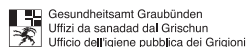


# AVEC TOI JE PEUX...

Merci aux proches aidant·e·s,  
le 30 octobre, c'est votre journée !

10<sup>e</sup> édition du programme



# AVEC TOI JE PEUX...

Si l'année écoulée a été toujours marquée par la pandémie de COVID-19, elle a également permis de renforcer les liens de solidarité du début de la crise envers les personnes les plus vulnérables. Elle a aussi mis en lumière le rôle important des proches aidant-e-s dans notre société.

Cette année, la nouvelle loi fédérale sur l'amélioration de la conciliation entre activité professionnelle et prise en charge de proches apporte une avancée majeure. Elle permet aux proches aidant-e-s de mieux concilier leur activité professionnelle et la prise en charge de leur proche grâce à des congés payés ; jusqu'à trois jours pour prendre soin d'un membre de la famille à la suite d'un accident ou d'une maladie ainsi qu'un congé de 14 semaines pour les parents d'enfants gravement malades ou victimes d'un accident.

Au niveau cantonal, à travers différents projets, nous nous focalisons sur la reconnaissance des proches aidant-e-s et une meilleure intégration de leurs compétences dans les dispositifs socio-sanitaires, car la pandémie l'a montré : les proches aidant-e-s représentent un soutien essentiel pour celles et ceux qu'elles ou ils accompagnent. Nous continuons aussi à les soutenir dans les diverses et complexes tâches qu'elles ou ils assurent auprès des personnes vulnérables.

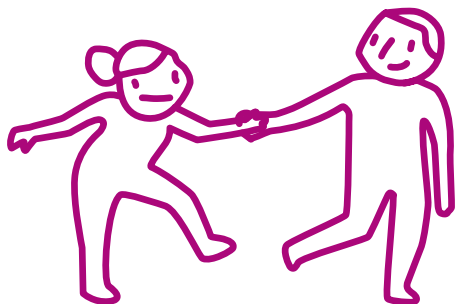
Il est important de reconnaître leur contribution sociale, c'est pourquoi nous leur dédions la journée du 30 octobre. Nous exprimons ainsi, à toutes et tous les proches aidant-e-s, notre gratitude pour leur engagement et leur présence régulière auprès des la personnes qu'elles ou ils accompagnent au quotidien.

Les conseillères et conseillers d'État : **Mauro Poggia (GE), Rebecca Ruiz (VD), Anne-Claude Demierre (FR), Nathalie Barthoulot (JU), Laurent Kurth (NE), Mathias Reynard (VS), Raffaele De Rosa (TI), Pierre Alain Schnegg (BE), Peter Peyer (GR).**

Des événements sont proposés dans les régions du canton de Vaud, du 28 octobre au 5 novembre 2021.

De multiples occasions d'échanger, de s'informer et de se détendre autour d'un atelier, d'un brunch ou encore d'un film. L'ensemble des activités et des animations sont gratuites.

En raison de la situation sanitaire, tout changement sera signalé sur le site internet.



Informations complémentaires et autres activités de l'édition 2021

[www.journee-proches-aidants.ch](http://www.journee-proches-aidants.ch)

 Informez-vous et trouvez des soutiens **Espace Proches 0800 660 660**

 Suivez-nous sur Facebook **prochesaidantsensuisse**

## Les 2 rencontres du bus info-seniors

**Organisé par** Réseau Santé La Côte, Pro Senectute Vaud

**En collaboration avec** Réseau Santé La Côte

➔ Vous accompagnez un proche âgé ? Venez vous informer sur les aides à disposition. Des professionnels seront devant le bâtiment avec le bus et répondront à toutes vos questions.

 021 822 43 20, [secretariat@rslc.ch](mailto:secretariat@rslc.ch)



### JEUDI 28 OCTOBRE

9H30 - 16H30

**MORGES/EHC**

Chemin du Crêt 2, devant l'hôpital

### VENDREDI 29 OCTOBRE

9H30 - 16H30

**GLAND/CLINIQUE LA LIGNIÈRE**

La Lignière 5, devant la clinique

---

### SAMEDI 30 OCTOBRE

8H - 12H

**ÉCHALLENS**

Place du Marché

## A la rencontre des proches aidants

**Organisé par** Espace Proches

**En collaboration avec** Pro-XY, CAT Nouméa, CMS

Echallens, Alzheimer Vaud, Pro Infirmis Vaud,

Pro Senectute Vaud

➔ Stand au marché d'Echallens. Venez échanger avec des professionnels pour vous informer et partager vos préoccupations afin de mieux vivre votre quotidien.

