

## ALZHEIMER

## Être mieux, pour mieux aider ses proches

## ► Aider les proches de malades atteints

de démence à faire face aux situations de stress du quotidien, c'est l'objectif d'un nouveau programme qui débute le mois prochain.

## ► C'est la responsable du centre de jour la Valse du temps, Caroline Bernasconi, qui en est à l'origine.

► La structure, qui fête cette année ses 5 ans, accueille chaque semaine à Cornol une trentaine de malades d'Alzheimer.

Accompagner un proche atteint de la maladie d'Alzheimer est un défi de taille qui se joue tous les jours. Si les professionnels de la santé concentrent leurs interventions sur les besoins des personnes âgées atteintes de démence, les besoins de ces proches aidants doivent tout autant être pris en compte.

Pas préparés à une telle responsabilité, ils se retrouvent, en plus du quotidien à gérer, face aux symptômes de la maladie et aux changements de comportements de la personne malade. «Ils sont vraiment sollicités, passent parfois 24h/24 à leur côté; émotionnellement ils sont épuisés», témoigne Caroline Bernasconi, la responsable du centre de jour La Valse du temps, à Cornol. Cette dernière, conjointement avec l'Aide et soins à domicile, vient de mettre sur pied un

nouveau programme de gestion du stress destiné spécifiquement aux proches aidants de personnes souffrant de démence. Le programme est aussi soutenu par la Fondation O2 et l'Œuvre jurassienne de secours.

## Faire face au stress via des stratégies

«Au centre, nous avons beaucoup de demandes de proches qui cherchent à savoir comment faire, réagir, face à

telle ou telle situation, poursuit-elle. Ils sont saturés, à fleur de peau.» Des situations de stress qui risquent, à terme, de les épuiser autant physiquement, que psychologiquement mais aussi émotionnellement.

Apprendre à être mieux, pour mieux aider, tel est le leitmotiv de ce programme de prévention appliqué depuis plusieurs années au Canada et qui fait là sa première incursion dans le canton du Jura. Son objectif est de permettre

aux proches aidants de gérer les difficultés du quotidien et le stress qui l'accompagne.

Cela par le biais de petites stratégies pour faire face aux situations délicates. En modifiant



Un programme vient d'être mis sur pied pour permettre aux proches aidants de personnes atteintes de démence, comme Alzheimer, de faire face aux situations de stress.

PHOTO ARCHIVES STÉPHANE GERBER

des pensées de prime abord négatives, pour agir sur les émotions notamment. Le programme est aussi le moyen pour ces proches aidants d'échanger leur propre expérience en toute confiance, et de mieux connaître la maladie et ses incidences.

## En groupe ou à domicile

Caroline Bernasconi a elle-même suivi cette formation auprès de la Haute Ecole de santé de Fribourg. C'est elle qui donnera la formation, à compter du mois prochain dans le Jura, aux côtés d'une infirmière lors de séance de groupe de 10 personnes. Des infirmières de l'Aide et soins à domicile la dispenseront aussi de manière individuelle à domicile.

Des solutions de garde pour les proches malades seront proposées pour permettre au besoin à l'aidant d'y participer. Des places sont encore disponibles et des renseignements peuvent être obtenus auprès de la Valse du temps (☎ 032 462 11 57) ou l'Aide et soins à domicile (☎ 032 423 15 34).

ANNE DESCHAMPS

## Déjà 5 ans pour le centre de la Valse du temps

► Le centre de jour de la Valse du temps de Cornol, lui, célèbre déjà cette année ses 5 ans d'existence. Un événement qui sera célébré comme il se doit, glisse Caroline Bernasconi.

► Le centre accueille chaque semaine 35 personnes atteintes d'Alzheimer. Certaines sont toujours sur liste d'attente.

► Mais pas question pour la responsable d'envisager d'agrandir la structure. «Nous préférons rester une petite équipe pour offrir des soins vraiment personnalisés, détaille Caroline Bernasconi. Je préfère que d'autres structures s'ouvrent dans la région, plutôt que d'agrandir la Valse du temps.»

