GUIDE POUR LA COMMUNICATION ET LE RELAI DE LA JPA

JOURNÉE DES PROCHES AIDANT·E·S
30 OCTOBRE 2025

« TOUS ENSEMBLE, TOUS CONCERNÉ·E·S » :
UNE MOBILISATION CITOYENNE EN FAVEUR DES PROCHES AIDANT·E·S

PARTICIPEZ À LA JOURNÉE DES PROCHE AIDANT·E·S (JPA)
ET RELAYEZ CETTE MOBILISATION CITOYENNE !

espace proches
nous vous aidons à aider

Réseaux Santé Vaud

canton de Vaud

proches aidants

1. POURQUOI CE GUIDE ?

La Journée des proches aidant·e·s (JPA) est coordonnée dans le canton de Vaud par Espace Proches, sous le mandat de la Direction générale de la cohésion sociale (DGCS) de l'État de Vaud et avec le précieux soutien des quatre Réseaux de Santé vaudois.

Pour faire de cette journée un succès, nous avons besoin de toutes et de tous !

Communes, institutions, associations ou entreprises : votre participation est précieuse et indispensable.

Ce Guide a été conçu pour vous faciliter la tâche : il propose des conseils pratiques et des textes « clé en main » pour relayer largement la JPA et soutenir sa communication.

Nous vous remercions par avance de votre engagement en faveur de cette Journée de sensibilisation.

Des questions ? Nous restons volontiers à votre disposition !

Questions & conseils

JOHANNA MONNEY
Espace Proches
Chargée de projets événementiels

e-mail :
johanna.monney@espaceproches.ch

Téléphone :
021 321 12 72

SONT DES PERSONNES PROCHES AIDANTES, PRENONS DU TEMPS POUR ELLES LE 30 OCTOBRE

2. LA JOURNÉE DES PROCHES AIDANT·E·S, C'EST QUOI ?

La Journée en faveur des personnes proches aidantes a lieu chaque année le 30 octobre. Initiée par le Canton de Vaud en 2012, 10 cantons se sont progressivement joints au Canton pour organiser cette journée d'engagement en faveur des personnes proches aidantes. Cette dernière est finalement devenue nationale en 2024 sous l'égide de la **Communauté d'Intérêts Proches Aidants (CIPA)**.

Les personnes proches aidantes donnent beaucoup et s'investissent auprès de leur proche. Cette journée est l'occasion de mener des actions, dont l'objectif est de permettre au public et aux proches de prendre conscience de l'exigence de leur engagement et de l'importance de s'entourer pour aider sans s'épuiser.

Il est important de mettre en valeur ce rôle essentiel :

> **Ensemble, nous voulons leur dire « Merci » !** Et leur dire combien leur engagement est important. «Prenons du temps pour un·e proche aidant·e» : cette journée initie un grand mouvement de mobilisation. Chaque citoyen·ne est invité·e à faire un geste de reconnaissance envers un·e proche aidant·e de son entourage. Des idées de gestes possibles se trouvent sur : www.journee-proches-aidants.ch

> C'est **une journée de sensibilisation** : de nombreuses personnes ignorent ou peinent à accepter qu'elles sont proches aidantes et qu'elles ont peut-être droit à de l'aide. « Suis-je un·e proche aidant·e ? » « Quel est mon état de fatigue et ai-je besoin d'aide ? ». Ce sont des questions que nous invitons tous·te·s à se poser. Des pistes se trouvent sur : www.journee-proches-aidants.ch. Nous profitons de cette journée pour informer sur les soutiens à disposition.

Proche aidant·e ?

Une personne proche aidante est une personne qui aide régulièrement (un fois par semaine ou plus) un·e proche de son entourage de tout âge (un membre de la famille, un·e ami·e, un·e voisin·e). Ce dernier, cette dernière a besoin d'aide pour pouvoir rester à la maison parce qu'il·elle est âgé·e, malade, en situation de handicap et/ou en perte d'autonomie. La personne proche aidante l'aide en lui faisant à manger, les courses ou le ménage, en l'accompagnant chez le médecin, en l'aidant dans les tâches administratives ou encore en l'écoutant et en étant présente à ses côtés.

