



À qui puis-je faire  
appel en tant  
que proche ?



Aperçu des offres de soutien

  
RÉPUBLIQUE ET CANTON DE NEUCHÂTEL

**« En Suisse, quelques 600'000 personnes prennent en charge leurs proches. Elles s'occupent aussi bien d'enfants, de jeunes, d'adultes que de personnes âgées. Près de 2/3 des adultes proches aidants exercent une activité professionnelle. »\***

Lorsque leur santé se fragilise, de nombreuses personnes peuvent compter sur leurs proches. C'est un parent, un-e enfant, une-e conjoint-e, un-e voisin-e ou encore un-e ami-e qui par son soutien et son engagement va permettre à la personne fragilisée de continuer à vivre dans un environnement familial et adapté à ses besoins. Ce proche aidant ou cette proche aidante, aujourd'hui, c'est peut-être vous.

Être « proche aidant-e » n'est souvent pas le fruit d'une décision, mais s'impose à vous progressivement. En fonction de l'évolution de l'état de santé de la personne que vous accompagnez, vous vous retrouvez à lui consacrer de plus en plus de temps. Votre soutien lui est précieux. Il a aussi un impact sur votre vie.

En effet, ce rôle, et les responsabilités qui en découlent, peuvent être lourds, malgré le lien affectif qui vous lie à la personne aidée. En tant que proche aidant-e, vous pouvez alors vous retrouver confronté-e-s à des difficultés au niveau de votre santé, de votre activité professionnelle, de votre vie sociale et familiale ou encore à un manque de relève ou à des problèmes financiers. Vous n'êtes toutefois pas seul-e-s dans cet accompagnement ; des soutiens existent et il ne faut pas hésiter à les solliciter.

Cette brochure offre un aperçu des offres de soutien et de répit proposées par les différents acteurs du réseau socio-sanitaire du Canton de Neuchâtel, afin de permettre à chaque proche aidant-e de savoir à qui s'adresser pour les obtenir.

\* Rapport de synthèse Programme de promotion « Offres visant à décharger les proches aidants 2017-2020 », office fédéral de la santé publique OFSP, p. 4, octobre 2020

# TYPES DE PRESTATIONS



## Information, conseil et groupes de parole

Alzheimer Neuchâtel .....	7
Association neuchâteloise des proches aidants (ANDPA) .....	8
AROSS .....	9
Caritas Neuchâtel .....	10
Croix-Rouge neuchâteloise .....	11
Églises reconnues du canton de Neuchâtel .....	12
Info-Entraide Suisse - antenne Neuchâtel .....	13
Insieme Neuchâtel.....	14
Ligue neuchâteloise contre le cancer .....	15
Ligue neuchâteloise contre le rhumatisme .....	16
Ligue pulmonaire neuchâteloise.....	17
Pro Infirmis Jura - Neuchâtel .....	18
Pro Senectute Arc Jurassien .....	19



## Services de relève, d'accompagnement et de présence à domicile

Alzheimer Neuchâtel .....	7
Caritas Neuchâtel .....	10
Croix-Rouge neuchâteloise .....	11
Églises reconnues du canton de Neuchâtel .....	12
Insieme Neuchâtel.....	14
Pro Infirmis Jura - Neuchâtel .....	18
Pro Senectute Arc Jurassien .....	19



## Formation pour les proches

Alzheimer Neuchâtel .....	7
Association neuchâteloise des proches aidants (ANDPA) .....	8
Caritas Neuchâtel .....	10
Info-Entraide Suisse - antenne Neuchâtel .....	13
Pro Infirmis Jura - Neuchâtel .....	18
Pro Senectute Arc Jurassien .....	19



## Structures d'accueil, de court séjour et centre thérapeutique de jour

Accueil de jour .....	22
Structures de court séjour .....	25
Centre thérapeutique de jour (65 ans et plus).....	26



## Aide et soins à domicile

Neuchâtel organise le maintien à domicile (NOMAD) .....	20
Association Suisse des infirmières et infirmiers (ASI) .....	21
Organisations d'aide et de soins à domicile privées.....	21



## Aides financières

Allocation pour impotent (AVS/AI) .....	27
Contribution d'assistance (AI) .....	27
Allocation pour frais de garde et d'assistance (AI) .....	27
Prestations complémentaires (PC AVS/AI).....	27
Bonifications pour tâches d'assistance (AVS) .....	27
Allocation pour prise en charge d'un enfant gravement malade (APC) .....	27



## Annexes

Congés octroyés par la loi fédérale .....	28
Référentiel des prestations destinées aux proches.....	29
Évaluation de la charge de l'aidant-e (Mini-Zarit).....	33



# 0800 032 800

APPEL GRATUIT

# POUR VOUS AIDER VOUS QUI AIDEZ

La ligne téléphonique d'information  
pour les proches aidant·e·s  
dans le canton de Neuchâtel

Lundi – vendredi :  
9h–12h / 13h30–16h30



[www.ne.ch/proches-aidants](http://www.ne.ch/proches-aidants)

 **ne.ch**  
RÉPUBLIQUE ET CANTON DE NEUCHÂTEL



## Alzheimer Neuchâtel

### Ligne téléphonique « info-conseils » 077 520 65 66

Permanence le mardi et jeudi de 14h à 17h.

### Accompagnement à domicile

Présence, écoute et activités adaptées. Répit pour le proche.

### Conseil spécialisé

Consultation individuelle pour la personne malade ou ses proches.