 0800 660 660, [info@espaceproches.ch](mailto:info@espaceproches.ch)



**SAMEDI 30 OCTOBRE,**

**10H - 11H30**

**APPLES**

Fondation Baud, Chantre aux Daims 1

## Partager les expériences autour d'un café croissant pour mieux s'entraider

**Organisé par** Fondation Commandant Baud

**En collaboration avec** Espace Proches

➔ Partant d'un témoignage de proches et de professionnels, la rencontre permettra d'échanger sur les difficultés d'accompagner son proche à domicile ou au sein d'une structure adaptée comme un établissement médicosocial (EMS), un centre d'accueil temporaire (CAT) ou un logement protégé. Ce moment de rencontre sera aussi l'occasion de partager les ressources et les informations comme celles des aides disponibles dans votre région.

 021 800 91 11, [info@fondationbaud.ch](mailto:info@fondationbaud.ch), inscription demandée



**SAMEDI 30 OCTOBRE**

**10H - 15H**

**CHÂTEAU-D'OEX**

Salle Polyvalente du Pôle Santé - Route de l'Hôpital 36

## Brunch contact pour les proches aidants du Pays-d'Enhaut. Comment s'entraider entre pairs ? Avec la participation de Philippe Jeanneret, parrain de la journée.

**Organisé par** Centre Info Entraide Vaud, Association de Proches aidants, Pro-XY antenne régionale, CMS Pôle Santé Pays-d'Enhaut

**En collaboration avec** des institutions de relèver

➔ Ce Brunch-Contact est destiné aux proches aidants du Pays-d'Enhaut. La journée sera rythmée par des moments d'échanges informels, de témoignages de proches aidants membres de groupes d'entraide et des présentations des ressources à disposition (entraide autogérée, association de Proches aidants, associations présentes Pro-XY et Alzamis Pro). Café croissants à 10h et apéritif dinatoire à midi !

 021 313 24 04, [entraide@benevolat-vaud.ch](mailto:entraide@benevolat-vaud.ch)  
inscription demandée



**SAMEDI 30 OCTOBRE**

**11H - 16H**

**NYON**

CAT Les Jardins du Couchant, chemin des Saules 4B

## Portes ouvertes au nouveau CAT !

**Organisé par** Fondation du Midi - CAT Les Jardins du Couchant

**En collaboration avec** Réseau Santé la Côte & Commune de Nyon

➔ Venez visiter le nouveau Centre Accueil Temporaire (CAT) de Nyon ! Au programme : rencontre avec des professionnels, allocation de Mme Stéphanie Schmutz, municipale et responsable de la cohésion sociale de Nyon, moment musical et petite restauration.

 022 361 03 49, [admin@catnyon.ch](mailto:admin@catnyon.ch)



**SAMEDI 30 OCTOBRE**

**14H - 17H30**

**YVERDON-LES-BAINS**

Avenue des 4 Marronniers 32B, bâtiment Ermitages B, Grande Salle

## Franchir les portes d'un CAT

**Organisé par** Fondation des 4 Marronniers/Secteur CAT&LP

**En collaboration avec** Espace Proches

➔ Profitez de ce brunch pour mieux connaître les activités proposées par le centre d'accueil et passer un moment convivial. Vous pourrez à cette occasion, mieux connaître l'offre et peut-être la solliciter pour disposer de bulles d'air en tant que proche aidant.

 024 424 67 20, [info@4marronniers.ch](mailto:info@4marronniers.ch)  
inscription demandée



**DU 1<sup>ER</sup> AU 5 NOVEMBRE**

**15H - 18H30**

**RENAZ /HOPITAL RIVIERA-CHABLAIS**

Route du Vieux Séquoia 20, hall d'entrée

### **A la rencontre des proches aidants : information et orientation**

**Organisé sous l'égide du** Réseau Santé Haut-Léman

→ Quels sont les soutiens qui existent pour les proches aidants? Rencontre avec les professionnels qui pourront vous présenter les offres de soutien et en discuter avec vous ; distribution de flyers et autres surprises.

