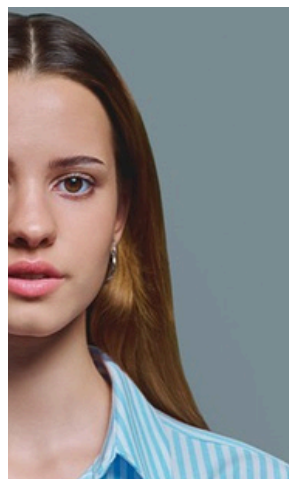


'espace proches,

nous vous aidons à aider



**RAPPORT
D'ACTIVITÉ**

2025

SOMMAIRE



Espace Proches est une association reconnue d'utilité publique créée en 2014.

Active sur l'ensemble du territoire vaudois, elle se donne pour missions d'informer, orienter et soutenir toute personne aidant régulièrement un-e proche limité-e dans son autonomie du fait de l'âge, de la maladie ou d'un handicap.

Son équipe de professionnelles de la santé et du social propose des prestations totalement gratuites : une hotline cantonale pour répondre aux questions et des entretiens personnalisés pour faire le point sur les difficultés.

Objectif : permettre à chaque personne proche aidante d'identifier les aides disponibles et d'accéder aux ressources adaptées à ses besoins.

Porte d'entrée vers le réseau vaudois d'organismes de soutien aux personnes proches aidantes, l'association mène également avec ses partenaires des actions de formation et de sensibilisation destinées à mettre en lumière les nombreux défis rencontrés par les personnes proches aidantes et à œuvrer à la reconnaissance de leurs apports essentiels à la société.

AVANT-PROPOS	3
ESPACE PROCHES EN 2025	4
ÉCLAIRAGES	12
MISSIONS ET PRESTATIONS	14
L'ASSOCIATION	20
AU CŒUR DU RÉSEAU	22
ESPACE PROCHES ET VOUS	23

Le mot du Président et du Directeur

Espace Proches a entamé sa deuxième décennie d'existence. Les dix premières années, jalonnées d'apprentissages, de rencontres et de collaborations fructueuses, ont posé des fondations solides. L'année 2025 marque l'ouverture d'un nouveau chapitre : celui d'une association ancrée dans le paysage vaudois, qui poursuit son développement et accentue son action.

L'année 2025 a été celle du renforcement et de l'amplification de nos missions autour de deux pôles complémentaires. Le pôle santé-social, d'une part, dont le développement s'est traduit par l'élargissement de l'équipe, tant en termes de taux d'activité que de compétences, notamment pour mieux répondre aux enjeux de transculturalité. Le pôle sensibilisation, d'autre part, dont la montée en puissance ancrée dans la stratégie 2025 s'est concrétisée en étroite collaboration avec nos partenaires du réseau.

Cette dynamique porte ses fruits. L'accroissement de la notoriété d'Espace Proches se reflète directement dans l'augmentation de la demande : en 2025, notre Hotline cantonale a enregistré un quasi-doublement des entretiens téléphoniques par rapport à l'année précédente. Ces chiffres témoignent d'un besoin réel ainsi que de l'efficacité des actions de communication déployées afin de toucher des personnes qui, trop souvent encore, ne sollicitent de l'aide qu'une fois épuisées. Les soutenir en amont, avant que la situation ne devienne critique, demeure plus que jamais notre priorité.

Ces résultats n'auraient pas été possibles sans la mobilisation exemplaire de l'ensemble de nos partenaires institutionnels et associatifs, qu'ils siègent ou non au sein du Comité d'Espace Proches. Les synergies renforcées et les initiatives collectives co-construites tout au long de l'année nous ont permis de gagner en impact à la fois sur la reconnaissance des personnes proches aidantes et sur leur connaissance du dispositif qui leur est destiné pour leur permettre de remplir leur rôle tout en préservant leur santé et leur qualité de vie.

Nos remerciements chaleureux vont à la Direction générale de la cohésion sociale (DGCS) de l'État de Vaud, pour son soutien et son implication constants et durables. C'est grâce à cet appui que nous pouvons déployer nos missions avec l'ampleur et la qualité qu'elles requièrent.

Nous remercions également les membres de notre Comité, réélus en 2025, pour leur expertise, leur vision stratégique et la qualité de leur gouvernance. Leur engagement est précieux, et nous nous réjouissons de poursuivre ce travail collectif à leurs côtés.

Enfin, notre reconnaissance va tout particulièrement aux personnes proches aidantes qui font appel à Espace Proches. Leur confiance nous honore et nous rappelle chaque jour la responsabilité qui est la nôtre : être à la hauteur de leurs attentes et de leurs besoins.

Alors que nous nous tournons vers 2026-2027, une priorité s'impose à nous et à l'ensemble des actrices et acteurs du dispositif cantonal : mieux identifier et accompagner les jeunes aidant-e-s, parfois mineur-e-s, qui assument des responsabilités lourdes alors qu'elles et ils sont en pleine construction identitaire et socio-professionnelle. Plus nous les appuierons tôt, mieux nous leur permettrons de concrétiser leurs projets d'avenir sans sacrifier leur propre développement. Avec les personnes issues de la migration et allophones, les jeunes aidant-e-s constituent un public prioritaire dans notre lutte contre le non-recours et l'épuisement.

Car il ne faut jamais l'oublier : les personnes proches aidantes sont un pilier essentiel de notre système social et de santé. À ce titre, elles méritent d'être pleinement reconnues, entendues et soutenues dans leur engagement quotidien. C'est là notre mission, et nous la poursuivrons avec la même conviction qui nous anime depuis plus de dix ans.

François Cardinaux, Président

Diego Lindlau Glejser, Directeur

ESPACE PROCHES EN 2025

En 2025, Espace Proches a franchi une nouvelle étape dans la mise en œuvre de ses missions stratégiques : intensifier la portée de ses actions de sensibilisation, renforcer les synergies et atteindre ses publics clés.

Une succession de temps forts, d'événements publics, de rencontres professionnelles et de participations à des initiatives collectives ont jalonné une année dense, riche de sens et porteuse de perspectives importantes pour le soutien aux personnes proches aidantes.

NOS GRANDS RENDEZ-VOUS ANNUELS

3ÈME JOURNÉE DU RÉSEAU PROFESSIONNEL DE LA PROCHE AIDANCE 19 juin 2025, Aigle

134 professionnel-le-s représentant-e-s de 66 institutions du domaine médico-social vaudois se sont réuni-e-s à Aigle pour cette grande rencontre organisée par Espace Proches avec le soutien de la Direction générale de la cohésion sociale (DGCS) de l'État de Vaud.

Cet événement annuel s'adresse aux professionnel-le-s de la santé, du travail social et des ressources humaines, ainsi qu'à toute personne concernée par la thématique dans le cadre de son activité professionnelle. Il a pour vocation d'encourager l'échange de pratiques, la réflexion collective et la co-construction de réponses innovantes au service des personnes proches aidantes et aidées.

Le thème de cette 3ème édition, «Proches aidant-e-s, proches aidé-e-s : leur parole comme boussole», a été choisi pour véhiculer une vision fondamentale, rappelée par Diego Lindlau Glejser, Directeur d'Espace Proches, dans son discours d'ouverture : *«Impliquer les personnes concernées n'est pas qu'un impératif éthique, c'est un levier d'impact. Lorsque les projets sont construits avec les personnes proches aidantes et aidées, lorsque leurs paroles servent de boussole aux professionnel-le-s, les actions gagnent en pertinence, en adhésion, en durabilité et en légitimité. Ne jamais parler ni décider à la place des personnes concernées, mais travailler avec elles. C'est là que réside la forme la plus juste d'accompagnement.»*

Animée par Corinne Bloch, mise en images par l'illustratrice Olivia Hadorn et enrichie par les précieuses contributions des intervenant-e-s et témoignant-e-s, la journée a permis de promouvoir des initiatives inspirantes, nées de l'intelligence collective et du partenariat proches aidant-e-s-proches aidé-e-s-professionnel-le-s. Des initiatives qui démontrent que les expertises professionnelles et vécues sont complémentaires, et non hiérarchisables.