### Groupes d'entraide pour proches

Rencontres mensuelles à Neuchâtel, La Chaux-de-Fonds et Fleurier.

### Groupes d'entraide spécialisés (jeunes malades, DFT, etc.)

Prestation d'Alzheimer Vaud : groupes trimestriels à Lausanne.

### Vacances pour personnes malades, avec un·e proche

Une semaine par an, à Interlaken. Sur inscription.

### Vacances pour jeunes malades (avant 65 ans)

Prestation d'Alzheimer Suisse : une semaine par an au Tessin.

### Formation pour les proches

Pour mieux comprendre la maladie et acquérir des outils pratiques.

Adresse courrier : Chemin du Couvent 59, 2300 La Chaux-de-Fonds

Tél : 077 520 65 66

[info.ne@alz.ch](mailto:info.ne@alz.ch)

[www.alz.ch/ne](http://www.alz.ch/ne)

## Association neuchâteloise des proches aidants (ANDPA)

L'association apporte un soutien et un accompagnement aux proches aidant-e-s en leur mettant un espace à disposition pour partager leurs émotions, acquérir des connaissances et de nouvelles compétences pour vivre au mieux leur implication au quotidien.

Les autres activités de l'association sont la sensibilisation tout public, la formation des professionnel-le-s y compris des étudiant-e-s et la représentation des proches aidant-e-s auprès des politiques.

---

### Espace d'écoute personnalisé



Une permanence est à disposition des proches aidant-e-s par téléphone ou dans le bureau de l'ANDPA. Possibilité d'entretien individuel ou en famille avec ou sans rendez-vous. Horaires d'ouverture sur le répondeur et le site [andpa.ch](http://andpa.ch).

---

### Formation et accompagnement

Des ateliers de développement de compétences et diverses activités de ressourcement sont proposés. Programme et détails disponibles par téléphone ou sur le site [andpa.ch](http://andpa.ch)

## AROSS

AROSS informe, oriente et accompagne gratuitement les personnes âgées de 65 ans et plus et leurs proches dans tout le canton, afin de trouver des solutions à leurs besoins.

Les coordinateurs et coordinatrices d'AROSS vous offrent du temps et de l'écoute. En outre, en se basant sur une solide connaissance des aides disponibles dans le canton, ils et elles vous informent des solutions concrètes qui peuvent être mises en place et si besoin, vous orientent vers les partenaires adéquats.

Des entretiens d'orientation personnalisés peuvent ainsi être organisés pour la personne que vous aidez. Ceux-ci prennent également en considération votre propre ressenti en tant que proche aidant-e et une évaluation de votre risque d'épuisement peut être faite. Au besoin, les possibilités de soutien à votre disposition sont présentées : écoute, aide et soins de base, structures de répit, lits d'accueil d'urgence, groupes de parole, etc. C'est finalement, tant le projet de vie de la personne de 65 ans et plus, que celui du proche aidant ou de la proche aidante, qui font l'objet de la discussion.

Pour plus de renseignements, contactez la permanence téléphonique d'AROSS au 032 886 90 90 du lundi au vendredi de 8h à 12h15 et de 13h30 à 17h30.



## Caritas Neuchâtel

### Accompagnement des grands malades et de la fin de vie

Accompagnement, présence et écoute auprès des personnes gravement malades et/ou en fin de vie en institution, à l'hôpital ou à domicile.

Un soutien est proposé aux proches pour les relayer pendant quelques heures en journée ou de nuit.

### Repas à domicile (Littoral uniquement)

La Toque Rouge propose un service de livraison de repas à domicile 7j/7, au prix de CHF 17.-, livraison incluse.

### Ateliers thématiques pour les proches aidant-e-s

Ces ateliers s'adressent à toutes et tous les proches aidant-e-s qui souhaitent renforcer leurs compétences de vie. Une participation de CHF 45.- est demandée par atelier (3h / atelier).

### Formation à l'accompagnement des grands malades et de fin de vie

Elle permet d'acquérir des connaissances spécifiques autour de la fin de vie, la mort, du deuil et de l'accompagnement afin de proposer un soutien aux malades et à leurs familles. Coût : selon programme.



## Croix-Rouge neuchâteloise

### Service d'auxiliaires de vie à domicile CRS

Soins de base remboursés par la LAMal.

### Relève proche aidant-e

Prise en charge par un-e auxiliaire de vie CRS, à son domicile, de la personne atteinte de démence, ou d'handicap, ou de perte d'autonomie liée à l'âge ou en fin de vie : CHF 15.- / heure.

### Service de visites à domicile

Des visites à domicile sont proposées à des personnes vivant seules ou en couple.

### Assistance aux achats

Accompagnement personnel pour effectuer divers achats. Par forfait ou gratuit selon la formule choisie.

### Alarme Croix-Rouge

Bracelet-émetteur qui assure en permanence une prise en charge rapide en cas de problème : A partir de CHF 59.40 / mois.

### Service des transports Croix-Rouge

Des bénévoles accompagnent des personnes à mobilité réduite à leurs rendez-vous. Par forfait en ville ou selon les kilomètres effectués.

### Balades et collations (gratuit, excepté consommations)

Rencontres conviviales entre bénéficiaires une fois par mois dans un restaurant de la région. Transport et encadrement assurés par des bénévoles.