Aujourd'hui, on considère qu'une personne sur quatre en Suisse est proche aidante. En 2022, ce sont 117'000 personnes dans le Canton de Vaud de 15 ans et plus, représentant 18% de la population vaudoise. Ce n'est pas rien !

3. COMMENT PARTICIPER À LA JOURNÉE DES PROCHES AIDANT·E·S ?

Vous pouvez relayer, au niveau de votre institution ou de votre commune, la Journée des proches aidant·e·s de plusieurs manières :

> Commandez le matériel de communication de la Journée (voir paragraphe 8) et mettez-le à la disposition de votre public de manière bien visible !

> Relayez la Journée des proche aidant·e·s sur vos canaux de communication :

- Inscrivez la JPA dans l'agenda figurant sur votre site internet.
- Ajoutez une bannière aux couleurs de la Journée à votre site internet.
- Publiez une actualité sur votre site internet.
- Publiez un post sur vos réseaux sociaux.
- Intégrez une information dans votre prochaine newsletter ou votre journal interne.

> Introduisez durant le mois d'octobre le bandeau spécial de la Journée (voir paragraphe 8) dans la signature de vos e-mails.

> Ecrivez un mail à l'ensemble de vos collaborateurs·trices en leur expliquant l'objectif de la Journée des proches aidant·e·s et en les invitant à se renseigner sur www.journee-proches-aidants.ch

> Toute commune peut également informer les employeur·euse·s situés sur son territoire que des soutiens sont à disposition des proches aidant·e·s : www.vd.ch/proches-aidants
Vous pouvez :

- Leur envoyer un zip avec les affiches / matériel à disposition au lieu de les rediriger vers la page du site internet d'Espace Proches où ils doivent télécharger les différents éléments.
- Les inciter à s'abonner aux comptes Facebook www.facebook.com/prochesaidantsensuisse et Instagram www.instagram.com/prochesaidants_suisse « proches aidants » intercantonal et partager également ces informations.

4. UN KIT DE COMMUNICATION À VOTRE DISPOSITION

Du matériel est à votre disposition pour participer à la Journée des proches aidant·e·s :

> Affiche de la Journée des proches aidant·e·s (format A3).

> La boutonnière à porter en signe de soutien et de reconnaissance.

> Une carte postale informant sur la Journée des proches aidant·e·s et invitant à porter la boutonnière (A5).

> La brochure « Proche aidant·e tous les jours » informe sur l'ensemble des soutiens et des aides à disposition des proches aidant·e·s.

Commandez le matériel dont vous avez besoin !

Contactez le Réseau de Santé de votre région pour commander le matériel de la Journée des proches aidant·e·s.

> Pour contacter le Réseau de Santé de votre région : www.reseaux-sante-vaud.ch

5. LA JOURNÉE DES PROCHES AIDANT·E·S SUR VOS CANAUX DIGITAUX !

Conseils pour la diffusion :

> Nous avons préparé plusieurs textes de tailles différentes à utiliser selon vos besoins (voir pages suivantes).

> N'hésitez pas à utiliser les visuels de la Journée des proches aidant·e·s qui se trouvent sur le site internet d'Espace Proches, à télécharger sous format électronique : www.espaceproches.ch/journee-des-proches-aidants-2025.

> N'hésitez pas à relayer cet élan sur vos canaux de communication habituels (réseaux sociaux) en mentionnant :

- sur Facebook ***@prochesaidantsensuisse***
- sur Instagram ***@prochesaidants_suisse***
- et en utilisant le hashtag ***#merciprochaidant***.

> Pensez à vos différents canaux de communication : réseaux sociaux, mais aussi site internet (rubrique « agenda » et/ou « actualités », par exemple), journal, newsletter.

> Enfin, vous pouvez également introduire durant le mois d'octobre le bandeau spécial de la journée (voir paragraphe 8) dans la signature de vos e-mails. Invitez les collaborateurs et les collaboratrices de votre structure à en faire de même.