La Journée du réseau a ainsi confirmé qu'elle constitue un espace privilégié une fois par année pour se réunir, partager les défis et les bonnes pratiques, et repartir riche de liens renforcés avec l'ensemble des partenaires.

Rendez-vous le 18 juin 2026 à Vevey pour la 4ème édition !





Les proches aidants ne
savent pas toujours qu'ils
le sont

5ÈME JOURNÉE THÉMATIQUE PROCHES AIDANT·E·S

9 octobre 2025, Lausanne

Espace Proches a désormais l'honneur d'être partenaire de cet événement annuel et d'en assurer la co-organisation avec la Haute École de Santé Vaud (HESAV), la Croix-Rouge vaudoise et l'Association de proches aidants, avec le soutien de la Direction générale de la cohésion sociale de l'État de Vaud.

Près de 140 participant·e·s (professionnel·le·s, futur·e·s professionnel·le·s, bénévoles, étudiant·e·s, proches aidant·e·s et proches aidé·e·s) se sont réuni·e·s à l'HESAV pour une journée aussi riche que stimulante, articulée autour d'une alternance de conférences, d'ateliers et de témoignages éclairants.

Les thématiques abordées ont été au cœur des enjeux actuels :

- Les postures professionnelles et le partenariat de soin
- La perception de l'aide selon les différent·e·s acteur·ice·s
- La coordination et la complémentarité des interventions
- Les modèles collaboratifs favorisant l'expertise partagée
- L'impact du cadre légal, des politiques publiques et du contexte socio-économique sur la situation des personnes proches aidantes

Dans son allocution, Diego Lindlau Glejser, Directeur d'Espace Proches, a rappelé l'urgence d'agir collectivement : capitaliser sur l'intelligence collective pour innover dans nos pratiques, cultiver les synergies entre institutions, partager et répliquer ce qui fonctionne pour gagner en efficience, et ainsi démultiplier l'impact de nos actions communes. Des leviers pour permettre de relever ensemble les défis auxquels notre réseau fait face en matière de ressources.

«L'enjeu n'est toutefois pas uniquement économique. Par leur engagement quotidien auprès de leurs proches frappé·e·s par la maladie, en situation de handicap ou en perte d'autonomie, parfois au détriment de leurs propres santé et qualité de vie, les personnes proches aidantes sont les meilleures ambassadrices des valeurs de solidarité et de cohésion sociale qui nous permettent de faire société. À ce titre, elles méritent d'être pleinement reconnues pour leurs inestimables apports, mais aussi entendues dans leurs difficultés et soutenues activement dans leurs efforts pour les surmonter».

Pour cette édition 2025, Espace Proches a rejoint le comité de pilotage et d'organisation, et repris le cofinancement de la journée grâce à une subvention spécifique allouée par la Direction générale de la cohésion sociale de l'État de Vaud (DGCS). Cette nouvelle formule sera reconduite, garantissant la pérennité de ce rendez-vous annuel.



JOURNÉE DES PROCHES AIDANT·E·S 2025

30 octobre 2025

Dans le canton de Vaud, la Journée des proches aidant·e·s (JPA) est coordonnée par Espace Proches sous mandat de la Direction générale de la cohésion sociale de l'État de Vaud (DGCS), en étroite collaboration avec les quatre Réseaux Santé Vaud : Réseau Santé Haut-Léman (RSHL), Réseau Santé la Côte, Réseau Santé Nord Broye (RSNB), Réseau Santé Région Lausanne (RSRL).

En Suisse, une personne sur quatre accompagne régulièrement un·e proche en perte d'autonomie du fait de l'âge, d'une maladie, d'un accident ou d'un handicap. Le 30 octobre est l'occasion de leur dire «Merci», et de les informer sur les soutiens à disposition pour prévenir l'épuisement et l'isolement.

«Les personnes proches aidantes sont un pilier important de notre société», a rappelé Rebecca Ruiz, Conseillère d'État et Cheffe du Département de la santé et de l'action sociale.



Cette édition 2025 avait pour vocation d'aller à leur rencontre, avec **8 stands déployés en 8 lieux du canton (Château-d'Oex, Montreux, Morges, Nyon, Payerne, Renens, Romanel-sur-Lausanne et Yverdon-les-Bains)** : un total de **75 personnes professionnelles, bénévoles et représentantes de 23 organisations partenaires** se sont ainsi mobilisées sur le terrain pour informer, orienter et échanger sur la réalité de la proche aidance avec le grand public.

Une présence sur le terrain qui a permis de toucher près de l'000 personnes tout au long de la journée, chiffre qui ne recense que les personnes avec lesquelles un véritable échange a pu s'engager.

Ces rencontres ont confirmé une réalité que le réseau connaît bien : une très grande majorité des contacts ont eu lieu avec des personnes qui sont elles-mêmes proches aidantes, souvent sans se reconnaître spontanément dans ce rôle. Plusieurs ont découvert au fil de la conversation qu'elles pouvaient bénéficier d'un soutien. D'autres ont recueilli des informations pour un·e proche de leur entourage.

Parmi les sujets les plus fréquemment abordés : les aides financières disponibles, les congés proches aidant·e·s, les services de relève et de soins à domicile, ou encore la simple question «À qui m'adresser dans ma situation?». Certains entretiens se sont déroulés avec beaucoup d'émotion. D'autres ont débouché sur des démarches concrètes, comme la prise d'un rendez-vous ou l'appel à la Hotline cantonale d'Espace Proches.

Cette journée a pleinement atteint ses objectifs : créer du lien, rompre l'isolement et offrir aux personnes proches aidantes l'accès aux informations et aux ressources dont elles ont besoin.

Un succès rendu possible grâce à la mobilisation exemplaire de l'ensemble des parties prenantes. Pour cette dynamique collective, coordonnée tout au long de l'année, Espace Proches tient à remercier chaleureusement les quatre Réseaux Santé Vaud, les institutions partenaires et leurs équipes, ainsi que la Direction générale de la cohésion sociale de l'État de Vaud pour sa confiance et son soutien constant.

Le 30 octobre, Diego Lindlau Glejser, Directeur d'Espace Proches, a été l'invité de la journaliste Julie Marti sur lfm la radio, pour évoquer les enjeux de la proche aidance dans le canton de Vaud et donner de la visibilité à la Journée des proches aidant-e-s.

Retrouvez son intervention en vidéo sur notre site : www.espaceproches.ch



Journée mondiale contre le cancer 4 février 2025, Lausanne

À l'occasion de cette journée internationale de mobilisation, Diego Lindlau Glejser, Directeur d'Espace Proches, est intervenu à l'invitation de la Ligue vaudoise contre le cancer. La conférence, co-organisée avec la Ligue genevoise contre le cancer, l'Union for International Cancer Control (UICC), le réseau d'entraide romand, le CHUV et les HUG, était placée sous le thème «Cancer, pourquoi moi?»

Au programme de cette soirée riche en émotions et en partage : des témoignages de patient-e-s, des interventions de spécialistes et un espace d'échange animé par de nombreuses associations engagées au quotidien auprès des personnes malades et de leurs proches.

Diego Lindlau Glejser a pris la parole pour rappeler le rôle fondamental des personnes proches aidantes dans l'accompagnement des patient-e-s, et souligner avec force l'importance de ne pas attendre d'être à bout de forces pour solliciter un soutien.

«Espace Proches et ses partenaires de réseau ont vocation à appuyer les proches aidant-e-s de ces femmes, hommes et enfants frappés par la maladie, parfois par sa récurrence. Il peut s'agir d'une conjointe, d'un papa, d'une maman, d'un-e autre membre de la famille, voire d'un-e ami-e, d'un-e collègue ou encore d'un-e voisin-e.»

