

JOURNAL DU PAYS-D'ENHAUT



CHÂTEAU-D'ŒX
ROUGEMONT
ROSSINIÈRE



Imprimerie de Château-d'Œx - T 026 924 61 22 - E info@journaldpe.ch
Route de La Ray 16 - CP 170 - 1660 Château-d'Œx
Editeur - Imprimeur - Rédacteur: Yves Burri.

PARAISSANT LE JEUDI À CHÂTEAU-D'ŒX
Journal d'information indépendant

Annonces noir-blanc (larg. 33 mm): 50 ct.* le mm (délai mardi 16 h - avec BAT 9 h)
Annonces couleurs (larg. 33 mm): 100 ct.* le mm (min Fr. 200.-) *TVA 7,7% en sus
Abonnement: 1 an: Fr. 55.- 6 mois: Fr. 30.- 1 fr 20 l'édition (TVA incl.)



**Proches aidant.e.s,
le 30 octobre, c'est votre journée!**

Programme: journee-proches-aidants.ch
Aides et soutiens: vd.ch/proches-aidants

UNE JOURNÉE POUR TOUS

Aider, s'entraider, être aidé

C'est un parent, un voisin, un ami. Vous l'aidez et l'accompagnez. Mais vous avez aussi besoin de « reprendre souffle ».

Demain peut-être, vous serez aussi cette parente, cette voisine, cette amie et vous apprécierez une présence qui vous accompagne. Dans les deux cas, la Journée du 30 octobre prochain à l'Hôtel Roc & Neige vous concerne: elle permettra le partage des expériences et la perspective d'un mouvement des proches aidants au Pays-d'Enhaut.

La journée intercantonale du 30 octobre constitue un acte symbolique fort à travers lequel nos neuf cantons reconnaissent la contribution et l'engagement des proches aidant.e.s en faveur du maintien à domicile des personnes de leur entourage atteintes dans leur santé ou leur autonomie.

Au Pays-d'Enhaut, cet événement prendra la forme d'un brunch, avec échanges, partages et témoignages qui se déroulera à l'Hôtel Roc & Neige le 30 octobre, de 10h à 15h.

Être bien informé pour mieux pouvoir aider

Cette journée devra permettre de remercier et de reconnaître le rôle déterminant des proches aidants dans notre société; ils ont une importance déterminante pour notre système de santé et méritent d'être davantage épaulés; ils s'engagent auprès des personnes malades ou handicapées à domicile. Cet engagement est souvent à la limite de leurs forces et les dépasse même souvent. Ce qui peut mettre en danger leur propre santé.

Des possibilités de soutien existent et seront présentées lors du brunch du 30 octobre. Sur place, les participants trouveront des possibilités d'aide offertes par

- **Pro XY**, une fondation laïque dont le but est d'offrir aux proches aidants une relève salutaire pour leur santé en prévention d'un épuisement dû à leur investissement personnel en faveur d'une personne dépendante. Le principe de l'activité de Pro-XY est d'apporter

une aide de proximité, avec des intervenants (équipiers) de la région, aux habitants de la région, sans distinction de confession, de race ou d'appartenance.

- **Pro-Infirmis** vient en aide aux personnes handicapées de l'enfance à l'âge de 65 ans.

- **Alz-ami pro** est un service professionnel d'accompagnement à domicile 24h/24 pour personnes atteintes de troubles de la mémoire. Créé par Alzheimer Vaud en 1998, il propose des heures de présence à domicile assumées par des intervenants au bénéfice d'une formation spécifique. Ses buts sont de -permettre de rester plus longtemps à la maison, -soulager le quotidien des proches, de jour comme de nuit et d'offrir des moments de distraction, d'échanges et de présence bienveillante.

- Le **CAT** (Centre d'accueil temporaire) du Pôle Santé du Pays-d'Enhaut (PSPE) qui peut accueillir des personnes âgées pour une journée ou une demi-journée dans la semaine.

- Le **Centre médico-social** du PSPE qui peut apporter son soutien et des soins à domicile.

- Le **Cour séjour** à l'EMS du PSPE à un prix forfaitaire durant 3 semaines pour que le proche aidant ait « des vacances ».

Avec le parrainage de Philippe Jeanneret à Château-d'Œx

En plus de ces stands informations, la rencontre du 30 octobre permettra aux proches aidants de partager leurs expériences pour s'épauler et mieux s'entraider entre pairs. Philippe Jeanneret – Monsieur Météo de la TSR et proche-aidant aussi – est le parrain de la journée. Comme toutes personnes présentes, il appréciera les témoignages de quelques proches-aidants qui feront mieux connaître la nature de leur engagement et les difficultés qu'ils rencontrent, même si le plus grand nombre affirment la satisfaction éprouvée dans leur engagement. Toutefois, leur fatigue progressive dans ces tâches est souvent préoccupante; et les proches aidants – surtout celles et ceux qui

AU PROGRAMME DU 30 OCTOBRE

- *Brunch-Contact le samedi 30 octobre à l'Hôtel Roc & Neige, de 10h à 15h. Cafés-croissants à 10h et apéritif dînatoire à 12h, offerts. Venez quand vous pouvez!*
 - *Inscription demandée au 021 313 24 04 ou entraide@benevolat-vaud.ch*
 - *Programme complet de la journée intercantonale des proches aidant.e.s le 30 octobre. www.journee-proches-aidants.ch*
- [prochesaidantsensuisse](https://www.facebook.com/prochesaidantsensuisse)

s'ignorent – doivent être sensibilisés aux possibilités d'appui avant de devenir trop vite aussi des proches à aider.

Des possibilités de relève et de soutien existent

Sur le plan officiel, on notera que 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. (cne)

Un « bon de relève à domicile » valable 4 mois

Les proches aidant.e.s qui ne connaissent pas encore les services de relève à domicile, pourront bénéficier gratuitement de 4 heures de relève professionnelle. Cette action est valable du 30 octobre 2021 au 28 février 2022.

Un professionnel d'Alzheimer Vaud, de Pro Infirmis Vaud ou de la Fondation Pro-XY prendra le relais auprès de la personne aidée et la/le proche aidant.e peut ainsi disposer d'un temps libéré pour récupérer, se ressourcer. Inscription à l'avance auprès de:

- Adélie Müller 079 764 02 60
paysdenhaut@proxy.ch
- Hotline 0800 660 660
info@espaceproches.ch