**Église Réformée Évangélique du canton de Neuchâtel (EREN)**  
**Église catholique romaine - Région diocésaine de Neuchâtel (ECR)**  
**Église catholique chrétienne de la Suisse - Canton de Neuchâtel (ECC)**

**Service de visites à domicile et en EMS**



Présence par des bénévoles auprès des personnes de 65 ans et plus en tenant compte de la dimension spirituelle (des questions de sens, de valeurs, des pratiques et des convictions religieuses). Prestation proposée par l'EREN, l'ECR et l'ECC. Renseignements : M. Sébastien Berney au 079 744 90 09, [sebastien.berney@eren.ch](mailto:sebastien.berney@eren.ch).

**La Margelle (EREN)**



Espace de soutien, d'écoute et d'accompagnement spirituel, animé par des pasteurs et professionnel-le-s.  
Renseignements au 032 724 59 59, [la-margelle@bluewin.ch](mailto:la-margelle@bluewin.ch) ou [la-margelle.ch](http://la-margelle.ch).

**Info-Entraide Suisse - Antenne Neuchâtel**

Info-Entraide Suisse - Antenne Neuchâtel soutient les groupes d'entraide autogérés du canton. Ils rassemblent des personnes concernées par une même situation, ou leurs proches, et qui parlent de ce qu'elles vivent. Les groupes se réunissent dans le but de s'entraider, d'échanger des solutions, de recueillir des informations.

**Information et orientation du grand public et des professionnel-le-s**



**Accompagnement à la création et la conduite de groupes autogérés**



**Conseils et soutien aux groupes existants**



**Organisation de diverses manifestations en lien avec l'entraide autogérée**



**Formations destinées aux membres de groupes d'entraide et aux professionnel-le-s (Coût : selon la formation)**



## Insieme Neuchâtel

### Écoute, conseils et aides administratives aux proches de personnes vivant avec un handicap

### Cours de vacances et week-ends pour des personnes vivant avec un handicap

Des vacances / week-ends sont organisés pour enfants, adolescent-e-s et adultes avec handicap.

#### « Une petite Parent'hèse » (relève et transport)

Cette structure propose des services de relève pour proches aidant-e-s et de transports afin de décharger les familles par la prise en charge régulière ou ponctuelle d'enfants et jeunes en situation de handicap. Pour plus d'informations, veuillez consulter [www.unepetiteparenthese.ch](http://www.unepetiteparenthese.ch).

### Animations et sorties pour les personnes vivant avec un handicap et leurs proches

Insieme Neuchâtel propose tout au long de l'année différentes activités permettant de s'évader, de partir à l'aventure et de faire des connaissances.

## ligue neuchâteloise contre le cancer

## Ligue neuchâteloise contre le cancer

### Service social

Il offre écoute, soutien, aide et orientation aux personnes atteintes d'un cancer et à leurs proches.

### Groupes de soutien et ateliers

Certains d'entre eux sont ouverts aux proches aidant-e-s. Plus d'informations sur [neuchatel.liguecancer.ch](http://neuchatel.liguecancer.ch).





**Ligue neuchâteloise  
contre le rhumatisme**

Notre action – votre mobilité



## Ligue neuchâteloise contre le rhumatisme

La LNR soutient la prévention des maladies rhumatismales pour les patient-e-s et leurs proches en organisant différentes activités.

### Écoute et conseils téléphoniques



### Cours de gymnastique à but thérapeutique

L'offre complète des cours de gymnastique et des activités est mise à jour sur [ligues-rhumatisme.ch/ne](http://ligues-rhumatisme.ch/ne). Les cours sont dispensés par des physiothérapeutes ou des professionnel-le-s de la santé.

### Conférences « tout public » sur des sujets touchant les maladies rhumatismales



### Journées d'information destinées aux patient-e-s et à leur entourage



Ch. de la Combeta 16, 2300 La Chaux-de-Fonds  
Tél : 032 913 22 77  
[info.ne@rheumaliga.ch](mailto:info.ne@rheumaliga.ch)  
[www.ligues-rhumatisme.ch/ne](http://www.ligues-rhumatisme.ch/ne)



LIGUE **PULMONAIRE** NEUCHATELOISE  
Respirons ensemble !



## Ligue pulmonaire neuchâteloise

### Information / conseil social et administratif aux proches



### Soutien psychologique pour les proches



### Groupe de parole et d'entraide



### Rencontres animées et sorties pour les patient-e-s et leurs proches

### Accueil de jour pour personnes de 65 ans et plus

(voir page 22 « Foyer de jour l'Air DuPeyrou »)

Rue de la Gare 4, 2034 Peseux  
Rue Numa-Droz 187a, 2300 La Chaux-de-Fonds  
Tél : 032 720 20 50  
[info@lpne.ch](mailto:info@lpne.ch)  
[www.lpne.ch](http://www.lpne.ch)



## Pro Infirmis Jura - Neuchâtel

### Conseil et orientation pour les proches de personnes en situation de handicap



Les personnes en situation de handicap et leurs proches sont soutenu-e-s et accompagné-e-s pour faire face aux difficultés liées au handicap et organiser leur quotidien.

### Service de relève pour les proches et accompagnement à domicile

Cette prestation permet aux personnes qui s'occupent d'un-e enfant ou d'un-e adulte en situation de handicap à domicile de bénéficier de périodes de pauses. Les intervenant-e-s assurent présence, assistance et sécurité.

### Conseil spécialisé en assistance

Les conseiller-ère-s soutiennent les personnes en situation de handicap qui souhaitent mener une vie autonome dans leur propre logement en percevant la contribution d'assistance de l'AI. Le recours à des assistant-e-s contribue à décharger les proches aidant-e-s.