Semaine de sensibilisation au Milavy Centre 26 février-1er mars 2025, Avenches

Le Réseau Santé Nord Broye et Espace Proches ont soutenu avec enthousiasme l'initiative portée par le Club des Aîné-e-s d'Avenches et la section régionale de l'AVIVO Vaud au Milavy Centre.

Durant quatre jours, plusieurs organismes régionaux ont mené une action de sensibilisation et d'information sur les aides disponibles pour toutes les personnes qui accompagnent régulièrement un-e proche limité-e dans son autonomie. Cette action a donné aux personnes qui fréquentent le centre commercial l'opportunité de poser des questions, d'obtenir des informations et d'être orientées vers les ressources adaptées à leur situation.



Partenariat avec l'Orchestre de Chambre de Lausanne **Mars-avril 2025, Salle Métropole, Lausanne**

Né fin 2024, le partenariat entre l'Orchestre de Chambre de Lausanne (OCL) et Espace Proches a pris tout son essor en 2025. Des personnes proches aidantes ont eu la possibilité d'assister gratuitement à des répétitions générales des concerts de l'OCL : une parenthèse musicale et de respiration, offerte en guise de reconnaissance pour leur engagement quotidien.

En 2025, deux répétitions générales ont ainsi été ouvertes aux proches aidant·e·s à la Salle Métropole à Lausanne, le 5 mars et le 30 avril, pour entendre notamment des œuvres de Haydn et Stravinsky.

Ce partenariat s'inscrit pleinement dans la mission d'Espace Proches, qui vise à favoriser la qualité de vie des personnes proches aidantes. Nous remercions chaleureusement l'OCL pour son engagement en faveur de la proche aidance.

Adhésion à Agora Vaud **30 janvier 2025**

Espace Proches a rejoint Agora Vaud, la plateforme du réseau seniors engagée dans le développement de prestations et de politiques sociales en faveur du bien-vieillir dans le canton de Vaud.

Cette adhésion marque une étape importante pour renforcer les liens avec les actrices et acteurs engagé·e·s sur la thématique du soutien aux personnes proches aidantes de seniors en perte d'autonomie. Symbole de cet ancrage renforcé, Diego Lindlau Glejser, Directeur d'Espace Proches, a rejoint le Comité d'Agora Vaud à l'occasion de son Assemblée générale, le 5 juin 2025.

Label « Entreprise partenaire » de l'AI VD **26 mars 2025**

Espace Proches a obtenu le label « Entreprise partenaire » 2025-2026 de l'Office de l'assurance-invalidité pour le canton de Vaud, décerné aux structures engagées en faveur de la réadaptation et de la réinsertion professionnelle.

Ce label reconnaît la volonté d'Espace Proches d'ouvrir ses portes aux personnes atteintes dans leur santé, de favoriser leur maintien et leur retour en emploi, et d'agir concrètement pour une société plus inclusive. Une démarche cohérente : la mission sociale de l'association commence aussi par un engagement fort au sein de son propre environnement professionnel.

Assemblée générale d'Espace Proches **25 juin 2025, Lausanne**

Bilan de l'année écoulée, perspectives et échanges constructifs : l'Assemblée générale 2025 a été l'occasion de se retrouver et de regarder ensemble vers l'avenir.

À cette occasion, Espace Proches a eu le plaisir d'intégrer un nouveau membre dans son réseau partenarial : l'Entraide familiale vaudoise. Bienvenue à bord !

Toutes les félicitations vont aux membres du Comité, réélu·e·s pour deux ans. Un immense merci pour leur engagement constant et leur implication dans la gouvernance de l'association.



CONFÉRENCES, FORMATIONS ET INTERVENTIONS EXTERNES

Les conférences, formations et interventions externes sont pour Espace Proches des opportunités précieuses de rencontres, d'échanges et de co-construction. Elles permettent d'explorer, de questionner et de mieux comprendre les enjeux rencontrés par les personnes proches aidantes, tout en tissant ou renforçant les liens avec un réseau de partenaires toujours plus riche.

Workshop « Vieillir 2030 » 13 février 2025, Lausanne

À l'invitation de l'Institut et Haute École de la Santé La Source, de la Fondation Pro-XY et de la Croix-Rouge vaudoise, Espace Proches a participé à un workshop sur le projet «Étude sur les trajectoires d'accompagnement de la dyade proche aidant-e & personne aidée», dans le cadre du programme «Vieillir 2030» de l'État de Vaud.

Le temps de travail en groupe, enrichi par la participation directe de personnes concernées, a ancré la réflexion dans la réalité du terrain.

Ce workshop a permis d'identifier une opportunité de poursuivre la réflexion collective, en consacrant un atelier à cette étude lors de la 3ème Journée du réseau professionnel de la proche aide, organisée le 19 juin à Aigle (voir en page 4).

Intervention à La Vernie 3 avril 2025, Crissier

Ophélie Tüscher-Gilliéron, Infirmière référente d'Espace Proches, a été invitée à animer une session de sensibilisation auprès des bénéficiaires et du corps professionnel de l'EMS La Vernie, géré par la Fondation Primerose.

Cette intervention a permis de présenter les prestations d'Espace Proches et de rappeler le rôle central de la Hotline cantonale dans l'orientation des personnes proches aidantes.

Intervention à la Haute École de Santé Vaud 16 avril 2025, Lausanne

Diego Lindlau Glejser, Directeur d'Espace Proches, est intervenu auprès des étudiant-e-s de l'HESAV pour présenter le dispositif cantonal de soutien aux personnes proches aidantes et la place qu'occupe Espace Proches dans son mandat d'examen du besoin et d'orientation des personnes proches aidantes vers les partenaires adaptés au sein du réseau.

L'objectif : sensibiliser les futur-e-s professionnel-le-s de la santé aux enjeux de la proche aide et à leur rôle de partenaires-relais dès le début de leur pratique professionnelle.

Table ronde à la Fondation Clémence 1er mai 2025, Lausanne

Espace Proches a été invitée à participer à la première table ronde dédiée aux personnes proches aidantes organisée par la Fondation Clémence, avec l'intervention d'Ophélie Tüscher-Gilliéron, Infirmière référente d'Espace Proches.

Consacrée à une thématique sensible et trop souvent invisible, le vécu des proches de personnes en situation de dépendance, cette rencontre a offert un espace de partage précieux, nourri de témoignages sincères et d'enseignements concrets pour les professionnel-le-s présent-e-s.

Formation continue «Prévenir le suicide : mieux repérer, mieux accompagner» 20 mai 2025

L'équipe d'Espace Proches a bénéficié d'une formation de sensibilisation à la prévention du suicide, animée par STOP SUICIDE et le CHUV, en compagnie de partenaires invité-e-s (Association ASNOVA, Alzheimer Vaud).

L'objectif : acquérir des repères concrets pour mieux réagir face à une personne exprimant des idées suicidaires, en particulier lorsqu'elle nous contacte via la Hotline cantonale. Un enjeu de taille, car les situations de vulnérabilité extrême sont une réalité que les équipes d'Espace Proches sont susceptibles de rencontrer au quotidien.



Intervention à l'ESSIL 27 mai 2025, Lausanne

Diego Lindlau Glejser, Directeur d'Espace Proches, est intervenu auprès des futur·e·s professionnel·le·s du travail social de l'École supérieure sociale intercantonale de Lausanne (ESSIL) pour aborder les enjeux de la proche aidance et présenter le travail mené par l'association pour renforcer le pouvoir d'agir des personnes proches aidantes et de leur entourage.

Une opportunité de sensibiliser ces étudiant·e·s à l'importance d'intégrer la dimension de la proche aidance dans leurs futures pratiques professionnelles, et de les familiariser avec le réseau cantonal de soutien.

Coordination médico-sociale, Réseau Santé Haut-Léman 3 septembre 2025, Rennaz

Espace Proches a eu le plaisir de participer à une séance de la Coordination médico-sociale du Réseau Santé Haut-Léman (RSHL), consacrée aux personnes proches aidantes.

