes vitaux, et plus encore.

Soutien au quotidien pour simplifier votre vie

En plus des soins, une aide personnalisée est possible dans les domaines suivants : assistance à la toilette, repas, ménage, blanchisserie, transport médicalisé, et animations. Une priorité : votre sérénité, dans le confort de votre foyer.

Pour toutes les personnes
proches aidantes

LES PTITES VISITES

Les P'tites Visites
Rte de Fontenais 446
2903 Villars-sur-Fontenais

077 498 70 73
info@lesptitesvisites.ch

SOUTIEN/RELÈVE À DOMICILE

L'association Les P'tites Visites vise à apporter un soutien moral et empathique à toutes les personnes souffrant de solitude ou d'isolement, indépendamment de leur âge et de leur situation. Les visites proposées par l'association sont gratuites et effectuées par des bénévoles formé·e·s pour cette activité.

Les P'tites Visites peuvent permettre de soulager les personnes proches aidantes, en les visitant elles-mêmes ou en visitant les proches aidé·e·s.

Pour toutes les personnes
proches aidantes

INFO ENTRAIDE SUISSE ANTENNE JURA

Info Entraide Suisse, Antenne Jura
Rue du Puits 4
c/o Pro Senectute
2800 Delémont

032 724 06 00
jura@infoentraidesuisse.ch
www.infoentraidesuisse.ch/jura

GROUPES DE PAROLES, SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Info-Entraide Suisse Antenne Jura répertorie les groupes d'entraide autogérés, ainsi que les groupes avec guidance professionnelle, dans le canton du Jura. Les groupes rassemblent des personnes concernées par une même situation, ou leurs proches, qui parlent de ce qu'elles vivent, dans le but de s'entraider, d'échanger des solutions, de recueillir des informations.

De plus, Info-Entraide Suisse Antenne Jura accompagne des personnes souhaitant créer un groupe d'entraide sur un thème précis. Des formations sont données aux membres et aux personnes animatrices des groupes.

Libre accès
Rue des Baïches 10
2900 Porrentruy

076 218 26 27
www.libreaccès.ch
info@libreaccess.ch

Dispositif de soutien pour tous, sans rendez-vous, anonyme et gratuit

Pour les proches aidants faisant face à des situations difficiles :

- Épuisement physique et psychique
- Besoin d'écoute, de reconnaissance
- Besoin de temps pour soi
- Isolement, difficultés relationnelles et émotionnelles

Libre Accès propose un lieu de ressource pour souffler, être soutenu·e·s par des professionnelles de l'accompagnement pour trouver des solutions adaptées à leur quotidien.

Permanences sans rendez-vous :

Mardi : 9h30 – 12h00 Mercredi : 13h30 – 16h00 Vendredi : 15h00 – 17h30

Prestations proposées :

- **Accueil libre, sans rendez-vous**

Un espace d'écoute, anonyme et ouvert pour déposer ses difficultés.

- **Suivi particulier spécifique**

Un accompagnement possible sur mesure adapté aux besoins et difficultés rencontrées pour les particuliers et les familles.

- **Soutien psychologique et relationnel**

- Aide à la prise de recul
- Accompagnement des états émotionnels difficiles (fatigue, culpabilité, conflits, deuils, colère, peurs, ...)
- Identification de pistes et de leviers concrets pour sortir des situations relationnelles délicates avec les bénéficiaires et les familles

- **Mise en lien avec des partenaires**

Orientations possibles vers des partenaires du secteur social, de la santé et du soutien (réseau local).

Pour les proches aidant·e·s
d'enfants

SOINS PÉDIATRIQUES À DOMICILE – JURA

Valérie Meyer, infirmière à domicile
Les Vies de Bâle 9
2942 Alle

076 302 02 18
sad21valmeyer@gmail.com

Margrit Ummel
Le Saucy 28
2722 Les Reussilles

079 398 23 93
margrit.ummel@hin.ch

SOUTIEN/RELEVÉ À DOMICILE

Les prestations de ces infirmières sont susceptibles de soulager les proches aidant·e·s d'enfants:

- souffrant d'une maladie aiguë ou chronique
- accidenté·e·s
- en situation de handicap
- prématuré·e·s
- souffrant d'une maladie incurable et en fin de vie.

Les infirmières assurent des soins et encadrent des nourrissons, enfants et adolescent·e·s et soutiennent leurs familles.

SERVICE EDUCATIF ITINÉRANT (SEI) DE LA FONDATION PÉRÈNE

Pour les proches aidant-e-s
d'enfants

Yasmina Bendjelloul
Responsable du secteur thérapeutique
yasmina.bendjelloul@perene.ch
032 421 16 14

Fondation Pérène
Chemin du Palastre 18
2852 Delémont
032 421 16 00
<https://www.perene.ch/>

SOUTIEN/RELEVÉ À DOMICILE

Le Service Educatif Itinérant (SEI) dispense des prestations d'éducation précoce spécialisée (EPS) chez les jeunes enfants à besoins éducatifs particuliers, de la naissance à l'entrée en scolarité. Toutes les prestations du Service Educatif Itinérant sont gratuites ; elles s'adressent aux familles domiciliées dans le Canton du Jura. Les demandes peuvent être formulées tout au long de l'année.