### Formation à l'accompagnement-relève

Elle s'adresse aux personnes qui souhaitent intervenir auprès de personnes en situation de handicap dans les services d'accompagnement et de relève à domicile.

Rue de la Maladière 35, 2000 Neuchâtel  
Tél : 058 775 36 60  
Rue de Chandigarh 4, 2300 La Chaux-de-Fonds  
Tél : 058 775 36 20  
neuchatel@proinfirmis.ch  
www.proinfirmis.ch/fr/prestations/neuchatel



## Pro Senectute Arc Jurassien

### Consultation sociale pour les personnes de 65 ans et plus et leurs proches



- Renseignements, conseils et orientation (assurances sociales, questions juridiques, financières, etc.) ;
- Évaluation de la situation personnalisée ;
- Soutien administratif et aide à la gestion.

### Accompagnement administratif

Une visite mensuelle à domicile par des bénévoles est proposée. Un tarif dégressif est appliqué selon la fortune (CHF 30.- / mois).

### Repas à domicile 7j/7

Menu complet livré chaud à domicile : CHF 18.- / menu.

### Sport et mouvement

Un vaste choix d'activités sportives en groupe est proposé aux personnes de 65 ans et plus. Tarif selon programme.

### Formation et culture

Des cours de formation (en informatique particulièrement), mais aussi de multiples activités culturelles sont proposées. Tarif selon programme.

Rue de la Côte 48 A, 2000 Neuchâtel  
Tél : 032 886 83 40 | prosenectute.ne@ne.ch  
Rue du Pont 25, 2300 La Chaux-de-Fonds  
Tél : 032 886 83 00 | prosenectute.cf@ne.ch  
www.arcjurassien.prosenectute.ch



## Aide et soins à domicile

L'aide et les soins à domicile fournissent des prestations médicales et d'aide dans le lieu d'habitation de la personne qui les requiert. La personne intervenante se déplace selon un horaire convenu au préalable.

Les prestations de soins à domicile sont prises en charge dans le cadre de la loi fédérale sur l'assurance-maladie, alors que l'aide à domicile peut être reconnue dans le cadre des prestations complémentaires (voir page 27). L'aide à domicile comprend par exemple l'aide au ménage, l'aide aux repas ou la livraison de repas, l'aide aux déplacements, l'aide à la lessive.

Publics ou privés, de nombreux acteurs proposent de telles prestations dans le canton de Neuchâtel.



### NOMAD

NOMAD (Neuchâtel Organise le Maintien à Domicile) est une institution publique qui délivre des prestations d'aide et de soins à domicile à toutes les personnes résidant dans le canton de Neuchâtel, 365 jours par an. Elles visent à maintenir, stimuler ou rétablir l'autonomie des personnes en situation de handicap ou atteintes dans leur santé. En apportant une aide globale, les collaboratrices et les collaborateurs de NOMAD soutiennent et soulagent leurs proches en donnant des conseils et des renseignements individualisés en matière d'offres et de ressources existantes dans le canton.

Direction générale, Rue du Pont 25, 2300 La Chaux-de-Fonds  
Un numéro unique pour faire appel à NOMAD : ALO  
(Accueil – Liaison – Orientation) Tél : 032 886 88 88  
info@nomad-ne.ch  
www.nomad-ne.ch



### Association Suisse des infirmières et infirmiers Section Neuchâtel / Jura ASI

Sur asi-neju.ch, vous trouverez la liste des infirmières et infirmiers indépendant-e-s présent-e-s dans le canton. Cette liste contient leurs prestations et éventuelles spécialisations, tout comme leurs lieux d'intervention géographique.

Rue de Flandres 5, 2000 Neuchâtel  
Tél : 032 968 13 51  
info@asi-neju.ch  
www.asi-neju.ch

### Organisations d'aide et de soins à domicile privées

Vous trouverez la liste des organisations d'aide et de soins à domicile autorisées dans le canton, mise à jour régulièrement sur le site : [www.ne.ch/vivre-a-domicile](http://www.ne.ch/vivre-a-domicile). Cette liste contient leurs prestations et éventuelles spécialisations, tout comme leurs lieux d'intervention géographique.



## Accueil de jour pour personnes de 65 ans et plus

L'accueil de jour pour personnes de 65 ans et plus propose aux bénéficiaires des prestations d'accompagnement social, de soins, thérapeutiques et d'animation socioculturelle dispensées par des professionnel-le-s et adaptées à chaque situation individuelle. Elles sont fournies durant la journée de manière temporaire ou régulière.

Il existe deux missions pour les structures d'accueil de jour :

<sup>1</sup> Accueil de jour gériatrique : pour des personnes de 65 ans et plus souffrant de dépendances fonctionnelles et/ou de troubles cognitifs légers à modérés, dans une perspective de maintien à domicile pour leur procurer un accompagnement social, des soins et des prestations d'animation socioculturelle.

<sup>2</sup> Accueil de jour psychogériatrique : pour des personnes de 65 ans et plus présentant des troubles cognitifs et/ou des troubles du comportement nécessitant une prise en soins spécialisée et une surveillance particulière dans un environnement sécurisé.