Diego Lindlau Glejser, Directeur d'Espace Proches, aux côtés de Mercedes Pône, Cheffe de projet du Programme cantonal de soutien aux proches aidant·e·s de l'État de Vaud, a échangé avec les professionnel·le·s présent·e·s autour des enjeux liés à la reconnaissance, au soutien et à l'orientation des personnes proches aidantes dans le système de santé vaudois.

Espace Proches prend part à l'ensemble des plateformes proches aidant·e·s organisées à intervalles réguliers par les quatre Réseaux de Santé Vaud, qui mènent un travail de mobilisation essentiel de leurs partenaires sous-régionaux. Ces rencontres constituent des espaces privilégiés d'échange et de coordination pour renforcer les synergies et la cohérence du dispositif cantonal de soutien.

Rencontre thématique à l'EMS Plein Soleil 2 octobre 2025, Lausanne

Quels sont le rôle, la place et le vécu des proches lors de l'entrée en EMS ? Comment mieux soutenir cette transition, souvent vécue comme un tournant bouleversant ? C'est autour de ces questions que s'est tenue une rencontre thématique au sein de l'EMS Plein Soleil de l'Institution de Lavigny, co-organisée avec la Fondation SILO.

À partir de témoignages forts et sensibles, des ateliers auxquels Espace Proches a pris part ont donné l'opportunité d'explorer les ressources existantes, d'identifier les zones de fragilité dans le soutien, et d'esquisser ensemble des pistes d'amélioration concrètes.

Table ronde « Être proche aidant·e : regards croisés et témoignages » 27 octobre 2025, Rennaz

L'Hôpital Riviera-Chablais Vaud-Valais a organisé une table ronde et accueilli l'exposition «aidants, aidés, destins croisés» de l'association Belles Pages.

Diego Lindlau Glejser, Directeur d'Espace Proches, a pris part à cet événement qui a offert un espace précieux pour partager les vécus et mettre en lumière le rôle essentiel des personnes proches aidantes dans le parcours de soin.



Table ronde « Proches aidants... partenaires? » 1er novembre 2025, Canton de Neuchâtel

À l'invitation de l'Association Neuchâteloise Des Proches Aidants (ANDPA), Espace Proches a pris part à l'événement organisé aux Hauts-Geneveys à l'occasion de la Journée des proches aidant·e·s.

Diego Lindlau Glejser, Directeur d'Espace Proches, a participé à la table ronde «Proches aidants... partenaires?» et à la discussion avec le public sur les multiples dimensions de la proche aidance, en particulier la conciliation des besoins et points de vue parfois divergents entre proches aidant·e·s et proches aidé·e·s. Ces échanges ont une nouvelle fois illustré le rôle clé des associations dans l'accompagnement des personnes concernées.

Sensibilisation, programme PAuSES 18 décembre 2025, Lausanne

Ophélie Tüscher-Gilliéron, Infirmière référente d'Espace Proches, a été invitée à intervenir lors de journées de formation destinées aux étudiant·e·s de deuxième année du Bachelor en Ergothérapie de la HETSL et du Bachelor en Soins Infirmiers de l'Institut et Haute École de la Santé La Source.

L'objectif : les sensibiliser aux enjeux de la proche aidance et leur présenter le programme PAuSES, qui offre à des étudiant·e·s en santé la possibilité de fournir 40 heures de soutien à des personnes proches aidantes, tout en valorisant cet engagement sous forme de crédits ECTS.

« On y arrive mieux quand on accepte de l'aide »

TÉMOIGNAGE

Mirana s'occupe depuis plus de 15 ans de son fils, qui vit avec des troubles du spectre autistique et est en situation de handicap moteur.

L'an dernier, elle a fait appel à Espace Proches.



Le quotidien est parfois tellement lourd, malgré le fait qu'on a tout l'amour pour notre enfant. Et quand j'ai demandé de l'aide, je me suis dit : «Mais pourquoi j'ai attendu aussi longtemps?»

Notre second fils, c'est un adolescent vraiment plein de joie de vivre, qui vit avec les troubles du spectre de l'autisme. J'ai réalisé, il n'y a pas longtemps, que mon rôle de maman est aussi associé à la proche aidance. Et dans ce quotidien, on s'oublie un peu.

Pour éviter de s'épuiser, ce qui est justement arrivé dans mon cas, il faut arriver à demander de l'aide quand on n'est pas encore au bout. Et c'est pour ça que j'ai contacté Espace Proches.

La première fois que j'ai appelé le numéro, c'était tout nouveau pour moi. Déjà de demander de l'aide et de pouvoir parler de mon cas.

Ce qui nous prend énormément d'énergie dans notre quotidien aussi, c'est de rechercher les informations nous-mêmes. Ça soulage tellement de pouvoir trouver une structure comme Espace Proches qui nous oriente.

Notre fils, j'ai appris à le voir comme un cadeau, et non un fardeau. On y arrive, quand on accepte de l'aide. On y arrive mieux.



Retrouvez le témoignage de Mirana en vidéo sur le site d'Espace Proches : www.espaceproches.ch

« Répondre aux besoins d'une population trop souvent invisibilisée »

AUDREY LUISIER, ASSISTANTE SOCIALE À ESPACE PROCHES



Tout au long de mon parcours professionnel, j'ai eu la chance de travailler avec des personnes issues de la migration et notamment avec des personnes sans statut légal, avec très peu d'accès aux droits et prestations sociales. Ayant pris mon poste au sein d'Espace Proches en août 2025, j'ai maintenant quelques mois de recul, et mon constat est plutôt réjouissant.

En tant que répondantes de la Hotline, notre travail est dans un premier temps de cartographier l'existant : recenser ce qui existe déjà dans le réseau de la personne aidante et de la personne aidée en termes de soutien, de dispositifs et d'infrastructures. Puis, dans un second temps d'identifier, analyser et prioriser les attentes des personnes proches aidantes qui font appel à nous, pour les orienter et répondre aux mieux à leurs besoins, questionnements et difficultés, aussi variés que propres à chacune d'elles.

Il s'agit également de permettre aux personnes proches aidantes de prendre conscience de leur rôle et des droits qui en découlent, tout comme d'y sensibiliser les personnes aidées, les employeurs et la société civile. Car par manque de connaissances, de légitimité, de lisibilité du réseau ou par complexité administrative, le non-recours ou le recours tardif aux prestations par les personnes proches aidantes est un véritable enjeu.

Dans cette optique, l'un des objectifs d'Espace Proches, et l'une des raisons d'être de mon poste, est de réussir à atteindre les personnes issues de la migration et/ou allophones. Il y a plusieurs pistes d'action qui se dessinent, en commençant par l'accès à l'information qui est, de manière certaine, freiné par la barrière de la langue.

Une première mesure concrète, déjà mise en œuvre à Espace Proches, est le recours à des interprètes communautaires. Une autre, qui a été instaurée pour la Hotline, est de pouvoir communiquer, en plus des canaux traditionnels que sont le téléphone et les e-mails, via messagerie mobile, ce qui de mon expérience est un canal qui convient à de nombreuses personnes allophones grâce aux outils de traduction. L'idéal serait que la majorité de la documentation et de l'information – fournie par Espace Proches et les différents organismes de soutien aux personnes proches aidantes – puisse être accessible en plusieurs langues ou selon d'autres modalités comme le langage FALC ou les pictogrammes, afin d'inclure également les personnes en situation d'analphabétisme, d'illettrisme ou de handicap. Il existe également des enjeux de représentations culturelles, notamment dans la relation aidant-e-aidé-e, que nous devons prendre en compte afin de favoriser une posture interculturelle dans notre travail.

À mon sens, le prérequis est de pouvoir identifier les besoins réels des communautés en allant directement dialoguer avec les personnes concernées. Une réflexion commune, en synergie avec nos partenaires et impliquant ces communautés, est nécessaire pour recueillir leurs observations et propositions selon leur réalité, pour repenser notre façon de procéder et adapter nos missions, et nous assurer de la pertinence des ressources et prestations mises en place à leur intention.

