

[Afficher dans le navigateur](#)



INFOENTRAIDESUISSE
ANTENNE NEUCHÂTEL



INFOENTRAIDESUISSE
ANTENNE JURA

CATALOGUE DES ATELIERS 2024 & JOURNÉE DES PROCHES AIDANTS

octobre 2023

NOUVEAU!

Un accès à toutes les compétences pour le bien de mon groupe d'entraide autogéré



LE CATALOGUE DES ATELIERS 2024 EST SORTI!

Nous sommes heureuses de vous annoncer la sortie du [nouveau catalogue](#) des ateliers de l'entraide pour l'année 2024!

Afin de faciliter la participation aux 3 ateliers successivement pour les membres, ou initiateurs-trices, de groupes d'entraide, nous vous proposons un PASS ! Dans chaque atelier, nous aborderons un aspect différent dans la gestion de votre groupe. En participant aux 3 ateliers, vous êtes sûr d'avoir toutes les cartes pour faire perdurer votre groupe dans le temps. Un gage de qualité ! Il est cependant toujours possible de participer uniquement à l'atelier de votre choix.

Les ateliers sont destinés aux membres de groupes d'entraide, qu'ils soient actifs depuis longtemps ou bien tout récemment. C'est l'occasion de refaire le bilan de son groupe, redynamiser l'ambiance ou le fonctionnement, ou acquérir des bases solides pour mener son groupe plus loin. Il est possible d'y participer seul-e en tant qu'animateur-trice ou référent-e de son groupe, mais nous encourageons la participation à plusieurs ! Les fondements du groupe en seront plus forts !



CRÉER

13 janvier 2024
9h30 à 13h00
Neuchâtel

Cet atelier permet de comprendre en quoi la co-responsabilité est au centre du bon fonctionnement d'un groupe. L'importance de la charte sera mise en avant.

[S'inscrire](#)



ANIMER

10 février 2024
9h00 à 13h00
Neuchâtel

Animatrice.teur d'un groupe d'entraide, vous aimeriez faire le bilan de ce rôle aux multiples facettes et découvrir quelques astuces et techniques pour améliorer votre animation!

[S'inscrire](#)

[Catalogue 2024](#)



COMMUNIQUER

9 mars 2024
9h00 à 13h00
Delémont

Participant.e d'un groupe d'entraide, nous vous encourageons à découvrir quelques postures et techniques pour favoriser des échanges bienveillants entre tous.

[S'inscrire](#)

Atelier 2023



Créer mon groupe d'entraide autogéré

Samedi 18 novembre 2023, de 9h30
à 13h00 à Neuchâtel

[S'inscrire](#)

Journée des proches aidants



*le mieux être
pour les proches aidants*

10h-18h **28.10.2023**

Hôtel des Associations, Neuchâtel





Venez nous rendre visite à l'hôtel des Associations, au 1er étage, bureau 112, rue Louis-Favre 1 à Neuchâtel. Vous découvrirez les nombreux groupes d'entraide du canton, et pourrez jouer au jeu de l'entraide si le cœur vous en dit !

Vous trouverez dans la cafétéria un espace convivial d'échange avec des snacks et boissons. Le midi un repas sera servi sur place. L'accès, également adapté aux personnes à mobilité réduite, est libre et ouvert à tous.

L'évènement est organisé par notre partenaire l'ANDPA (association neuchâteloise des proches aidants) que nous remercions! Le programme complet se trouve sur leur site.

"Lorsque leur santé se fragilise, de nombreuses personnes peuvent compter sur leurs proches. C'est un parent, un-e enfant, une-e conjoint-e, un-e voisin-e ou encore un-e ami-e qui par son soutien et son engagement va permettre à la personne fragilisée de continuer à vivre dans un environnement familial et adapté à ses besoins. Ce proche aidant ou cette proche aidante, aujourd'hui, c'est peut-être vous. Être « proche aidant-e » n'est souvent pas le fruit d'une décision, mais s'impose à vous progressivement. En fonction de l'évolution de l'état de santé de la personne que vous accompagnez, vous vous retrouvez à lui consacrer de plus en plus de temps. Votre soutien lui est précieux. Il a aussi un impact sur votre vie. En effet, ce rôle, et les responsabilités qui en découlent, peuvent être lourds, malgré le lien affectif qui vous lie à la personne aidée. En tant que proche aidant-e, vous pouvez alors vous retrouver confronté-e-s à des difficultés au niveau de votre santé, de votre activité professionnelle, de votre vie sociale et familiale ou encore à un manque de relève ou à des problèmes financiers. Vous n'êtes toutefois pas seul-e-s dans cet accompagnement ; des soutiens existent et il ne faut pas hésiter à les solliciter." brochure cantonale

 L'association neuchâteloise des proches aidants ANDPA apporte conseil et soutien.

 Il existe également de nombreux groupes d'entraide dans le canton pour les proches que vous pouvez rejoindre à tout moment!

Programme de la journée

Journée des proches aidants

samedi 28 octobre 2023

Jura



Groupes d'entraide

Trouver du soutien quand on
soutient soi-même un proche 

Créer un groupe
selon vos envies et besoins 

Contactez-nous



INFOENTRAIDESUISSE
ANTENNE JURA

Offre de création de nouveaux groupes d'entraide pour les
proches aidants au Jura

*Vous êtes proche aidant-e et vous vous demandez comment les autres proches aidant-es font dans leur quotidien pour tout concilier ? Pour tenir le coup ?
Vous avez vous-même acquis certaines expériences qui pourraient donner des pistes à d'autres proches aidant-es ?
Vous auriez besoin de vous sentir moins seul-e et reconnu-e dans ce que vous vivez ?*

Nous vous encourageons à lancer un nouveau groupe d'entraide, avec notre accompagnement, qui vous permette de rencontrer d'autres proches aidant-es !
Gratuitement nous créons ensemble votre groupe, de la définition du projet à la recherche de membre jusqu'à la constitution d'une charte permettant ensuite au groupe de voler en autogestion grâce à l'implication de tous ses membres.

[CONTACT](#)

**GROUPES D'ENTRAIDE
EN CRÉATION OU EN RECHERCHE DE MEMBRES**



INFOENTRAIDESUISSE
ANTENNE NEUCHÂTEL

- SED-HSD
(syndrome
d'Ehlers
Danlos)
- Covid long



INFOENTRAIDESUISSE
ANTENNE JURA

- Violences
sexuelles
- Troubles
anxieux
- Electro
sensibilité



GROUPE INTERCANTONAUX

- Secret lié à
la filiation

Pour nous contacter



INFOENTRAIDESUISSE
ANTENNE NEUCHÂTEL

Hôtel des Associations
Rue Louis-Favre 1
2000 Neuchâtel

www.infoentraide-neuchatel.ch
info@infoentraide-neuchatel.ch

032 724 06 00



INFOENTRAIDESUISSE
ANTENNE JURA

Rue du Puits 4
c/o locaux de Pro Senectute
2800 Delémont

www.infoentraide-jura.ch
jura@infoentraidesuisse.ch

032 724 06 00