### Foyer de jour - À la belle vie (Résidence)<sup>1</sup>

Rue des Billodes 40  
2400 Le Locle  
Tél : 032 933 21 11  
fondation.residence.foyerdejour@ne.ch  
fondationlaresidence.ch/foyer-de-jour

### Foyer de jour - Au 10B (Les Charmettes)<sup>1+2</sup>

Rue des Charmettes 10B  
2000 Neuchâtel  
Tél : 032 732 91 22  
rui.daloisio@ne.ch  
lescharmettes.fecpa.ch/les-charmettes/  
prestations

### Foyer de jour - Fritillaires<sup>2</sup>

Chemin des Petits-Monts 21  
2400 Le Locle  
Tél : 032 933 94 60  
contact@lesfritillaires.ch  
lesfritillaires.ch

### Foyer de jour - L'Air DuPeyrou (Ligue pulmonaire)<sup>1</sup>

Avenue DuPeyrou 8  
2000 Neuchâtel  
Tél : 032 720 20 50  
info@lpne.ch  
lpne.ch/lair-dupeyrou/

### Foyer de jour - Landeyeux<sup>1</sup>

Landeyeux 3  
2046 Fontaines  
Tél : 032 854 27 14  
centrejour.home.landeyeux@ne.ch  
www.anempa.ch

### Foyer de jour - La Belle Escapade (Escale)<sup>1</sup>

Rue de la Paix 114  
2300 La Chaux-de-Fonds  
Tél : 032 910 10 10  
Home.Escale@ne.ch  
www.anempa.ch

### Foyer de jour - L'entour'âge (Clairval/Valfleuri)<sup>1</sup>

Rue des Petits-Clos 37  
2114 Fleurier  
Tél : 032 862 11 88  
FoyerDeJour@lentourage.ch  
www.lentourage.ch

### Foyer de jour L'Esprit de famille<sup>2</sup>

Chemin de Pierre-Grise 15  
2304 La Chaux-de-Fonds  
Tél : 032 968 25 52  
info@esprit-de-famille.ch  
www.esprit-de-famille.ch

### Foyer de jour - La Fontanette<sup>1</sup>

Rue de la Fontanette 10  
2024 St-Aubin-Sauges  
Tél : 032 836 23 23  
foyerjour.fontanette@ne.ch  
www.anempa.ch/la-fontanette

### Foyer de jour - Temps Présent<sup>1</sup>

Granges 11  
2300 La Chaux-de-Fonds  
Tél : 032 967 72 72  
temps.present.secretariat@ne.ch  
www.anempa.ch

### Foyer de jour - Trois-Portes<sup>2</sup>

Chemin de Trois Portes 4a  
2006 Neuchâtel  
Tél : 032 723 18 20  
info@foyerdejour.ch  
www.foyerdejour.ch

Vous trouverez plus de renseignements actualisés sur ces structures sur [www.ne.ch/vivre-a-domicile](http://www.ne.ch/vivre-a-domicile).



## Accueil de jour pour personnes de moins de 65 ans

L'accueil de jour pour les personnes de moins de 65 ans propose aux bénéficiaires des prestations d'occupation, de développement personnel et de maintien des acquis dans un cadre sécurisé et professionnalisé. Il a comme objectif de maintenir et de développer les capacités physiques, cognitives et sociales pour favoriser le maintien de l'autonomie, la valorisation de soi et l'amélioration des contacts sociaux.

Les structures ci-dessous proposent des prestations aux personnes en situation de handicap ou cérébrolésées.

### **Association Centre Thérapeutique de Jour Neuchâtelois (CTJN)**

Accueil de jour  
Rue du Seyon 6  
2000 Neuchâtel  
Tél : 032 724 19 54  
info@actjn.ch  
www.actjn.ch

### **Fondation Foyer Handicap**

Unité d'accueil de jour  
Rue de la Maladière 33  
2000 Neuchâtel  
Tél : 032 720 03 49  
Foyer.HandicapNeuchatel@ne.ch  
www.foyerhandicap.ch

### **Fondation Les Perce-Neige**

Espaces de jour  
Chemin Mon-Loisir 23e  
2208 Les Hauts-Geneveys  
Tél : 032 886 67 00  
pn.reception@ne.ch  
www.perce-neige.ch

### **Fondation alfaset**

Centre de jour  
Rue des Terreaux 46-50  
2300 La Chaux-de-Fonds  
Tél : 032 967 96 50  
info@alfaset.ch  
www.alfaset.ch



## Structures de court séjour

Les structures de court séjour proposent de l'hébergement temporaire au sein d'un établissement spécialisé. Ce type d'hébergement s'adresse aux personnes à domicile qui nécessitent un cadre sécurisant et adapté à leurs besoins, de manière momentanée, avec comme objectif le retour à domicile. Il permet notamment aux proches aidant-e-s de prendre un temps de répit.

### **Les Charmettes**

Pour personnes de 65 ans et plus  
Rue des Charmettes 8  
2000 Neuchâtel  
Tél : 032 732 91 91  
home.lescharmettes@ne.ch  
www.fecpa.ch

### **Le Temps Présent**

Pour personnes de 65 ans et plus  
Granges 11  
2300 La Chaux-de-Fonds  
Tél : 032 967 72 72  
temps.present.secretariat@ne.ch  
www.anempa.ch

### **Résidence le Locle**

Pour personnes de 65 ans et plus  
Rue des Billodes 40  
2400 Le Locle  
Tél : 032 933 21 11  
fondation.residence.unite4@ne.ch  
fondationlaresidence.ch

### **Fondation Foyer Handicap**

Unité d'accueil temporaire (UAT) pour adultes  
Foyer Handicap Neuchâtel  
Maladière 33, 2000 Neuchâtel  
Tél : 032 7200 300  
Foyer.HandicapNeuchatel@ne.ch  
www.foyerhandicap.ch

### **Fondation Les Perce-Neige**

Unité d'Accueil Temporaire pour mineur-e-s et adultes  
Rue de Port-Roulant 5  
2000 Neuchâtel  
Tél : 032 886 69 20  
pn.uat@ne.ch  
www.perce-neige.ch



## Centre thérapeutique de jour pour personnes de 65 ans et plus

Le Centre Neuchâtelois de Psychiatrie (CNP) de l'âge avancé offre aux personnes de 65 ans et plus une alternative à l'hospitalisation complète et un programme d'activités thérapeutiques personnalisés, avec le centre thérapeutique de jour. Ceci afin de favoriser le maintien et l'intégration des patient-e-s dans leur lieu de vie.