6. TEXTE COMPLET

Journée des proches aidant·e·s : le 30 octobre, c'est leur journée !

En Suisse, 1 personne sur 4 est proche aidante. Dans le Canton de Vaud, plus de 117'000 personnes, soit 18% de la population, consacrent de leur temps une fois par semaine ou plus à aider leur conjoint, leur conjointe, un parent, un enfant, un frère ou une sœur. Bien souvent, ces personnes s'investissent auprès de leur proche sans avoir conscience qu'elles sont proches aidantes et qu'elles pourraient demander de l'aide. Les soutiens existent, mais ils ne sont pas toujours connus (www.vd.ch/proches-aidants).

« Tous ensemble, tous concerné·e·s » : Une mobilisation citoyenne en faveur des proches aidant·e·s

Organisée chaque année le 30 octobre, la Journée des proches aidant·e·s est une journée dédiée aux personnes qui consacrent du temps régulièrement à aider un·e proche atteint·e dans sa santé et/ou son autonomie. L'objectif de cette journée est triple : rendre visible la contribution importante des proches aidant·e·s à notre société, mais aussi informer les personnes qui sont proches aidantes sur les aides et les soutiens à leur disposition pour faciliter leur engagement et prévenir l'épuisement ou tout problème de santé. Enfin, cette Journée veut surtout leur dire ***« Merci ! »***. Dans un grand mouvement de solidarité, la campagne de mobilisation vous invite, le 30 octobre, à montrer, vous aussi, votre soutien aux proches aidant·e·s de votre entourage. Sur le site internet de la Journée, vous trouverez des idées de gestes et d'actions : www.journee-proches-aidants.ch/soutenir-un-proche-aidant

À la rencontre de la population pour sensibiliser et informer

Le 30 octobre est l'occasion de s'informer. Les différents partenaires qui s'engagent aux côtés des proches aidant·e·s se mobilisent tous ensemble pour aller à la rencontre de la population ! Vous avez des questions ? Vous vous demandez si vous êtes proche aidant·e ? Vous avez besoin de renseignements sur les aides à disposition ? Vous souhaitez une brochure d'information ? Venez les rencontrer !

Des stands d'information sont organisés dans l'ensemble du Canton de Vaud.

STANDS D'INFORMATION - JEUDI 30 OCTOBRE 2025 TOUTE LA JOURNÉE

Les différents partenaires de la Journées des proches aidant·e·s sont présents dans les endroits suivants :

- Centre Migros à Romanel-sur-Lausanne
- Centre Coop La Savonnerie à Renens
- Forum de Montreux
- Centre Coop à Château d'Oex
- Centre commercial Les Charpentiers à Morges
- GHOL – Hôpital de Nyon
- Yverdon Métropole à Yverdon-les-Bains
- Centre Coop de Payerne

Vous avez des questions ? Besoin de conseils ?

La ligne téléphonique cantonale gratuite d'Espace Proches pour les proches aidant·e·s est à votre disposition pour vous écouter, vous informer et vous orienter vers les aides disponibles.

0800 660 660 - www.espaceproches.ch

SONT DES PERSONNES PROCHES AIDANTES, PRENONS DU TEMPS POUR ELLES LE 30 OCTOBRE

7. TEXTE PLUS COURT

Journée des proches aidant·e·s : le 30 octobre, c'est leur journée !

« Tous ensemble, tous concerné·e·s » : Une mobilisation citoyenne en faveur des proches aidant·e·s

Organisée chaque année le 30 octobre, la Journée des proches aidant·e·s a pour objectif de rendre visible la contribution essentielle des proches aidant·e·s à notre société. Ces personnes consacrent du temps à aider un·e proche atteint·e dans sa santé et/ou son autonomie. Cette journée est l'occasion de leur dire ***« Merci ! »***. Chacun·e est invité·e à faire un geste aux personnes proches aidantes de son entourage : www.journee-proches-aidants.ch/soutenir-un-proche-aidant

Cette journée est aussi l'occasion de sensibiliser les proches aidant·e·s et de les informer sur les soutiens à leur disposition pour éviter qu'ils s'épuisent ou s'isolent. Les différents partenaires qui s'engagent aux côtés des proches aidant·e·s se mobilisent « tous ensemble » le 30 octobre à travers des stands d'information organisés dans l'ensemble du Canton de Vaud : www.espaceproches.ch/journee-des-proches-aidants-2025.