L'exposition « Proche aidant, tous les jours » vous permettra de découvrir des témoignages audio visuels et des informations : identifier si vous êtes concernés ? savoir à qui s'adresser ?



**MARDI 2 NOVEMBRE**

**19H - 21H**

**ÉCHALLENS**

Rte d'Orbe 4, EMS Fondation des Châteaux,  
cafétéria

### **Proches aidant.e.s, parlez-nous de vous!**

**Organisé par** Espace Proches

**En collaboration avec** Fondation des Châteaux,  
CMS Echallens, Pro-XY

→ Projection du court-métrage « Proches aidant.e-s, parlez-nous de vous ! » réalisé sous la forme de 7 témoignages de proches qui ont accepté de parler de leur expérience. Projection suivie d'un échange animé par Pauline Seiterle, animatrice radio.

 021 886 16 20, CMS Echallens  
inscription demandée jusqu'au vendredi  
29 octobre



**MERCREDI 3 NOVEMBRE**

**8H - 12H**

**MORGES**

Grand-Rue

### **Des relèves et des bulles d'air**

**Organisé par** Pro-XY Morges-Cossonay

**En collaboration avec** BRIO, Pro Infirmis Vaud, Pro Senectute Vaud, Alzheimer Vaud

→ Rencontre au stand pour s'informer sur les offres de soutien utiles comme la relève, son fonctionnement et en quoi cela consiste. Une offre pour vous permettre d'instaurer des moments pour vous et pour souffler un peu.

 [morges-cossonay@pro-xy.ch](mailto:morges-cossonay@pro-xy.ch)



---

### **Deux ateliers pour prendre soin de soi**

**Organisé par** Fondation Bois-Gentil

**En collaboration avec** Espace Proches

→ Prendre soin de soi s'apprend et cela est important pour recharger ses batteries ! Il y a différentes manières de le faire. Par exemple, en raison de leurs vertus extraordinaires, les huiles essentielles sont utilisées depuis des siècles en médecine ou dans nos cosmétiques. Apprenez à les utiliser avec précaution lors de cet atelier.

 021 512 34 00, [info@fbg.ch](mailto:info@fbg.ch)



**MERCREDI 3 NOVEMBRE**

**10H30 - 11H45**

**LAUSANNE**

EMS Sauvabelin, route du Pavement 20,  
salle animation

**MERCREDI 3 NOVEMBRE**

**16H - 17H15**

**LAUSANNE**

EMS Petit-Flon, chemin du Petit-Flon 49,  
salle du restaurant au rez-inférieur

## MERCREDI 3 NOVEMBRE

14H - 16H15

**LAUSANNE**

CAT Maillefer, Chemin de Maillefer 125,  
salle communautaire au rez

### Se faire plaisir avec un atelier gourmandise : Ô délices et douceurs chocolatées

**Organisé par** Fondation Bois-Gentil

**En collaboration avec** Espace Proches

→ Sous la houlette du chef pâtissier de la Fondation Bois-Gentil, découvrez cet atelier tout en délice, tout en douceur, puis profitez d'une dégustation et d'une collation. Cet atelier vous changera les idées et réjouira vos papilles !

 021 512 32 90, referent.CAT@fbg.ch



---

## MERCREDI 3 NOVEMBRE

17H30 - 21H

**RENEUS**

Avenue de la Poste 16, au rez

### TOI + MOI = ET maintenant...

**Organisé par** Fondation La Primerose CAT Kanumera,  
CAT PASSIFLORE, CAT la Méridienne

**En collaboration avec** APREMADOL

→ Finger food et rencontres avec des proches aidants et des bénéficiaires des CAT Kanumera, CAT PASSIFLORE, CAT la Méridienne et des CMS de l'Association pour la prévention et le maintien à domicile de l'Ouest lausannois. Projection du film « Le confinement », un film réalisé par le CAT Kanumera avec les bénéficiaires pour montrer ce qui a été fait pendant ce temps de pandémie (2020). Moment d'échanges, contes.