### Centre thérapeutique de jour du Littoral

Centre Neuchâtelois de Psychiatrie de l'âge avancé  
Route du Vieux-Châtel 18-20  
2000 Neuchâtel  
Tél : 032 755 25 11  
aa-ln-hj@cnp.ch  
[www.cnp.ch/soins-et-prestations/personnes-agees/centre-therapeutique-de-jour](http://www.cnp.ch/soins-et-prestations/personnes-agees/centre-therapeutique-de-jour)

### Centre thérapeutique des Montagnes

Centre Neuchâtelois de Psychiatrie de l'âge avancé  
Rue Jardinière 157a  
2300 La Chaux-de-Fonds  
Tél : 032 755 25 71  
aa-mn-hj@cnp.ch  
[www.cnp.ch/soins-et-prestations/personnes-agees/centre-therapeutique-de-jour](http://www.cnp.ch/soins-et-prestations/personnes-agees/centre-therapeutique-de-jour)



## Aides financières et allocations existantes pour la personne aidée et les proches aidant-e-s

**L'allocation pour impotent (AVS/AI)** est octroyée aux personnes assurées ayant besoin régulièrement d'une aide directe ou indirecte d'autrui pour accomplir les actes ordinaires de la vie quotidienne. Pour savoir si la personne dont vous vous occupez peut bénéficier de cette allocation, veuillez vous renseigner auprès de l'office de l'assurance-invalidité du canton de Neuchâtel basée à La Chaux-de-Fonds ou sur [www.ai-ne.ch](http://www.ai-ne.ch).

**Une contribution d'assistance (AI)** peut être accordée à un-e assuré-e bénéficiant déjà d'une allocation pour impotent AVS/AI, sous certaines conditions. Elle permet de financer l'engagement à domicile d'une tierce personne (hors conjoint-e et parenté directe) qui vient en aide à l'assuré-e. Renseignements : office de l'assurance invalidité du canton de Neuchâtel ([www.ai-ne.ch](http://www.ai-ne.ch)).

**L'allocation pour frais de garde et d'assistance (AI)** s'adresse aux personnes sans activité lucrative qui suivent des mesures de réadaptation et qui ont des frais supplémentaires prouvés pour la garde ou l'assistance des membres de leur famille. Renseignements : office de l'assurance invalidité du canton de Neuchâtel ([www.ai-ne.ch](http://www.ai-ne.ch)).

**Les prestations complémentaires (PC AVS/AI)** sont accordées lorsque les rentes AVS/AI et autres revenus ne couvrent pas les besoins vitaux. Sous certaines conditions, les bénéficiaires des PC peuvent en sus obtenir le remboursement des frais de maladie, d'invalidité et d'assistance à domicile. Renseignements : caisse cantonale neuchâteloise de compensation ([www.caisseavsne.ch](http://www.caisseavsne.ch)).

**Bonifications pour tâches d'assistance (AVS)**, sous certaines conditions, elles permettent aux proches qui se sont occupés de parents nécessitant de soins d'avoir une rente plus élevée. Il ne s'agit pas d'une prestation en espèce versée régulièrement. Renseignements : caisse cantonale neuchâteloise de compensation ([www.caisseavsne.ch](http://www.caisseavsne.ch)).

**Allocation pour prise en charge d'un enfant gravement malade (APC)**, sous certaines conditions, les parents qui doivent interrompre ou réduire leur activité lucrative pour s'occuper d'un-e enfant mineur-e gravement atteint-e dans sa santé en raison d'une maladie ou d'un accident ont la possibilité de prendre un congé de 14 semaines. Renseignements : caisse cantonale neuchâteloise de compensation ([www.caisseavsne.ch](http://www.caisseavsne.ch))