Le SEI propose une intervention en Education Précoce Spécialisée (EPS) :

- aux enfants présentant des préoccupations dans leur développement, un handicap ou des troubles moteurs, sensoriels, intellectuels, de la communication et/ou du comportement,
- dès la naissance et jusqu'à l'entrée en scolarité,
- dans l'environnement naturel de l'enfant (domicile, lieu d'accueil, etc.),
- en étroite collaboration avec les parents.

Le SEI offre les prestations suivantes :

- informations, accompagnement et soutien des proches,
- stimulation du développement global de l'enfant par des jeux et des activités du quotidien,
- aménagements de l'environnement en fonction des besoins,
- collaboration avec les partenaires du réseau.

La demande de suivi se fait sur la base d'une prescription médicale, en accord avec les parents.

Emeric Offenstein
Maître d'enseignement HES

Marion Gecaj
Assistante HES

pauses@hetsl.ch
021 651 03 82

SOUTIEN/RELEVÉ À DOMICILE

PAuSES : un peu d'aide pour les proches aidant·e·s. Le programme PAuSES (Proches Aidant·e·s : Un Service des Étudiant·e·s en Santé) permet à des étudiant·e·s en formation de santé de vous offrir en tant que proche aidant·e·s gratuitement 40 heures d'accompagnement et de soutien à répartir sur une période de deux ans.

Page du programme



JUNORAH

Pour les proches aidant·e·s
de personnes en situation
de handicap

Service de l'Action sociale
Faubourg des Capucins 20
2800 Delémont

032 420 51 40
secre.sas@jura.ch
[www.jura.ch/DIN/SAS/Handicap/
Handicap.html](http://www.jura.ch/DIN/SAS/Handicap/Handicap.html)

CONSEILS, INFORMATIONS, ORIENTATION

Junorah oriente les personnes en situations de handicap mental, sensoriel, physique et psychique; les personnes souffrant de dépendance ou confrontées à de graves difficultés sociales qui ne disposent pas encore de solution d'orientation.

Par le dispositif JUNORAH, les personnes en situation de handicap peuvent avoir accès à des possibilités:

- d'hébergement
- d'hébergement avec occupation

Pour les proches aidant·e·s
de personnes en situation
de handicap

INSIEME JURA

032 426 85 47
bea.berret@gmail.com
www.insieme-jura.ch

CONSEILS, INFORMATIONS, ORIENTATION

insieme Jura existe depuis 1965, il s'agit d'une association d'entraide des personnes en situation de handicap qui s'engage pour une société inclusive et diversifiée en défendant aux mieux leurs intérêts. insieme Jura sensibilise le public et les Autorités, conseille et soutient les parents, prône l'intégration sociale, scolaire et professionnelle des personnes vivant avec un handicap.

insieme Jura c'est aussi des journées récréatives et de retrouvailles pour les parents, un groupe Loisirs ouvert à toute personne en situation de handicap relativement autonome et désireuse d'avoir une activité en dehors de leur lieu de vie, un site internet qui oriente et documente, des organisations de conférences sur le thème du handicap.

Pro Infirmis Jura
Rue du Puits 6
2800 Delémont

058 775 33 50
june@proinfirmis.ch
www.proinfirmis.ch > Prestations > Jura

SOUTIEN/RELÈVE À DOMICILE

Des intervenant·e·s à la relève formé·e·s et engagé·e·s par Pro Infirmis interviennent à domicile pour prendre le relais des proches aidant·e·s dans leur tâche de soutien au quotidien. Ces intervenant·e·s peuvent intervenir de manière ponctuelle ou régulière, 7 jours sur 7. Ce soutien peut permettre de libérer momentanément la personne proche aidante, au besoin sur la durée.

CONSEILS, INFORMATIONS, ORIENTATION

Dans une perspective d'autonomie et d'autodétermination, Pro Infirmis apporte conseils, informations et accompagnement aux personnes en situation de handicap, de leur naissance à l'âge AVS, ainsi qu'à leurs proches aidant·e·s, dans tous les domaines de la vie:

- Questions liées au handicap
- Finances, assurances sociales et gestion administrative
- Questions juridiques
- Choix et adaptation du lieu de vie
- Soutien pour vivre à domicile
- Questions en lien avec l'insertion professionnelle et la formation
- Soutien pour les activités de loisirs et de formation continue
- Soutien dans les relations personnelles avec l'entourage

Selon les besoins de la personne concernée, Pro Infirmis peut actionner ses prestations internes telles que l'accompagnement à domicile, le conseil spécialisé en assistance et le conseil en construction sans obstacles.

