CARITAS Jura

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

Programme 2024

CAFÉ THÉMATIQUE DES PROCHES AIDANTS

S'occuper d'un proche sur le long terme peut être source de fatigue et de stress. En tant que PROCHE AIDANT, accordez-vous une pause un après-midi ! Le café des proches aidants, c'est un soutien sans contrainte.

Information : Département Action Communautaire
Passage des Ponts 2, 2800 Delémont.
dac@caritas-jura.ch / tél. 032 423 55 37

Quoi ?

En permettant à chacun-e d'exprimer et d'échanger sur son expérience de proche aidant, le groupe de parole aide à mieux vivre sa réalité.
Le partage entre personnes concernées permet de 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. Les thèmes discutés seront choisis par les personnes présentes, au fur et à mesure des rencontres.

Quand et où ?

Les séances pour l'**année 2024 ont lieu de 14 h à 16 h :**

Delémont, **à LARC**, lieu d'accueil et de rencontre de Caritas, Passage des Ponts 2. Les mardis **13 février, 26 mars, 11 juin, 27 août, 8 octobre et 26 novembre.**

Porrentruy, Petit Café de la Gare, chez la Soph.

Les mercredis **15 mai et 25 septembre.**

Saignelégier, Café Restaurant du Soleil.

Les mercredis **17 avril et 4 septembre.**

Comment ?

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

Des groupes de parole spécifiques sont proposés par l'association **Cerebral Jura** (tél. 032 422 66 55) et l'association **Alzheimer Jura,** en collaboration avec le Centre de jour « la Valse du Temps » (tél. 032 462 11 57).

Cerebral
Association Cerebral Jura

alzheimer

01.2024_1000

UN PLUS POUR TOUS !