## Référentiel des prestations destinées aux proches aidant-e-s

Institution / association	Numéro de téléphone	Site Internet	Soins à domicile	Aide à domicile			Répit			Soutien		
				Ménage	Repas	Transport	Accueil de jour	Hébergement de court-séjour	Accompagnement <sup>1</sup>	Vacances	Écoute/échange	Groupes de parole
<b>Association Romande des Familles d'Enfants atteints d'un Cancer (ARFEC)</b>	021 653 11 10	arfec.ch								+	+	
<b>Association Romande des Parents d'enfants Aveugles et Malvoyants</b>	032 721 23 31	arpa-romand.ch								+	+	
<b>Association suisse des infirmières et infirmiers Neuchâtel-Jura (ASI)</b>	032 968 13 51	asi-neju.ch	+							+		
<b>Association Suisse de Parents d'Enfants avec Déficit d'Attention et/ou Hyperactivité (ASPEDAH)</b>	078 206 00 20	aspedah.ch						+		+	+	+
<b>AVIVO</b>	032 725 78 60	avivo-neju.ch								+	+	
<b>Bénévolat neuchâtel</b>	032 886 89 00	benevolat-ne.ch								+		+
<b>Caritas Neuchâtel</b>	032 886 80 70	caritas-neuchatel.ch			+			+		+	+	+
<b>Cente neuchâtelois de psychiatrie (CNP)</b>	032 755 15 00	cnp.ch	+							+	+	+
<b>Centre Thérapeutique de Jour Neuchâtelois (CTJN)</b>	032 724 19 54	actjn.ch				+						
<b>Centrevue, autonomie et intégration pour personnes aveugles et malvoyantes</b>	032 886 80 40	centrevue.ch								+	+	
<b>Cinq sur Cinq SA</b>	032 724 94 22	cinqsurcinq.ch						+		+	+	
<b>CORA</b>	032 886 46 20	cora-vdt.ch								+	+	
<b>Court-séjour Les Charmettes</b>	032 732 91 91	fecpa.ch						+				
<b>Court-séjour Le Temps Présent</b>	032 967 72 72	anempa.ch						+				
<b>Court-séjour Résidence le Locle</b>	032 933 21 11	fondationlaresidence.ch						+				
<b>Croix-Bleue romande - Section Neuchâtel</b>	032 725 02 17	croix-bleue.ch/alcool-dependance/section-neuchateloise-1855.html								+	+	
<b>Croix-Rouge neuchâteloise</b>	032 886 88 60	croix-rouge-ne.ch	+	+	+	+		+		+		+
<b>Eglise réformée évangélique du canton de Neuchâtel (EREN)</b>	032 725 78 14	eren.ch				+		+		+	+	

## Référentiel des prestations destinées aux proches aidant-e-s

Institution / association	Numéro de téléphone	Site Internet	Soins à domicile	Aide à domicile			Répit			Soutien			
				Ménage	Repas	Transport	Accueil de jour	Hébergement de court-séjour	Accompagnement <sup>1</sup>	Vacances	Écoute/échange	Groupes de parole	Administratif
<b>Fédération Suisse des Aveugles et malvoyants (FSA), section neuchâteloise</b>	032 544 47 87	sbv-fsa.ch/fr/sections/neuchatel									+		+
<b>Fondation la Chrysalide</b>	032 912 56 76	chrysalide.ch								+	+		+
<b>Fondation Les Perce-Neige</b>	032 886 67 00	perce-neige.ch						+	+	+	+		+
<b>Fondation Serei</b>	032 886 81 00	serei.ch								+		+	+
<b>Foyer de jour Á la belle vie (Résidence)</b>	032 933 21 11	fondationlaresidence.ch/foyer-de-jour						+					
<b>Foyer de jour Au 10B (Les Charmettes)</b>	032 732 91 22	lescharmettes.fecpa.ch/les-charmettes/prestations						+					
<b>Foyer de jour Fritillaires</b>	032 933 94 60	lesfritillaires.ch						+					
<b>Foyer de jour L'Air DuPeyrou (Ligue pulmonaire)</b>	032 720 20 50	lpne.ch/lair-dupeyrou						+					
<b>Foyer de jour Landeyeux</b>	032 854 27 14	anempa.ch						+					
<b>Foyer de jour La Belle Escapade (Escale)</b>	032 910 10 10	anempa.ch						+					
<b>Foyer de jour L'entour'âge (Clairval/Valfleuri)</b>	032 862 11 88	lentourage.ch						+					
<b>Foyer de jour L'Esprit de famille</b>	032 968 25 52	esprit-de-famille.ch						+					
<b>Foyer de jour La Fontanette</b>	032 836 23 23	lafontanette.ch						+					
<b>Foyer de jour Temps Présent</b>	032 967 72 72	anempa.ch						+					
<b>Foyer de jour Trois-Portes</b>	032 723 18 20	foyerdejour.ch						+					
<b>Foyer Handicap</b>	032 720 03 00	foyerhandicap.ch						+	+	+			
<b>Infirmières indépendantes Neuchâtel</b>	079 888 32 32	iine.ch	+							+	+		
<b>Info-Entraide Suisse Antenne Neuchâtel</b>	032 724 06 00	infoentraideneuchatel.ch									+	+	+
<b>Insieme Neuchâtel</b>	032 926 85 60	insieme-ne.ch			+			+	+	+	+	+	
<b>JUNORAH</b>	032 889 66 43	www.ne.ch/autorites/DJSC/SAHA/orientation/Pages/JUNORAH.aspx									+		