 021 633 77 73,  
kinfo@fondationlaprimerose.ch  
inscription demandée



## JEUDI 4 NOVEMBRE

9H30 - 11H

**YVONAND**

Fondation Saphir, Route de Rovray 21,  
bâtiment Entour'Age, salle des Petits Bâteaux

### Une rencontre «proches aidants et professionnels»

**Organisé par** Fondation Saphir

**En collaboration avec** CMS d'Yvonand et Espace Proches

→ Les professionnels vous feront découvrir des soutiens comme l'accueil de jour et les groupes d'entraide, entre autres. Ce moment de partage entre proches aidants et professionnels sera ponctué par une visite d'un logement protégé.

 058 450 30 30, cmsnv@avasad.ch



---

## JEUDI 4 NOVEMBRE

11H30 - 13H30

**LAUSANNE**

### LiveConnect sur les «Loisirs et vacances»

**Organisé par** Pro Infirmis Vaud - ProcheConnect

**En collaboration avec** Fondation Coup d'Pouce

→ Bouger, découvrir et s'amuser: aussi avec un handicap – Des réponses en direct à toutes vos questions !

Comment trouver un club de sport pour ma fille en situation de handicap ? Où partir en vacances avec mon ami en chaise ? Comment savoir si un lieu de loisir est accessible à une personne à mobilité réduite ? Comment être déchargé pour avoir un peu de répit ? Des experts répondront à toutes vos questions en direct.

Comment ça marche ?

Une seule chose à faire: se rendre sur [procheconnect.ch](http://procheconnect.ch).

Vous pouvez poser vos questions ou consulter celles des autres. Il n'y a rien à installer : le site est accessible depuis n'importe où. Il fonctionne aussi sur smartphone ou tablette. L'anonymat est possible.

 058 775 34 59, [info@procheconnect.ch](mailto:info@procheconnect.ch)

**JEUDI 4 NOVEMBRE**

**18H - 18H30**

**LAUSANNE**

**Événement en ligne et en direct :  
mieux vivre le quotidien avec une  
maladie chronique**





**Organisé par** Ligue vaudoise contre le cancer

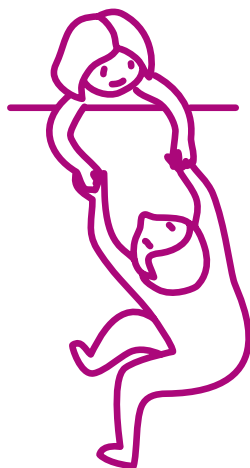
**En collaboration avec** Diabètevaud

→ Douleur, fatigue, émotions pénibles, difficulté à communiquer et perte de motivation accompagnent souvent la maladie, impactant aussi les proches. EVIVO est un cours destiné aux personnes atteintes d'une maladie chronique et à leurs proches. Il leur apporte des outils pour renforcer leur capacité à vivre le quotidien de façon plus positive. Découverte du programme, témoignages et discussion en ligne.

 078 611 12 89, [info@lvc.ch](mailto:info@lvc.ch)



-  Parking gratuit à proximité immédiate
-  Parking payant à proximité immédiate
-  Transports publics à proximité immédiate
-  Accessible aux personnes à mobilité réduite





# PROCHES AIDANT·E·S MERCII!

## Action « Bon relève à domicile »

Pour les 10 ans de la Journée des proches aidants, les proches ne connaissant pas encore les services de relève à domicile, pourront bénéficier gratuitement des 4 premières heures de relève professionnelle.

Un professionnel prend le relais auprès de la personne aidée, le proche aidant peut ainsi disposer d'un temps libéré pour récupérer, se ressourcer.

Du 1<sup>er</sup> novembre 2021 au 28 février 2022, l'action « Bon relève à domicile » est réalisée avec le soutien de la Direction générale de la cohésion sociale en collaboration avec Alzheimer Vaud, Pro infirmis Vaud, la Fondation Pro-XY et Espace Proches.

Les proches connaissant déjà la relève et souhaitant se rendre à une des manifestations au programme, pourront également bénéficier de 4 heures de relève gratuite.

Contact et infos: Hotline 0800 660 660, [info@espaceproches.ch](mailto:info@espaceproches.ch)