CENTRE DE FORMATION CONTINUE

Pro Infirmis propose des cours adaptés aux personnes en situation de handicap ainsi qu'à leurs proches.

Toute personne adulte intéressée par le handicap et la relation d'aide peut suivre des cours portant sur les connaissances des handicaps physiques, psychiques, la connaissance de soi et le rôle de la communication dans la relation d'aide.

A3 Jura, Association de familles et amis de
personnes souffrant de maladie psychique
c/o Claire Zwolenszky Chèvre
Les Glaneuses 2
2800 Delémont

077 438 66 22
info@a3jura.ch
www.a3jura.ch

GROUPES DE PAROLES, SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

En cas de demandes de plusieurs personnes, A3 Jura aide à la mise en place d'un groupe d'entraide destiné aux personnes confrontées à la réalité d'un·e proche touché·e par la maladie psychique. Participer à ce groupe permet de partager ses expériences avec d'autres personnes devant faire face à une même problématique, favorisant ainsi une meilleure compréhension et acceptation des difficultés rencontrées.

CONSEILS, INFORMATIONS, ORIENTATION

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

AUTRES PRESTATIONS

Le site internet www.a3jura.ch informe sur les autres activités de l'association (rencontres du Triangle, conférences, actions de sensibilisation, etc.). Les proches aidant·e·s peuvent trouver sur cette plateforme des informations et des ressources supplémentaires pouvant les soutenir.

Pour les proches aidant·e·s
de personnes ayant des
troubles addictifs

ACCOMPAGNEMENT INFIRMIER SPÉCIALISÉ

Centre Médico-Psychologique
Faubourg des Capucins 20
2800 Delémont

032 420 51 60
cmpa@jura.ch

CONSEILS, INFORMATIONS, ORIENTATION

L'intervention infirmière spécialisée à domicile propose un accompagnement individuel de la personne malade dans son environnement. Après évaluation de la situation, elle accompagne, soutient le patient dans le vécu de sa maladie; l'informe sur la maladie, elle apporte son aide dans la gestion des symptômes et du traitement médicamenteux, elle mobilise les ressources, valorise les compétences, favorise l'intégration sociale.

Elle soutient les proches dans leur rôle d'aidant·e face à la personne malade, partage ses connaissances de la maladie et apporte son aide dans la gestion de situation difficile.

ANA-MIA

077 498 57 87
info@ana-mia.ch
www.ana-mia.ch

Pour les proches aidant·e·s
de personnes touchées par
les TCA

GROUPE DE PAROLE, SOUTIEN, CONSEILS ET INFORMATIONS

L'association Ana-Mia soutient les personnes atteintes de troubles du comportement alimentaire (TCA) ainsi que leurs proches. Nous offrons un espace d'écoute, de partage et d'accompagnement pour les proches aidants, souvent démunis face à ces troubles complexes. Nos actions incluent des groupes de soutien, des séances d'information, et des conseils personnalisés pour mieux comprendre et accompagner les personnes touchées par les TCA.

Addiction Jura
Clos-Henri
Le Prédame 4
2714 Les Genevez

032 484 71 30
clos-henri@addiction-jura.ch

GROUPES DE PAROLES, SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Un soutien psychologique est proposé en ambulatoire sur les trois sites pour les personnes souffrant d'une problématique d'addiction et/ou à leurs proches. Ce soutien est assuré par des intervenants dans le domaine des addictions et/ou des psychologues psychothérapeutes.

Occasionnellement, des groupes de paroles sont organisés afin d'échanger autour de thématiques spécifiques.

HÉBERGEMENT

Des séjours thérapeutiques résidentiels, d'une durée minimale de 6 semaines, sont proposés sur le site du Prédame (Centre Clos-Henri) aux personnes souffrant d'une problématique d'addiction. Les proches sont inclus au processus thérapeutique, ainsi cela permet à l'entourage de se ressourcer.

LIEU D'ACCUEIL DE JOUR

Pour l'accueil de jour, se référer à la page 27.

AUTRES PRESTATIONS

La Fondation organise et participe à diverses actions de promotion et de prévention afin d'informer le tout public.

Association Cerebral Jura
Rue des Moulins 12
2800 Delémont

032 422 66 55
info.ju@association-cerebral.ch
www.association-cerebral.ch

GROUPES DE PAROLES, SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Assisté d'une professionnel·le qui anime les discussions, un groupe de parents d'enfants en situation de handicap (mineurs et adultes) se réunit plusieurs fois par année pour aborder diverses thématiques en lien avec la maladie de leur enfant et décharger le trop-plein émotionnel.