Je me réjouis de prendre part à ce projet, qui a vocation à enrichir le paysage de la proche aide et répondre aux besoins d'une population trop souvent invisibilisée.

MISSIONS ET PRESTATIONS

Nos missions

Porte d'entrée vers le réseau vaudois d'organismes de soutien aux personnes proches aidantes, Espace Proches a pour mission principale d'aider les personnes proches aidantes à préserver leur qualité de vie, en leur permettant d'identifier les aides disponibles et d'accéder aux ressources adaptées à leurs besoins.

Toutes les prestations d'Espace Proches sont confidentielles et gratuites.

Pour les personnes proches aidantes et leur entourage

Espace Proches appuie les personnes proches aidantes et leur entourage dans l'examen exhaustif de leurs besoins, l'exploration de solutions concrètes à leurs difficultés et l'identification de prestataires adaptés dans le dispositif cantonal.

Pour cela, nous mettons à disposition une Hotline cantonale gratuite (0800 660 660) et proposons des entretiens individuels en présentiel, également gratuits et confidentiels, avec des professionnelles du travail social et des soins infirmiers spécialisées dans les enjeux de la proche aidance.

Pour les professionnel-le-s

Les prestations d'Espace Proches s'adressent également aux professionnel-le-s qui sont en lien, par leur activité, avec des personnes proches aidantes (domaines de la santé, du social, des ressources humaines et de l'entreprise, de l'éducation et de la formation, de la migration, des addictions et bien d'autres), et peuvent avoir des questions ou chercher des conseils adaptés.

Espace Proches intervient régulièrement dans les hautes écoles sociales ou de la santé, lors de journées thématiques, de conférences ou de formations au sein d'institutions du domaine social et sanitaire et du monde de l'entreprise. Ces actions ont pour objectif d'ancrer la proche aidance comme une réalité incontournable des pratiques professionnelles, et d'appuyer les structures qui souhaitent mieux reconnaître, intégrer et soutenir les personnes proches aidantes dans leurs milieux de vie ou de travail.

Sensibilisation : promotion des droits et de la reconnaissance

En collaboration avec ses partenaires du réseau, Espace Proches mène des actions de sensibilisation destinées à mettre en lumière les nombreux défis rencontrés par les personnes proches aidantes ainsi qu'à favoriser la reconnaissance de leurs droits et de leurs apports essentiels à la société.

Cet engagement vise à faire évoluer les regards portés sur la proche aidance et à mieux répondre aux besoins des personnes concernées.



Nous vous aidons à aider.

 0800 660 660

HOTLINE CANTONALE GRATUITE

NOTRE IMPACT EN CHIFFRES

En 2025, Espace Proches a enregistré une activité soutenue sur l'ensemble de ses prestations. Les données recensées illustrent l'ampleur des besoins auxquels l'association répond au quotidien, et la diversité des personnes qui font appel à ses services, en majorité pour la première fois.

Les chiffres présentés ci-dessous en bilan d'activité de l'année écoulée dessinent la réalité complexe et parfois invisible de la proche aidance : des personnes engagées, souvent seules dans leur rôle, qui ont tout à gagner à être informées, orientées et soutenues le plus tôt possible.

Par rapport à 2024, les indicateurs clés d'activité pour 2025 témoignent d'une dynamique de croissance marquée. **Le nombre total d'appels, de 1 849 en 2024 à 1 959 en 2025, a augmenté de près de 6%.**

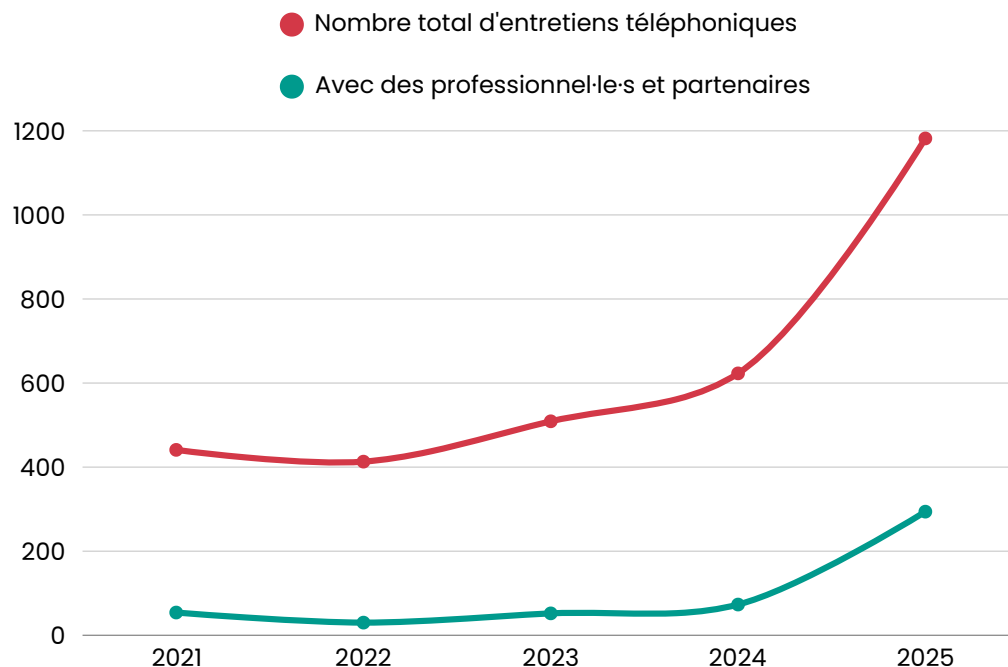
En outre, les entretiens téléphoniques ont quasiment doublé, de 623 en 2024 à 1 182 en 2025. Parmi ceux-ci, les entretiens avec des personnes proches aidantes ont augmenté de 60 %, et le nombre de nouveaux proches ayant sollicité Espace Proches pour la première fois a progressé de 27% par rapport à l'année précédente.

Particulièrement significative, la hausse des contacts émanant des professionnel·le·s rend compte de la reconnaissance croissante d'Espace Proches comme ressource de référence pour les actrices et acteurs du terrain. Ces professionnel·le·s, qui côtoient quotidiennement sur leurs lieux d'intervention des personnes proches aidantes parfois isolées ou éloignées des dispositifs d'aide, jouent un rôle déterminant dans le repérage et l'orientation vers la Hotline d'Espace Proches.

Ces augmentations significatives tendent à démontrer qu'Espace Proches a su déployer une stratégie efficace combinant actions de communication renforcées et synergies avec les partenaires-relais, pour accroître la visibilité de sa mission auprès des personnes proches aidantes et des professionnel·le·s.