La ligne téléphonique cantonale gratuite d'Espace Proches est à votre disposition pour vous écouter, vous informer et vous orienter vers les aides disponibles. ***0800 660 660*** - *www.espaceproches.ch*

8. TEXTES POUR LES RÉSEAUX SOCIAUX

> Texte général sur la Journée des proches aidant·e·s :

JOURNÉE DES PROCHES AIDANT·E·S - En Suisse, 1 personne sur 4 est proche aidante. Dans le Canton de Vaud, plus de 117'000 personnes consacrent de leur temps, une fois par semaine ou plus, à un·e proche atteint·e dans sa santé et/ou son autonomie. Le 30 octobre, c'est la Journée des proches aidant·e·s, l'occasion de leur dire « Merci » et de s'informer sur les soutiens à disposition : www.vd.ch/proches-aidants

« Tous ensemble, tous concerné·e·s » : vous aussi, faites un geste ! Montrez votre soutien aux personnes proches aidantes de votre entourage !

Soutenir un proche aidant - Journée des proches aidants (www.journee-proches-aidants.ch)

#merciprochaidant #tousensemble #tousconcernés

> Texte sur les stands d'information organisés le 30 octobre :

JOURNÉE DES PROCHES AIDANT·E·S - Le 30 octobre, c'est la Journée des proches aidant·e·s. Une journée pour dire « Merci » aux personnes qui s'occupent d'un·e proche atteint·e dans sa santé et/ou son autonomie, et pour les informer sur les soutiens à leur disposition pour éviter qu'elles s'épuisent.

Les différents partenaires qui s'engagent aux côtés des proches aidant·e·s se mobilisent le 30 octobre pour informer la population. Des stands d'information sont organisés dans tout le Canton de Vaud : www.espaceproches.ch/journee-des-proches-aidants-2025.

Venez les rencontrer !

#merciprochaidant #tousensemble #tousconcernés

> Texte sur la ligne téléphonique pour les proches aidant·e·s :

JOURNÉE DES PROCHES AIDANT·E·S - Le 30 octobre, c'est la Journée des proches aidant·e·s. Une journée pour dire « Merci » aux personnes qui s'occupent d'un·e proche atteint·e dans sa santé et/ou son autonomie, et pour les informer sur les soutiens à leur disposition pour éviter qu'elles s'épuisent.

www.vd.ch/proches-aidants

Vous avez des questions ? Besoin de soutien ? La ligne téléphonique cantonale gratuite d'Espace Proches pour les proches aidant·e·s est à votre disposition pour vous écouter, vous informer et vous orienter vers les aides disponibles.

***0800 660 660** - www.espaceproches.ch*

#merciprochaidant #tousensemble #tousconcernés

9. SITES INTERNET, LOGO, VISUELS

> *Le site internet* de la Journée des proches aidant·e·s pour le grand public : www.journee-proches-aidants.ch

> Vous trouverez sur le site d'Espace Proches *l'ensemble du matériel à télécharger* sous format électronique : www.espaceproches.ch/journee-des-proches-aidants-2025.

- *Les affiches* de la campagne.
- *Des bandeaux pour les e-mails et des bannières*.
- *Le Logo* de la Journée des proches aidant·e·s.

> Le site internet pour s'informer des soutiens existants : www.vd.ch/proches-aidants

Questions & conseils

JOHANNA MONNEY
Espace Proches
Chargée de projets événementiels

e-mail :
johanna.monney@espaceproches.ch

Téléphone :
021 321 12 72