SOUTIEN/RELÈVE À DOMICILE

SOS-Relève est un réseau de volontaires, bénévoles ou salarié·e·s, prêt·e·s à prendre en charge ou à accompagner des enfants ou adultes en situation de handicap afin de soulager et aider les familles concernées par le handicap.

HÉBERGEMENT

L'association organise des week-ends pour les personnes en situation de handicap seules ou accompagnées de leur famille. Ces week-ends, proposés dans des lieux accessibles, permettent de se ressourcer, de créer de nouveaux liens et encouragent l'entraide.

CONSEILS, INFORMATIONS, ORIENTATION

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

AUTRES PRESTATIONS

D'autres activités sportives et de loisirs sont également proposées aux personnes en situation de handicap seules et aux familles, telles que thérapie équestre, zoothérapie, etc.

ALZHEIMER JURA

Pour les proches aidant·e·s de
personnes ayant la maladie
d'Alzheimer ou trouble lié

Association Alzheimer,
Section Jura
Rue du Puits 4
2800 Delémont

032 886 83 35
info.ju@alz.ch
www.alz.ch/ju

CAFÉ ALZHEIMER

Le Café Alzheimer est un moment convivial de rencontre et de détente, agrémenté d'un moment musical, ouvert aux personnes malades et à leur proche une fois par mois. Les cafés ont lieu dans un restaurant.

CONSEILS, INFORMATIONS, ORIENTATION

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

Antenne téléphonique : 032 886 83 35

Pour les proches aidant·e·s
de personnes ayant des
troubles neurologiques

EPI-SUISSE, ASS. SUISSE DE L'EPILEPSIE

Epi-Suisse, Association Suisse
de l'Epilepsie

021 729 16 85
www.epi-suisse.ch

GROUPES DE PAROLES, SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

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).

Fragile Jura
Route de Soulce 36
2853 Courfaivre

032 427 37 00
fragile.jura@bluewin.ch
www.fragile.ch > Jura

GROUPES DE PAROLES, SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Un groupe de parole réunit des personnes traumatisées cérébrales tous les 2èmes lundis de chaque mois pour aborder diverses thématiques en lien avec le traumatisme. Ce soutien peut permettre de soulager les personnes proches aidantes.

SOUTIEN/RELÈVE À DOMICILE

L'accompagnement à domicile aide les personnes cérébrolésées à reprendre leur vie en main et à retrouver un maximum d'autonomie. Il propose notamment un soutien dans la planification et la gestion de la vie quotidienne, une collaboration avec les proches et l'administration, la mise sur pied d'un réseau d'aide et sa coordination.

CONSEILS, INFORMATIONS, ORIENTATION

Le conseil social consiste à fournir une aide pratique visant à mieux comprendre comment vivre avec une lésion cérébrale et un soutien pour les démarches administratives, juridiques, d'adaptation de logement, etc.

Il existe un conseil téléphonique gratuit pour les personnes cérébrolésées et leurs proches au **0800 256 256** (les mardis, mercredis et jeudis, de 10h00 à 13h00).

LIGUE JURASSIENNE CONTRE LE CANCER

Pour les proches aidant·es
de personnes atteintes du
cancer

Ligue jurassienne contre le cancer
Rue des Moulins 12
2800 Delémont

032 422 20 30
info@ljcc.ch
www.jura.liguecancer.ch

GROUPES DE PAROLES, SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Les « cafés-rencontres » sont organisés à destination des femmes et leurs proches touchées par un cancer du sein, et les groupes « Prostate-Jura » pour les hommes et leurs proches touchés par le cancer de la prostate.

CONSEILS, INFORMATIONS, ORIENTATION

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

- **Accompagnement psychosocial de soutien et de conseil**
- **Appui dans la gestion du quotidien**
- **Aides aux démarches administratives**
- **Octroi d'aides financières en cas de difficulté**

AUTRES PRESTATIONS

Différents cours sont proposés aux personnes touchées par un cancer et à leurs proches (Nordic Walking, Yoga, Mouvement).

Pour les proches aidant·e·s
de personnes atteintes d'une
maladie pulmonaire

LIGUE PULMONAIRE JURASSIENNE

Ligue pulmonaire jurassienne
Route de la Raisse 3
2855 Glovelier

032 422 20 12
ligue.pulmonaire@liguepj.ch
www.liguepulmonaire.ch/jura

GROUPES DE PAROLES, SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Les groupes d'entraide 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 le personnel infirmier qui anime les groupes, fournit des informations utiles et invite des spécialistes en fonction des thèmes abordés. Ces groupes se réunissent 2 fois par année.

CONSEILS, INFORMATIONS, ORIENTATION

Le 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.