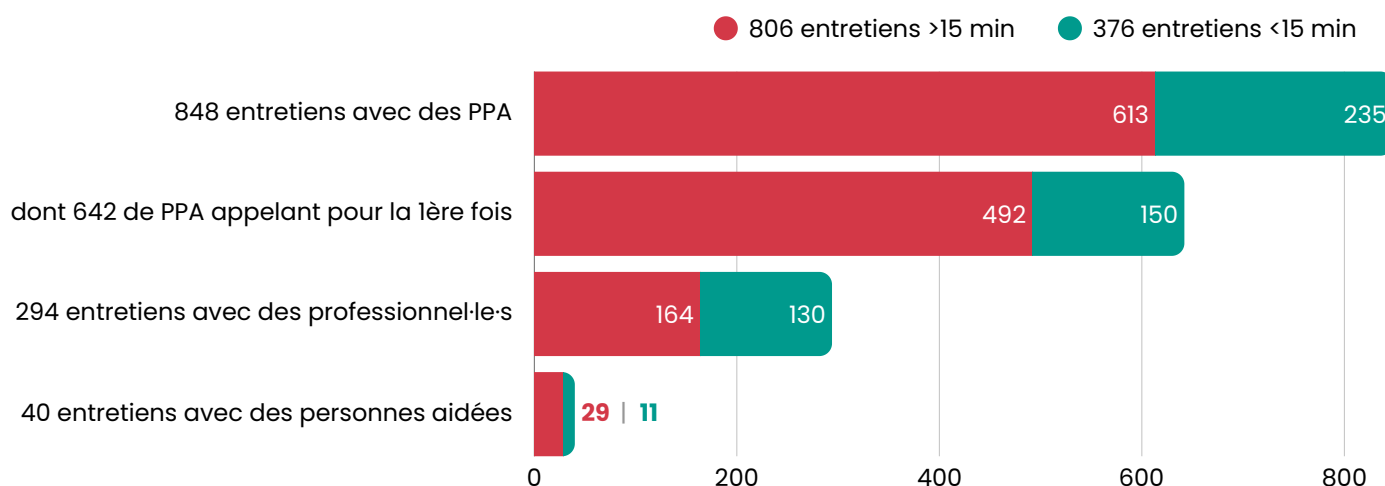
La Hotline cantonale 0800 660 660

Entretiens téléphoniques en 2025

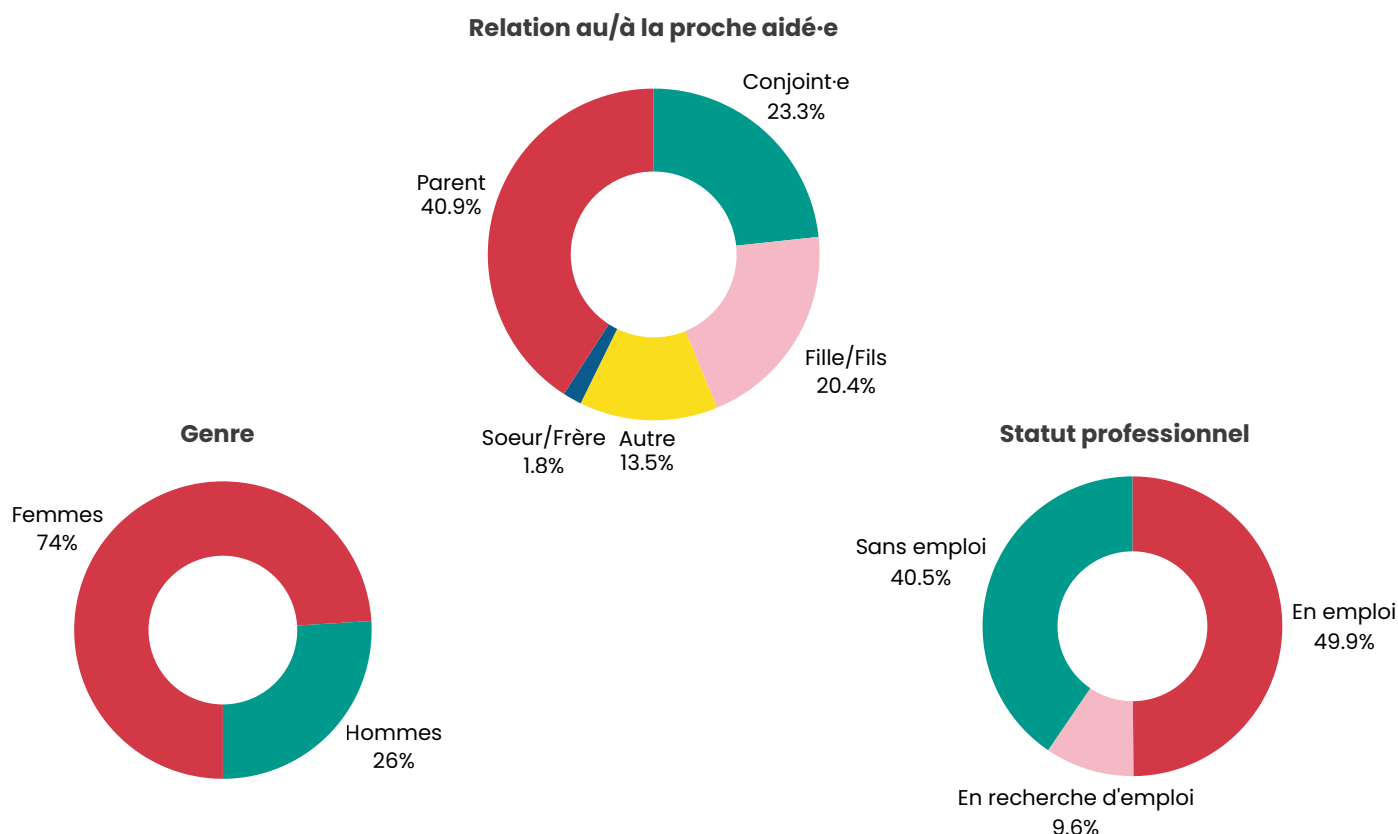


Sur 1 182 entretiens téléphoniques, **848 (72%) étaient sollicités par des personnes proches aidantes (PPA)**, parmi lesquelles 642 (75%) prenaient contact avec Espace Proches pour la première fois. Les 322 contacts restants émanaient de personnes aidées (40) et de professionnel-le-s, partenaires du réseau médico-social et employeurs (294).

Les entretiens longs (d'une durée de plus de 15 minutes) ont représenté 68% de ces échanges, contre 32% pour les entretiens de moins de 15 minutes.



Caractéristiques de la personne proche aidante lors du premier contact

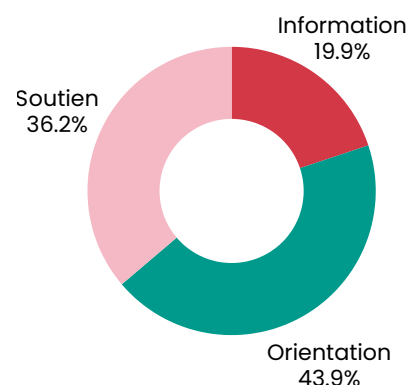


Nature des demandes

Le motif initial des demandes adressées en 2025 à la Hotline témoigne de la diversité des besoins : **20% des personnes étaient en recherche d'information, 44% d'orientation et 36% en demande de soutien.**

Cette répartition confirme que les personnes qui appellent cherchent non seulement des renseignements, mais aussi et surtout des solutions concrètes et un appui concret dans leur rôle.

Nature des 1182 entretiens téléphoniques



Les entretiens en présentiel

En complément de la Hotline, Espace Proches offre aux personnes proches aidantes des entretiens individuels personnalisés, menés en présentiel par notre équipe professionnelle des domaines social et de la santé. Ces entretiens permettent aux personnes proches aidantes de déposer leur vécu, de faire le point sur leurs difficultés, besoins et ressources, et d'examiner les solutions et soutiens adaptés à leur situation au sein du réseau vaudois.

En 2025, Espace Proches a mené **122 entretiens en présentiel : 107 dans les locaux de l'association et 15 en déplacement sur le territoire cantonal. Parmi ceux-ci, 80 concernaient de nouveaux contacts, soit à 65% des personnes qui faisaient appel à l'équipe professionnelle d'Espace Proches pour la première fois.**

Si le nombre d'entretiens en présentiel a légèrement diminué par rapport à l'année précédente, en parallèle Espace Proches constate une demande particulièrement croissante pour les entretiens à distance, par téléphone et en visioconférence.

Des formats de plus en plus appréciés pour leur souplesse et leur accessibilité, qui permettent aux personnes proches aidantes de s'épargner les contraintes de déplacement tout en bénéficiant d'un entretien personnalisé de qualité.



Coaching CoFa Proche aidant-e

Espace Proches met en lien les personnes proches aidantes qui exercent ou souhaitent reprendre une activité professionnelle, avec des coachs spécialisé-e-s en insertion professionnelle dans le cadre de la mesure «CoFa Proche aidant-e» dans lequel l'association s'investit depuis 2021.

Ce programme a pour but d'offrir un soutien à l'emploi par un coaching individualisé d'une durée de 12 mois, par la Fondation Mode d'emploi, l'OSEO Vaud et la société coopérative Démarche, avec pour objectif la conciliation vie professionnelle – vie privée.

