

proches des proches » était intéressant, diversifié et encourageant. Au milieu de chercheurs, professeurs, étudiants et soignants, les participants ont entre autres découvert six projets innovants sur des thèmes très divers : handicaps, troubles cognitifs, psychiatrie, dans le cadre de Haute école de santé et -d'église. Sortir des sentiers battus, oser et créer, c'était enrichissant. L'association peut trouver sa place et s'engager à être disponible dans divers projets.

## Décembre

### Haute école de santé Vaud, Hesvd, module «Proche aidant et vieillissement»

**Les interviews** sont, comme l'année passée, des temps forts pour les proches et les étudiants. C'est ce qui confirme que le témoignage et l'échange direct sont d'une importance capitale pour que nous soyons entendus et compris dans les milieux de la santé publique, politique et économique.

**La table ronde** est un temps donné aux étudiants pour connaitre plusieurs organisations et pour l'association de partager avec d'autres organisations une même préoccupation.

**Deux périodes de cours** ont été animées par la présidente W. Lecocq et par V. Mooser, membre de l'association. Prolonger le témoignage, vivre l'expérience du proche aidant d'une manière pratique, s'interroger sur ses propres pratiques professionnelles apportent une dimension supplémentaire aux étudiants.

**proches-aidants.ch**

Tél. 0800 77 88 00

IBAN CH47 8043 4000 0087 8384 8

CCP 10-4733-5

**L'exposition «Les proches aidants s'affichent»** a accompagné et soutenu ce module avec un vernissage propre à éveiller l'intérêt du spectateur.

Le partenariat avec l'Hesav s'installe, se renforce et évolue d'une manière positive et enrichissante. Merci à Mme Anne Louis, maître enseignante, pour son travail, pour la mise en lien avec les différents intervenants et la direction, pour sa détermination et sa bonne humeur.

**Un grand MERCI à tous les donateurs,** souvent fidèles au rendez-vous depuis quelques années. Et particulièrement à certains de nos membres qui font des versements réguliers, en plus de leurs cotisations.

**L'association continue à être présente** et à l'écoute pour tous les proches aidants, parfois pour les aidés. Nous sommes là pour faire avancer la cause des proches aidants en partenariat, en collaboration et en participation avec les organismes et institutions qui partagent le souci d bien-être et la reconnaissances (la place reconnue) des proches aidants.

## En chiffres

8 séances dans le cadre de compétences bénévoles

Organisation de 2 conférences et de 2 journées de formations (environ 45 participants)

Participation à 1 journée de recherche du domaine de la santé et 1 journée de conférence nationale destinée aux jeunes aidants

Participation dans les instances du canton de Vaud : AG et 5 rencontres de coordination dans les Réseaux de santé Vaud et

3 séances à la Commission consultative pour le soutien direct aux proches aidants



## Le mot de la présidente

S'engager avec nos moyens et nos possibilités auprès des proches aidants, c'est la règle d'or de l'association. En 2017 nous avons dû laisser de côté le travail de communication multimédia, trier les demandes de recherches et sondages divers et faire un choix de présence dans différentes activités. Nous finissons l'année 2017 sur une note d'espoir : l'entrée en matière pour une donation qui permettrait à l'association de souffler un peu et de se donner les moyens d'aller de l'avant.

Pour le début de l'année 2017, le comité s'est engagé dans la réflexion du chemin à prendre pour les prochaines années. Pendant les premiers six mois de 2017. un travail important pour définir notre stratégie et nos moyens a été finalisé dans le dossier « A la croisée des chemins ». Il était important pour nous de constater que nous étions prêts à une évolution progressive de l'association. Ce dossier a posé les bases de notre deuxième recherche de fond.

## Juin | Assemblée générale

En présence de 21 membres, c'était une soirée riche avec la présentation du rapport d'activité 2016, le volet administration d'une AG, le dossier « à la Croisée des chemins » et le statut de proche aidant expliqué par Mme Claudia von Ballmoos, membre de l'association. Une participation active des membres a nourri cette assemblée et nous avons vécu un temps fort lors de l'approbation du dossier, lequel, nous l'espérons vivement, permettra à l'association d'évoluer sereinement avec une présence et un impact forts dans le canton de Vaud. **BRAVO** et merci de votre soutien, aussi par mail ou en pensée.

## Janvier à juin

**Pour l'élaboration de son rapport visant à fixer l'avenir de l'association et à obtenir le feu vert de l' Assemblée générale, notre comité a fait appel à la Fondation Compétences Bénévoles (FCB) à Nyon.**

En conformité avec le contrat établi dans ce but, sous le regard attentif de Mme Caroline de Palézieux, notre bénévole, M. Henri Rothen, a assisté Waltraut Lecocq et Rémy Pingoud avec compétence et bienveillance dans la démarche citée ci-dessus. Nous sommes reconnaissants de l'aide précieuse qu'il nous a apportée.