ASSOCIATION POUR LE DEVELOPPEMENT DES SOINS PALLIATIFS

Pour les proches aidant·e·s
de personnes en situation
palliative

ADSP – BEJUNE
Rue des Moulins 12
2800 Delémont

www.palliactif.ch
www.adsp-bejune.ch

CONSEILS, INFORMATIONS, ORIENTATION

La plateforme **palliactif.ch** a pour but de faire connaître et promouvoir les soins palliatifs dans l'espace BEJUNE. Elle présente les acteurs des soins palliatifs de notre région, leurs prestations ainsi que leurs actualités. Son annuaire web permet de rechercher les différents services en fonction de leur domaine d'activité, de leur zone d'intervention et de leurs prestations. Elle comprend des contenus informatifs et des ressources spécifiques pour les proches aidants (www.palliactif.ch/aider), un calendrier des manifestations et des offres de formation.

En complément de la plateforme, l'ADPS BEJUNE diffuse une lettre d'information faisant état des actualités et des événements en lien avec les soins palliatifs dans notre région. Les principales informations sont également relayées sur les réseaux sociaux.

SOCIÉTÉ SUISSE DE SCLÉROSE EN PLAQUES

Pour les proches aidant·e·s de
personnes atteintes de
sclérose en plaques

Société suisse de sclérose en plaques
Rue du Simplon 3
1006 Lausanne

021 614 80 80
Infoline SEP : 0844 737 463
info@sclerose-en-plaques.ch
www.sclerose-en-plaques.ch
www.sep-enfants.ch

GROUPES DE PAROLES, SOUTIEN PSYCHOLOGIQUE

Des rencontres ont lieu chaque 3ème mercredi du mois. 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 et de participer à différentes activités de loisirs et d'information.

HÉBERGEMENT

Des séjours en groupe sont organisés chaque année pour les personnes atteintes par la maladie nécessitant beaucoup de soins et vivant à domicile. Les personnes proches aidantes peuvent ainsi se ressourcer de leur côté.

La société suisse de sclérose en plaques offre des week-ends, vacances et camps, pour les personnes atteintes par la maladie et leurs proches.

CONSEILS, INFORMATIONS, ORIENTATION

Un 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. Cet entretien personnalisé ou en groupe est donné par un·e assistant·e social·e ou un·e infirmier·ère.

Pour les proches aidant·e·s de
personnes ayant la maladie
d'Alzheimer ou trouble lié

Pour les proches aidant·e·s
de personnes âgées

LA VALSE DU TEMPS

032 462 11 57

caroline.bernasconi@lvdt.ch

www.lavalsedutemps.ch

La Valse du Temps
Route des Rangiers 7
2952 Cornol
032 462 11 57

La Valse du Temps
Route de Courrendlin 22
2824 Vicques
032 435 69 67

LIEU D'ACCUEIL DE JOUR

La Valse du Temps accompagne des personnes atteintes de troubles neurocognitifs de type Alzheimer (ou de troubles apparentés) dans les activités quotidiennes, dans un cadre chaleureux et sécurisant ainsi que dans une atmosphère familiale faite d'échanges, d'écoute, de plaisir et de valorisation. Les activités sont variées et ajustées en fonction des désirs, des ressources et des possibilités de chaque personne. Chaque hôte bénéficie d'un projet d'accompagnement personnalisé. Des activités thérapeutiques sont également proposées.

CONSEILS, INFORMATIONS, ORIENTATION

Dans le but de favoriser le maintien à domicile dans les meilleures conditions possibles, La Valse du Temps apporte également son soutien aux personnes proches aidantes durant cette étape de vie, en offrant une écoute et un accompagnement professionnel et en fournissant des renseignements et des conseils.

FORMATION

Diverses formations à destination des proches aidant·e·s sont organisées régulièrement. Les objectifs sont de pouvoir mieux comprendre les réactions de la personne atteinte de troubles neurocognitifs, de découvrir des nouveaux moyens de communiquer afin de mieux se comprendre, et de compléter ses « outils » pour gérer les moments difficiles.

PINOS

Association PINOS
Milieu du Village 55
2923 Courtemaîche

Pour les proches aidant·e·s
de personnes ayant des
troubles psychiques

032 423 41 60
direction@pinos.ch
www.pinos.ch

LIEU D'ACCUEIL DE JOUR

L'accueil de jour Pinos permet à des personnes adultes présentant des troubles mentaux et/ou psychiques, vivant chez leurs parents ou de manière autonome, de participer plusieurs heures par jour à des ateliers d'apprentissage. Cet accueil contribue également à soulager les proches aidants.

En complément, Pinos propose des possibilités de séjours temporaires, notamment sous forme de séjours de vacances, offrant un encadrement éducatif et une présence 24h/24. Ces séjours permettent à la fois de soutenir les proches aidants et d'offrir à la personne un cadre structurant, favorisant l'évaluation, la stabilisation ou le développement de son autonomie.