Durant l'année 2025, 15 entretiens de coaching ont été réalisés dans le cadre du projet.

Développement de la visibilité

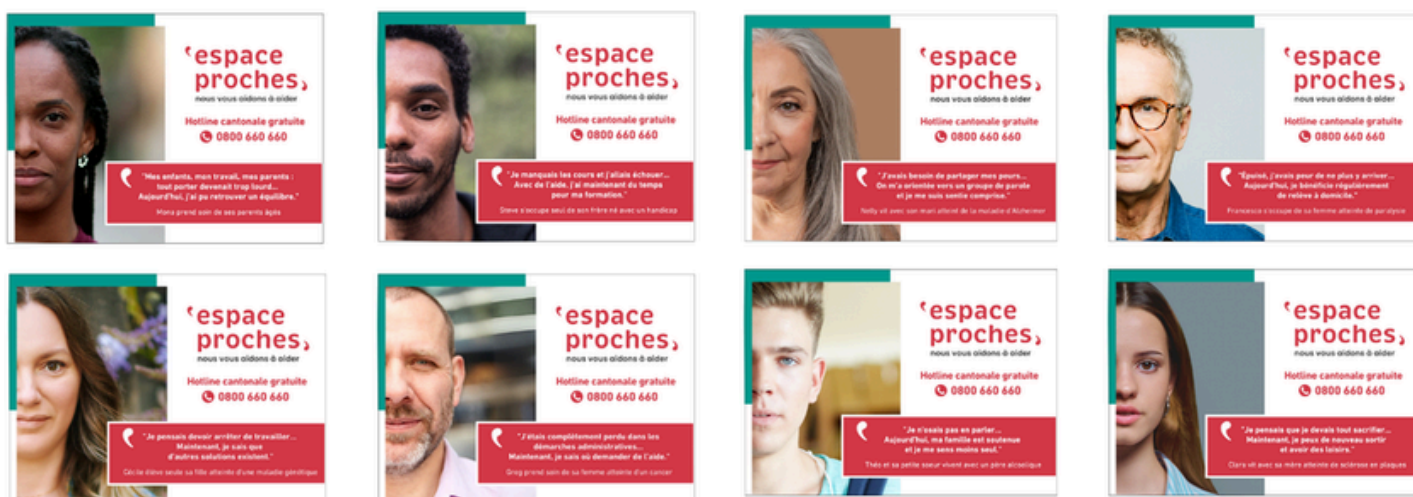
En 2024, le Comité d'Espace Proches a validé deux axes complémentaires pour guider le développement de ses missions : «Notoriété» et «Prévenance». Ce cadre stratégique part d'un constat persistant et préoccupant : trop de personnes proches aidantes s'épuisent avant de solliciter de l'aide. Prévenir cet épuisement, en touchant ces personnes plus tôt, plus largement et plus efficacement, demeure une priorité de notre action et de celle de nos partenaires du réseau.

Dès 2025, ce cap stratégique a pu se traduire pour Espace Proches en actions concrètes grâce au soutien de la Direction générale de la cohésion sociale (DGCS) de l'État de Vaud, permettant de renforcer significativement nos actions de communication et de sensibilisation. Trois objectifs prioritaires ont guidé cette démarche :

- Favoriser un recours plus précoce aux prestations, en accroissant la visibilité du numéro 0800 660 660 de la Hotline cantonale d'Espace Proches et en encourageant à solliciter de l'aide
- Atteindre les publics moins accessibles grâce à des stratégies de communication innovantes et adaptées
- Créer de nouvelles synergies avec les professionnel·le·s de terrain, et favoriser leur rôle de relais vers le réseau de soutien

De nouveaux outils pour toucher les différents publics

En 2025, Espace Proches a enrichi sa palette d'outils de communication. Huit nouveaux flyers ont été créés, chacun d'eux illustrant une problématique et un profil spécifique : autant de miroirs tendus à des personnes qui ne se reconnaissent pas toujours comme proches aidant·e·s. Ces supports reflètent une grande diversité des personnes concernées, des situations qu'elles vivent et des réponses que la Hotline d'Espace Proches peut leur apporter.



Nouveau site Internet d'Espace Proches

En novembre 2025, un nouveau site Internet a été mis en ligne, avec un habillage graphique actualisé, pensé pour refléter la nouvelle identité institutionnelle et apporter une navigation optimisée sur tous types d'écrans, afin de faciliter l'accès à l'information pour toutes et tous.

Le site Internet d'Espace Proches a enregistré **107 400 impressions en 2025** (nombre de fois qu'une page du site a été consultée), soit une moyenne de **près de 300 vues par jour**.



Réseaux sociaux

En 2025, Espace Proches a considérablement élargi son audience sur les réseaux sociaux, avec **1 381 abonné-e-s en plus en une année**. On dénombre une progression de 75% du nombre d'abonné-e-s sur la page LinkedIn, et de 25% sur le compte Facebook.

Un nouveau compte Instagram a été lancé en juin, afin de toucher de nouveaux publics, notamment les plus jeunes. À fin 2025, celui-ci comptait déjà plus de 800 abonné-e-s.

Au total, **les trois plateformes ont généré près de 600 000 vues sur une année**, hors campagne digitale, confirmant l'efficacité de cette stratégie de communication pour toucher et sensibiliser de nouveaux publics.



Campagne digitale : « nous vous aidons à aider »



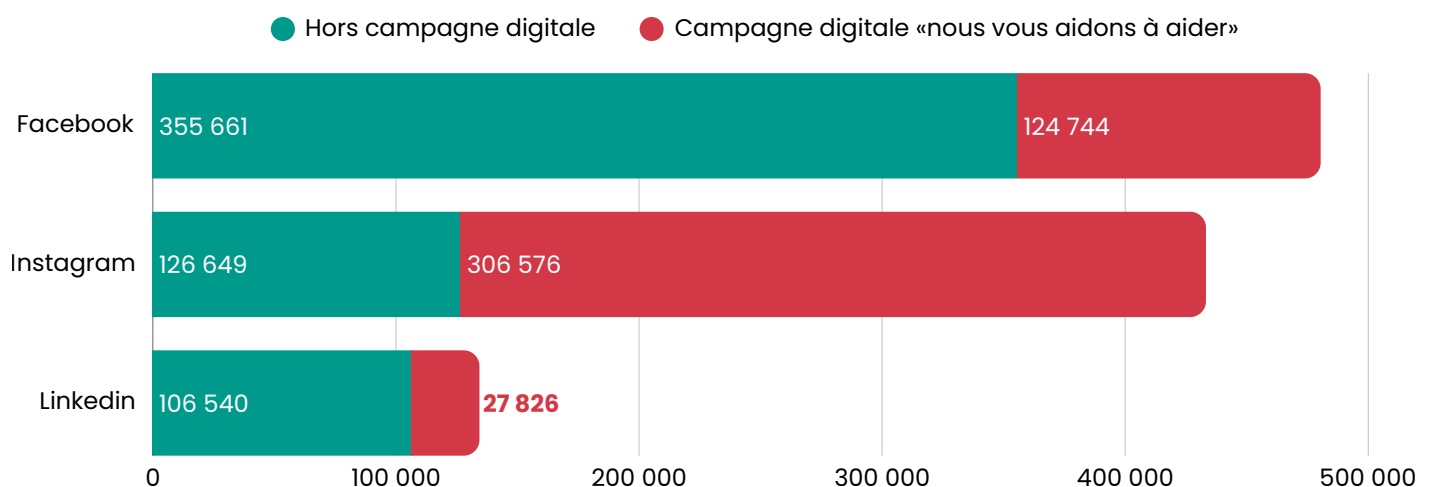
Espace Proches a déployé une campagne digitale de sensibilisation d'envergure, diffusée sur Instagram, Facebook, LinkedIn et Google entre novembre et décembre 2025.