Après avoir défini les objectifs et les étapes de travail, nous avons pu, en six mois entre janvier et juin 2017, établir un document contenant une stratégie et des objectifs et plus particulièrement la vision, la mission et la charte éthique de l'association qui ont tous été plébiscités lors de l'Assemblée générale en juin 2017. En effet, notre bénévole nous a apporté sa méthodologie, et, grâce à son regard extérieur, nous a aidés à mener la réflexion stratégique adéquate en nous ouvrant à d'autres horizons. En outre, par ses connaissances larges, il a permis de

faire émerger pour notre association des perspectives au-delà du rapport.

## Mars à Fribourg

**La première conférence nationale de jeunes aidants «Dialogues et témoignage» a eu lieu à l'HES-SO.**

Une belle journée avec des exposés concernant dossier de recherche, de statistique, d'évolution politique, implantation dans l'enseignement, activités pratiques du terrain et témoignages. Un équilibre qui permet à chacune et chacun de trouver son compte, son intérêt concernant soit la pratique, soit la théorie. Etletoutenfrançais est en allemand, un plaisir de s'unir au niveau national et international pour une cause qui nous tient à cœur.

Un engagement timide et en même temps volontaire. Par moment l'émotion est palpable : des adultes se voient projetés dans leur passé, les souvenirs remontent à la surface «eh oui moi aussi j'ai vécu cela, je me reconnais aujourd'hui ». Les liens se créent entre adultes et jeunes, entre professionnels, chercheurs et celles et ceux qui témoignent. De quoi repartir de cette journée avec

## En chiffres

**74** membres dont 11 membres engagés dans nos démarches

10 parrainages représentant **29** rencontres

**4** rencontres des proches aidants avec 31 participants

66 appels téléphoniques pour apporter **écoute, renseignements et soutien**

**1** lettre d'information et **1** rapport d'activité

**370 cartes d'urgence** délivrées par la Fondation de la Côte et l'ASPMAD Nord Vaudois

l'énergie dégagée, bienveillante, pleins de bon sens et de courage pour reprendre le flambeau des proches aidants de 3 à 103 ans avec notre association et nos nouveaux amis.

## Mai et novembre

**Deux journées de formation** suivies avec comme thèmes: «**Accompagner l'autre, entre écouter et savoir-faire** » et «**De pair à pair**» ou comment intégrer, partager, faire vivre et rayonner la particularité de notre association par sa notion de pair.

Les deux jours ont eu lieu à Romanel sur Lausanne, une a été raccourci d'une demi-journée car il y a eu plusieurs désistements (toujours légitimes lorsqu'on est proche aidant). Nous abordons l'écoute dans ses dimensions et son importance avec le lien et le sens pour les personnes impliquées au niveau du ressenti de l'un et de l'autre, la résonnance des propres histoires et valeurs et l'émotion qui en découle. La notion de pair à pair prend une dimension d'empathie et de solidarité prépondérante lorsqu'elle s'applique aux proches aidants.

## Juin

**Exposition à Tolochenaz «Sortir de l'ombre».**

Elle a été organisée par la Mme Heusch, art-thérapeute à la Fondation de la Côte et membre de l'association. Notre association a soutenu cette exposition par le financement de la graphiste et les affiches et flyers de communication, ainsi que par quelques permanences assurées par des membres de l'association. En présence d'une trentaine de personnes, le vernissage était chaleureux, animé par la musique et les interventions de l'art-thérapeute et de la présidente de l'association. La découverte des tableaux et textes en présence de quelques artistes était un temps précieux pour les visiteurs et

d'émotion pour les proches aidants actifs comme pour les anciens proches aidants. Merci au groupe de l'atelier d'art-thérapie.

## Septembre

**Lors de la rencontre des proches aidants, un témoignage nous a touché:**

«Mariée et heureuse depuis 40 ans avec un très gentil mari, Alzheimer s'est imposé dans notre couple et notre entourage ne le comprend pas. Je me permets parfois de petits moments pour moi, mais surtout sans abuser car mon mari est très vite stressé s'il ne me voit pas. J'essaye le plus possible à positiver la situation en disant : les bonnes années derrières, maintenant il y a les autres (années)...différentes... à ajuster du mieux que je puisse... Je suis allée dans un groupe de parole, mais lorsque spontanée et avec mon cœur, j'ai voulu échanger avec une personne qui parlait et dont son témoignage faisait écho à ma situation, on m'a expliqué qu'on parle à tour de rôle. Mon besoin n'est pas dans ce sens, alors j'ai cherché et trouvé avec l'association de proches aidants, dans un groupe de rencontre où là j'ai pu échanger spontanément et avec une écoute chaleureuse. Par deux fois maintenant j'ai pu rencontrer des personnes diverses avec des situations autres que la mienne, et même si on parle aussi de tout et de rien toujours dans le respect, ça m'a aidé à voir ma propre situation, bien plus légère que je croyais qu'elle était. Alors avec un grand plaisir j'attends de pouvoir participer à d'autres rencontres et je ne saurais que trop conseiller de franchir ce pas, d'oser aller vers les autres »

## Novembre

**Journée de la recherche du domaine Santé HES-SO.**

La participation à la journée de recherche du domaine de la santé de l'HES-SO, «Plus