Pour les proches aidant·e·s de
personnes ayant des troubles
psychiques

HPJA
Place de l'Eglise 2
2800 Delémont

HÔPITAL PSYCHIATRIQUE DE JOUR

032 420 97 40
hpja@jura.ch

LIEU D'ACCUEIL DE JOUR

L'HPJA propose une prise en soins pluridisciplinaire des maladies psychiques au travers d'une structure ouverte la journée selon un programme d'activités hebdomadaires tel que groupe de paroles, groupe TCC, ergothérapie, art-thérapie, cuisine thérapeutique, activité sportive, relaxation, écoute musicale, groupe théâtre.

En plus des activités hebdomadaires, un suivi individuel est proposé avec un·e médecin psychiatre, un·e psychologue ainsi qu'un·e infirmier·ère formé·e en psychiatrie, un·e ergothérapeute ou un·e assistant·e social·e. L'hôpital peut mettre en place des accompagnements lors de situations aiguës dans le cadre d'une dépression, troubles anxieux, troubles psychotiques lorsque le suivi ambulatoire n'est pas suffisant.

L'hôpital psychiatrique accompagne également les patient·e·s lors de leur retour à domicile. Ces diverses prestations permettent de soulager les personnes proches aidantes.

Unité d'accueil psycho-éducative
Centre de Jour ESSOR
Route de Coeuve 41
2900 Porrentruy

032 420 93 64
secr.uap@jura.ch

Public cible

L'unité d'accueil psycho-éducative (UAP) s'adresse aux personnes qui, en raison d'un trouble psychique, présentent une altération de leur fonctionnement au quotidien.

Mission

L'UAP les accompagne vers leur projet de vie choisi en s'appuyant sur leurs compétences et sur celles d'une équipe pluri professionnelle qualifiée. La finalité étant d'atténuer les difficultés liées au trouble psychique et ainsi participer au rétablissement et à l'inclusion sociale.

Projet thérapeutique et social

Concept: rétablissement en santé mentale

Vivre une vie accomplie (participation sociale) malgré les limitations imposées par la maladie (déficit fonctionnel, social et clinique).

Modèle: réhabilitation psychosociale.

Champs d'intervention :

- Soutien lieu résidentiel (hébergement en foyer ou appartements protégés)
- Réinsertion socio professionnelle
- Accompagnement social (suivi éducatif et socio professionnel)
- Accompagnements thérapeutiques (suivi psychologique, infirmier, activités thérapeutiques)

Projets en cours

Développement du suivi proches aidants et pairs praticiens.

ADDICTION JURA

Pour les proches aidant·e·s
de personnes ayant des
troubles addictifs

Addiction Jura
Clos-Henri
Le Prédame 4
2714 Les Genevez

032 484 71 30
clos-henri@addiction-jura.ch

LIEUX D'ACCUEIL DE JOUR

Suite à un séjour au centre résidentiel thérapeutique Clos-Henri et selon certains critères, la personne bénéficiaire peut continuer à participer à des ateliers occupationnels et/ou des activités de loisirs, une ou deux journées par semaine afin de favoriser l'intégration sociale et l'estime.

Pour les proches aidant·e·s
de personnes en situation
de handicap mental

FONDATION LES CASTORS

Fondation Les Castors
Rue Gustave Amweg 10
2900 Porrentruy

032 465 81 10
contact@lescastors.ch

LIEUX D'ACCUEIL DE JOUR

En plus des autres prestations liées à l'hébergement (Foyer de Porrentruy, Foyer les Fontenattes), la Fondation Les Castors propose des prestations d'accueil de jour, de:

- **Les ateliers protégés:** Les ateliers fournissent un emploi adapté ergonomiquement, en tenant compte du besoin de la personne bénéficiaire sur différents sites du Canton.
- **Centres de jour:** Ils permettent à des personnes en situation de handicap mental de participer à des activités de développement et de loisirs.
- **Centre de Formation FPra:** Le centre de Formation FPra est destiné à des personnes au bénéfice de prestations de l'AI ou ayant des difficultés à suivre une formation professionnelle.

RIO, Réseau d'Information et
d'Orientation de la personne âgée
CP 18
2800 Delémont

032 886 83 33
info@rio-jura.ch
www.rio-jura.ch

CONSEILS, INFORMATIONS, ORIENTATION ET HÉBERGEMENT

RIO est le **Réseau d'information et d'orientation** de la personne âgée dans le Canton du Jura. Tout ce qui concerne la personne âgée passe par le dispositif RIO.