AD

## PORRENTROY

## Une centaine de personnes pour voir brûler le Bonhomme Hiver

Avec une semaine de retard, le Bonhomme Hiver, et donc théoriquement la saison froide qu'il représente, a été réduit en cendres samedi soir à Porrentruy.

Une centaine de personnes a assisté à ce 19<sup>e</sup> feu des Brandons organisé par l'Amicale des sapeurs-pompiers de Porrentruy, détaillait dimanche le président de l'entité, Pierre-Philippe Gerber. Avec toutefois quelques soucis au départ, lié au vent, il a malgré tout pu être allumé. Les organisateurs sont satisfaits, même si l'affluence a été en deçà des années précédentes. La faute au temps sans doute et au fait

qu'ils ont dû s'y prendre à deux fois. Si le feu était resté en place toute la semaine, les tentes, elles, avaient été démontées. C'est finalement les deux cabanes du Banné qui ont servi ce week-end d'abri au public.

## Des surprises en 2017

Un site qui a remplacé le parc Mouche et qui semble plaire, et où l'on devrait donc, au moins l'an prochain, se retrouver de nouveau. Il s'agira là du 20<sup>e</sup> feu des Brandons de l'Amicale et pour l'occasion, «le brasier sera encore plus grand et il y aura des surprises», prévient déjà Pierre-Philippe Gerber.

AD



Une centaine de personnes a vu partir en fumée le Bonhomme Hiver samedi.



## MANIFESTATION

## Ajoie Expo, la fin d'une époque



Le comité d'Ajoie Expo, qui avait relancé la manifestation commerciale en 2010, jette l'éponge.

PHOTO ARCHIVES

Ajoie Expo ne sera pas rééditée. La manifestation, bisannuelle, avait été annulée en 2015, faute d'inscriptions permettant de réunir le budget nécessaire. Or, celui-ci reposait en grande partie sur l'encaissement de locations. Le manque d'inscriptions, Gérard Struchen, président d'Ajoie Expo, le situe à 25%, sur un budget de 180 000 fr. Les organisateurs en restent là et ne proposeront donc pas de nouvelle édition cette année.

## Plus de 4000 visiteurs en 2013

«Le but était d'être une vitrine des commerçants et artisans d'Ajoie», poursuit Gérard

Struchen. «On aurait pu remplir l'espace, mais amener des commerçants et artisans de l'extérieur pour faire du business n'est pas spécialement intéressant. Nous étions une association à but non lucratif. Parfois, il faut reconsidérer les réalités et manières de voir: ce type de foire n'est peut-être plus le lieu où les commerçants et artisans font leurs affaires.»

Et de s'interroger sur l'impact qu'a eu le déroulement discontinu d'Ajoie Expo, en comparaison du Comptoir des Franches-Montagnes ou de la Foire du Jura. En 2010, sur 1150 m<sup>2</sup>, le Tennis couvert de Porrentruy avait vu renaître de

ses cendres Expo Ajoie, après 11 ans d'absence.

En 2013, la troisième et dernière édition d'Ajoie Expo avait attiré 4 200 visiteurs sur les stands des soixante exposants.

## Repreneurs recherchés

Ajoie Expo revivra-t-elle sous une autre forme? L'objectif, pour Gérard Struchen, est de «remettre l'association à des repreneurs, ce printemps, avec un petit pécule qui serve de base» au futur projet. Le montant? Quelques milliers de francs, dit-il.

À défaut, l'association sera dissoute et la somme reviendra à la Commune de Porren-

truy, comme le prévoient les statuts. Au rang des repreneurs potentiels, un groupe s'est manifesté. «Mais nous n'avons encore rien de concret», précise Gérard Struchen. «L'idée serait de recréer quelque chose dans l'intérêt des artisans et commerçants.»

## L'élection de Miss Ajoie pourrait, elle, continuer

Le concours de Miss Ajoie devrait pour sa part être maintenu. «Nous sommes dans des discussions de passation de pouvoir. La Braderie devrait reprendre le flambeau», détaille encore Gérard Struchen.

ARP

agenda

■ PORRENTROY  
- Transformer vos vies; guérir du passé, conférence de Kelsang Jikgyob, ce lundi soir à 19 h, à l'aula de la HEP-BEJUNE.