Deux vidéos en ont constitué le cœur : l'une à destination des personnes proches aidantes, incarnée par le témoignage de Mirana, proche aidante depuis plus de 15 ans de son fils atteint de troubles du spectre de l'autisme (**voir son témoignage en page 12**), l'autre s'adressant aux professionnel·le-s de terrain, pour les encourager dans leur rôle de repérage et d'orientation vers la Hotline d'Espace Proches.

Les vidéos de la campagne, sur l'ensemble des canaux de diffusion, ont été **vues au total près de 460 000 fois, par 290 000 personnes domiciliées dans le canton de Vaud, et ont généré 833 visites** sur le site Internet d'Espace Proches.

Retrouvez les deux vidéos de la campagne sur le site d'Espace Proches : www.espaceproches.ch

Nombre de vues des publications sur les réseaux sociaux d'Espace Proches en 2025



L'ASSOCIATION

Espace Proches : une structure au service des personnes proches aidantes

Portée par des valeurs d'écoute, d'humanité, de professionnalisme et de partenariat, l'association s'appuie sur une équipe de professionnelles des domaines de la santé et du social pour répondre aux besoins des personnes concernées et les soutenir dans leur parcours.



NOTRE COMITÉ

Le Comité d'Espace Proches est depuis 2023 composé de représentant·e·s des principaux organismes partenaires cantonaux engagés dans le soutien aux personnes proches aidantes. Ce mode de gouvernance transversal, pensé pour favoriser une implication directe des actrices et acteurs de terrain engagé·e·s auprès des publics visés, assure un dispositif pertinent, cohérent et au plus près des besoins réels des personnes proches aidantes.

Ses membres bénévoles, issus de divers secteurs de la santé et du social, apportent au Comité d'Espace Proches une pluralité d'expertises permettant d'enrichir et de garantir l'orientation stratégique et la bonne gouvernance de l'association.

Nous les remercions très chaleureusement de leur précieux engagement.

François Cardinaux – Président

Député PLR Riviera-Pays-d'Enhaut, membre du Bureau du Grand Conseil, membre de la Commission de gestion et Conseiller communal de Montreux. Membre de plusieurs associations et fondations et président de la Fondation La Clairière

Jean Bigoni – Psychologue au CHUV, coordinateur cantonal de la Consultation psychologique pour proches aidant·e·s (CPA)

Christine Cohen – Professeure HES associée à l'Institut et Haute École de la Santé La Source, suppléée par **Anne Louis**, Maître d'enseignement HES à la Haute École de Santé Vaud (HESAV)

Diego Lindlau Glejser – Directeur d'Espace Proches

Céline Longchamp – Directrice de la Fondation Pro-XY, représentante des services de relève professionnelle (Alzheimer Vaud, Fondation Pro-XY et Pro Infirmis Vaud), suppléée par **Caroline Qurashi**, Directrice d'Alzheimer Vaud

Thierry Penseyres – Directeur du service du Développement des Pratiques Professionnelles, de la Prévention et Promotion de la Santé de l'AVASAD

Rémy Pingoud – Membre co-fondateur de l'Association de proches aidants

Jérôme Rudaz – Directeur des ressources humaines de l'Institution de Lavigny et représentant de HR Vaud, Association vaudoise des professionnels des Ressources Humaines

Yasmina Schmidt – Responsable de la réinsertion socio-professionnelle à la Ligue vaudoise contre le cancer (LVC)

Virginie Spicher – Directrice du Réseau Santé La Côte, représentante des quatre Réseaux de Santé vaudois

NOTRE ÉQUIPE

L'équipe d'Espace Proches réunit des professionnel-le-s aux compétences complémentaires, engagé-e-s au quotidien pour mener à bien nos missions et assurer le fonctionnement et le développement de l'association.

Diego Lindlau Glejser, Directeur

Alyssa Haefliger, Assistante sociale HES

Audrey Luisier, Assistante sociale

Ophélie Tüscher-Gilliéron, Infirmière

Kanga Zili, Chargée de projets évènementiels
(**Johanna Monney** jusqu'en décembre 2025)

Béatrice von Arx Croset, Comptable et référente administration

Betsy Gilda Castillo Gavancho, Agente d'entretien

Valérie Triponez, Stagiaire en immersion du 1er mars au 31 mai 2025



De gauche à droite : Alyssa Haefliger, Kanga Zili, Audrey Luisier, Diego Lindlau Glejser et Ophélie Tüscher-Gilliéron

‘ AU CŒUR DU RÉSEAU

Nos partenaires : Espace Proches au cœur d'un réseau cantonal fort !

Depuis sa création en 2014, Espace Proches agit comme porte d'entrée vers le réseau vaudois de soutien aux personnes proches aidantes, en collaboration étroite avec les actrices et acteurs du domaine social et de la santé.

Association à but non lucratif, membre d'Utilité Publique Vaud, Espace Proches siège également au sein de la Commission consultative de soutien aux proches aidant-e-s, placée sous l'égide de la Direction générale de la cohésion sociale (DGCS) de l'État de Vaud, qui réunit les principaux organismes impliqués dans la mise en œuvre du dispositif cantonal. Ce rôle lui permet de participer activement à la réflexion stratégique et au pilotage des actions en faveur des personnes proches aidantes.

En 2025, Espace Proches a également rejoint la Plateforme de Coordination de la Relève à Domicile (PCRD) du canton de Vaud et la plateforme du réseau seniors Agora Vaud. Ces nouvelles appartenances témoignent de l'élargissement progressif du champ d'action de l'association et de la reconnaissance croissante de son expertise au sein de l'écosystème cantonal.

‘ Une association
pilotee par, pour et
avec notre réseau
de partenaires



espace proches

Un engagement collectif au service des personnes proches aidantes

Au fil des années, Espace Proches a tissé des liens de collaboration solides et approfondis avec une grande diversité de partenaires institutionnels, associatifs et professionnels, qui contribuent à faire vivre au quotidien le dispositif cantonal de soutien.

C'est grâce à cette dynamique collective, ancrée dans la confiance et la complémentarité, qu'Espace Proches peut remplir pleinement ses missions.

Nous remercions chaleureusement l'ensemble des partenaires engagé-e-s en 2025 pour la qualité de leur coopération, la richesse des synergies développées et leur mobilisation commune au service des personnes proches aidantes du canton.

ESPACE PROCHES ET VOUS



Contactez-nous

Hotline cantonale gratuite
0800 660 660
Lundi et mardi 13h-17h
Mercredi, jeudi et vendredi 8h-12h

Espace Proches
Place Pépinet 1
1003 Lausanne
info@espaceproches.ch
www.espaceproches.ch

f @espaceproches.ch
@espaceproches
in @espaceproches

Crédits photographiques
Pages 19, 20 et 22 : Sébastien Bovy
Crédits vidéos : Lorraine Hauenstein

Rapport d'activité 2025
Réalisation ::pleez
© Espace Proches, mars 2026

Nous vous aidons à aider

Vous vous occupez régulièrement d'une personne proche atteinte dans son autonomie du fait de l'âge, de la maladie ou d'un handicap ?
Alors vous êtes proche aidant·e !

Espace Proches vous informe, vous oriente et vous soutient pour vous permettre de remplir ce rôle tout en préservant votre qualité de vie.

Nous mettons à votre disposition une Hotline gratuite (**0800 660 660**), vous proposons des entretiens en présentiel et, en collaboration avec nos partenaires du réseau, menons des actions de sensibilisation sur les enjeux auxquels les personnes proches aidantes sont confrontées, ainsi que sur les aides qui peuvent leur être proposées.

Nos valeurs : écoute, professionnalisme, humanité et partenariat.

Notre mission : vous aider à trouver les ressources adaptées à vos besoins !

Avec le soutien





Chaque personne
proche aidante
mérite d'être
reconnue,
soutenue et
informée.

espace proches

HOTLINE CANTONALE GRATUITE

 **0800 660 660**

www.espaceproches.ch