Les prestations de RIO sont:

- **L'information:** à la personne âgée et à ses proches
- **Le conseil:** en fonction de besoins et des souhaits de la personne âgée
- **L'orientation:** vers la prestation la plus adaptée à la personne âgée
- **La centralisation:** la gestion d'un dossier informatisé de la personne patiente pour assurer un suivi entre les intervenant·e·s
- **L'évaluation:** évaluer la situation médico-légale de la personne âgée

LES PLANCHETTES LITS D'ACCUEIL TEMPORAIRE (LAT)

Pour les proches aidant·e·s
de personnes âgées

Les Planchettes
Rue des Planchettes 35
2900 Porrentruy

032 465 93 70
info@lesplanchettes.ch
www.lesplanchettes.ch

Vacances aux Planchettes : Repos et sérénité pour tous

Pour les personnes en âge AVS et leurs proches-aidants. La Maison Senior propose un accueil temporaire, idéal pour permettre à chacun de souffler quelques jours en toute sécurité. Le séjour comprend une chambre individuelle, les soins nécessaires, des services hôteliers (repas, linge, ménage), ainsi que des activités d'animation. Les séjours, de 5 à 30 jours, sont renouvelables et facturés à Fr. 127.80/jour (tarif fixé chaque année par la RCJU) pour les résidents du Jura. Les bénéficiaires de prestations complémentaires peuvent faire prendre en charge la facture par l'office AVS.

Réservation anticipée nécessaire en vue de la forte demande.

Pro Senectute Arc Jurassien
Rue du Puits 4
2800 Delémont

032 886 83 20
prosenectute.delemont@ne.ch
www.arcjurassien.prosenectute.ch

SOUTIEN/RELEVÉ À DOMICILE

Pro Senectute propose des prestations visant le soutien et la relève à domicile :

- soutien administratif
- des conseils pour le maintien à domicile
- des renseignements sur les services médicaux-sociaux existants
- la participation à des activités: cours, séjours organisés, sport, randonnées, etc.
- aides financières après examen de la situation personnelle (revenus et fortune)
- soutien de bénévoles pour différentes prestations: visites à domicile, impôts, aide administrative, aide au déménagement

CONSEILS, INFORMATIONS, ORIENTATION

Le service de consultation sociale offre aux personnes 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.
- la découverte du docupass, portant notamment sur les directives anticipées.

AUTRES PRESTATIONS

Pro Senectute propose la possibilité de bénéficier d'une livraison de repas 7 jours sur 7 ainsi que de participer à des tables d'hôtes organisées par des bénévoles.

www.jurapastoral.ch

Accueillir les questionnements intérieurs

Accompagner un proche âgé et/ou malade à domicile ou en EMS, c'est aussi parfois traverser soi-même une épreuve intérieure : le deuil progressif d'une certaine relation, l'épuisement, les questionnements sur le sens de ce que l'on vit, etc. L'accompagnement spirituel ouvre un espace à part, ni médical, ni administratif. La parole peut se déposer librement, en toute confidentialité, et les questions les plus profondes trouvent un lieu d'accueil bienveillant.

Aumôneries et accompagnement spirituel en EMS et à domicile

Les Eglises catholique et réformée proposent un service d'aumônerie et d'accompagnement spirituel dans les EMS du canton du Jura. Ouvert à toute personne, quelle que soit son appartenance religieuse ou ses convictions profondes, il s'adresse aussi bien aux résident·e·s qu'à leurs proches aidant·e·s. Les accompagnant·e·s spirituel·e·s peuvent offrir :

- une écoute bienveillante dans les moments difficiles et/ou de transition ;
- un soutien face aux questionnements spirituels et/ou existentiels ;
- un accompagnement pour trouver sens et ressources intérieures ;
- des moments rituels (prière, bénédiction,...) qui ancrent et apaisent.

Le Service d'aumônerie-accompagnement spirituel à domicile (SASDO) de l'Eglise catholique propose également un espace d'accompagnement adapté aux bénéficiaires de soins à domicile et à leurs proches aidant·e·s.

Proche aidant·e·s

- **de personnes en EMS** : Adressez-vous au personnel soignant s'occupant de votre proche. Il vous orientera vers l'accompagnant·e spirituel·le compétent·e.
- **de personnes soignées à domicile** : Contactez le SASDO au 079 107 06 01 ou à l'adresse: agnes.chavanne-angiolini@hin.ch

LES LIEUX D'ACCUEIL DE JOUR

Pour les proches aidant·e·s
de personnes âgées

Les centres de jour accompagnent les personnes âgées vivant à domicile dans les activités de la vie quotidienne. Ils proposent des animations et des activités en fonction des souhaits et des besoins des personnes accueillies.

Ils peuvent permettre notamment de soulager les personnes proches aidantes.

LE BOIS HUSSON

032 465 93 20

info@leboishusson.ch

www.leboishusson.ch

Le Bois Husson

Place des Bannelats 6

2900 Porrentruy

LES MARGUERITES

032 952 14 69

079 864 58 07

foyer.lesmarguerites@h-ju.ch

www.foyerlesmarguerites.ch

HJU site Saignelégier

Centre de jour Les Marguerites

Chemin des Marguerites 2

2350 Saignelégier

PART-ÂGE

032 474 42 35

info@part-age.ch

www.part-age.ch

Centre de jour Part-Âge

Rue Fattet 190

2944 Bonfol

SUR LA DOUX

032 421 57 22

surladoux@h-ju.ch

www.h-ju.ch/surladoux



CHAINE WHATSAPP
DU FOYER SUR LA DOUX
POUR PLUS D'INFORMATIONS

Sur la Doux

Rue de l'Hôpital 56

2800 Delémont

LA VALSE DU TEMPS

032 462 11 57

caroline.bernasconi@lvdt.ch

www.lavalsedutemps.ch

La Valse du Temps

Route des Rangiers 7

2952 Cornol

La Valse du Temps

Route de Courrendlin 22

2824 Vicques

DIVERSES INFORMATIONS

La nouvelle loi fédérale sur l'amélioration de la conciliation entre activité professionnelle et prise en charge de proches est entrée en vigueur depuis le 01.01.2021.

Autrement dit, en tant que proche aidant salarié, il est possible de bénéficier d'un congé payé pour la prise en charge d'un proche sous certaines conditions. N'hésitez pas à vous rapprocher de votre employeur.

Code des obligations :

6. Congé pour la prise en charge de proches

Art. 329h

Le travailleur a droit à un congé payé pour la prise en charge d'un membre de la famille ou du partenaire atteint dans sa santé; le congé est limité au temps nécessaire à la prise en charge, mais ne doit pas dépasser trois jours par cas et dix jours par an au total.

La carte d'accompagnement CFF

Le handicap de votre proche l'oblige à être accompagné d'une personne lors de voyage en transports publics. Encouragez-le à faire la demande gratuite afin de pouvoir vous faire voyager avec lui gratuitement



← Pour commander la carte :
www.cff.ch > Billets > Abonnements >
Carte d'accompagnement

Carte de stationnement pour personnes avec un handicap

Le stationnement sur les cases « personnes avec handicap » est autorisé aux détenteurs d'une autorisation délivrée par l'Office des véhicules, sur la base d'un rapport médical. Les personnes à mobilité réduite et les organisations qui les transportent peuvent faire la demande. Le Handicap moteur significatif se manifeste par le fait que la personne avec handicap ne peut, de manière permanente ou pour une période temporaire d'au moins six mois, se déplacer à pied que sur une distance d'environ 200 mètres, soit avec des moyens auxiliaires spéciaux, soit en étant accompagnée. Vous pouvez également obtenir sous certaines conditions une réduction de taxe sur les plaques d'immatriculation. Pour cela, vous devez présenter la demande à télécharger ci-dessous.



← Demande à télécharger sous :
www.jura.ch Office des véhicules >
Facilité de parking

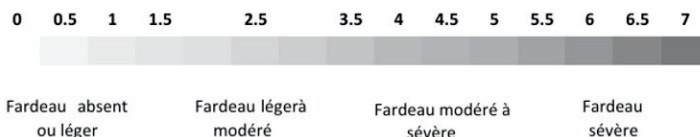
Evaluation du stress ressenti par les proches aidant.e.s

Grille Mini-Zarit

Notation : 0 = jamais, ½ = parfois, 1 = souvent

1 - Le fait de vous occuper de votre parent entraîne-t-il :	0	½	1
• des difficultés dans votre vie familiale ?	☐	☐	☐
• des difficultés dans vos relations avec vos amis, vos loisirs, ou dans votre travail ?	☐	☐	☐
• un retentissement sur votre santé (physique et/ou psychique) ?	☐	☐	☐
2 – Avez-vous le sentiment de ne plus reconnaître votre parent ?	☐	☐	☐
3 – Avez-vous peur pour l'avenir de votre parent ?	☐	☐	☐
4 – Souhaitez-vous être (davantage) aidé(e) pour vous occuper de votre parent ?	☐	☐	☐
5 – Ressentez-vous une charge en vous occupant de la personne proche aidée ?	☐	☐	☐

Interprétation :



En fonction du degré de stress ressenti, la personne proche aidante peut être orientée via la brochure entre vos mains.

Elle peut appeler le service de l'action sociale au 032 420 51 40 pour obtenir des renseignements ainsi qu'aller chercher des informations sur le site

<https://www.jura.ch/prochesaidants>

« Demander de l'aide ne signifie pas que vous êtes faible mais seulement que vous souhaitez rester fort »

Franck Nicolas







Plus d'informations sur le programme
PROCHES AIDANT·E·S JURA sur :

www.jura.ch/prochesaidants



Service de l'action sociale
Faubourg des Capucins 20
2800 Delémont
T 032 420 51 40
secr.sas@jura.ch

JURA CH
RÉPUBLIQUE ET CANTON DU JURA