Institution / association	Numéro de téléphone	Site Internet	Soins à domicile	Aide à domicile			Répit			Soutien		
				Ménage	Repas	Transport	Accueil de jour	Hébergement de court-séjour	Accompagnement <sup>1</sup>	Vacances	Écoute/échange	Groupes de parole
<b>La Fée du Logis Neuchâtel</b>	032 731 80 22	lafeedulogis.ch		+	+	+						
<b>La Main Tendue du Nord-Ouest</b>	032 322 08 38	bienne.143.ch									+	
<b>La Margelle</b>	032 724 59 59	la-margelle.ch									+	
<b>Ligue neuchâteloise contre le cancer</b>	032 886 85 90	liguecancer-ne.ch									+	+
<b>Ligue neuchâteloise contre le rhumatisme</b>	032 913 22 77	ligues-rhumatisme.ch/ne									+	+
<b>Ligue pulmonaire neuchâteloise</b>	032 720 20 50	lpne.ch									+	+
<b>NOMAD</b>	032 886 82 00	nomad-ne.ch		+	+							+
<b>Organisations de soins à domicile du canton de Neuchâtel</b>	032 889 52 39	www.ne.ch/vivre-a-domicile		+								
<b>Procap</b>	032 724 12 34	procap.ch/fr									+	+
<b>Pro Infirmis Jura - Neuchâtel</b>	058 775 36 60	proinfirmis.ch									+	+
<b>Pro Senectute Arc jurassien</b>	032 886 83 40 032 886 83 00	arcjurassien.prosenectute.ch			+						+	+
<b>Société Suisse de la Sclérose en plaques</b>	021 614 80 80	sclerose-en-plaques.ch									+	+
<b>Ton infirmière à la maison (TIM) Soins pédiatriques à domicile</b>	079 476 66 33	tim-ne.ch		+							+	+
<b>Une petite Parent'hèse</b>	032 754 31 95 032 926 85 60	unepetiteparenthese.ch										

<sup>1</sup>Accompagnement : il s'agit ici des prestations telles que faire les courses, accompagner la personne pour diverses activités, présences et visites à domicile y compris la relève.

<sup>2</sup>Formation : les formations ici identifiées s'adressent principalement aux proches aidant-e-s ou ont comme objectif de sensibiliser les professionnel-le-s, les bénévoles ou le personnel des institutions au domaine des proches aidant-e-s.

Ce référentiel est établi par le service cantonal de la santé publique (SCSP) du canton de Neuchâtel de la manière la plus exhaustive possible au moment de sa parution. Toute demande de modification ou d'ajout au sujet des informations contenues dans le document est à soumettre à l'office du maintien à domicile et de l'hébergement du SCSP, par message électronique à OMDH@ne.ch.

Cet outil, inspiré de l'échelle de Zarit, permet d'évaluer la charge émotionnelle, physique et financière que ressent l'aidant-e accompagnant des personnes atteintes dans leur santé. On parle d'évaluation du fardeau.

Le terme « parent » utilisé par l'échelle Zarit est ici remplacé par « proche » car il englobe également des personnes (ami-e-s et voisin-e-s) qui n'ont pas de lien de parenté.

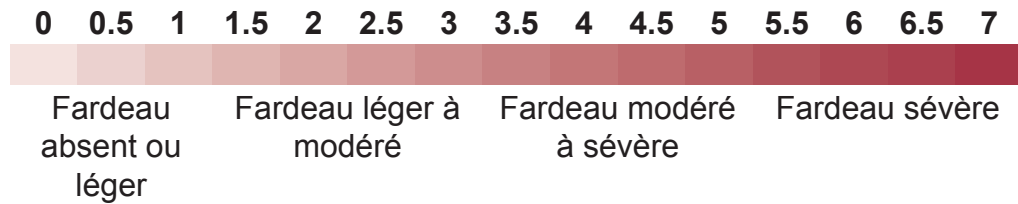
**Notation : 0 = jamais ; 1/2 = parfois ; 1 = souvent**      0      1/2      1

- Le fait de vous occuper de votre proche entraîne-t-il
  - des difficultés dans votre vie familiale ?
  - des difficultés dans vos relations avec vos ami-e-s, vos loisirs, ou dans votre travail ?
  - un retentissement dans votre santé (physique et/ou psychique) ?
- Avez-vous le sentiment de ne plus reconnaître votre proche ?
- Avez-vous peur pour l'avenir de votre proche ?
- Souhaitez-vous être (davantage) aidé-e pour vous occuper de votre proche ?
- Ressentez-vous une charge en vous occupant de votre proche ?

**Score total**      /7

Tournez la page pour découvrir comment interpréter votre score total.

## Interprétation :



Si votre résultat est de « modéré à sévère » n'hésitez pas à faire appel à des aides ponctuelles pour vous soulager. Si le score est « sévère » n'attendez plus pour parler de votre situation et demander de l'aide.

### **Vous souhaitez aller plus loin ?**

L'échelle de Zarit permet l'évaluation de la charge matérielle et affective qui pèse sur l'aidant-e principal-e d'une personne. Elle comprend vingt-deux questions qui vous permettent d'exprimer ce que vous ressentez et la fréquence de votre ressenti. Vous pouvez retrouver cette grille sur [aross.ch/echelle-de-zarit](http://aross.ch/echelle-de-zarit) ou sur [croix-rouge-ne.ch/charge-proche-aidant/](http://croix-rouge-ne.ch/charge-proche-aidant/).



### **Prestation non-payante**

Depuis 2015, le Département des finances et de la santé (DFS) du Canton de Neuchâtel édite cette brochure. Nous tenons à remercier toutes les organisations qui ont participé et collaboré à l'élaboration de celle-ci.

Les informations qui s'y trouvent ne sont pas exhaustives, d'autres organismes proposent également des prestations pour les proches.

Si vous voulez évaluer votre engagement auprès de votre proche, remplissez le questionnaire du mini-Zarit qui se trouve dans cette brochure.

Cette brochure peut être obtenue gratuitement à l'adresse suivante :

#### **Service de la santé publique**

Rue des Beaux-Arts 13, 2000 Neuchâtel

Elle est également à disposition des personnes intéressées, en format PDF sur [www.ne.ch/proches-aidants](http://www.ne.ch/proches-aidants)

Département des finances et de la santé, avril 2022, 4ème édition

**En tant que « proche aidant-e »,  
je consacre de mon temps à soutenir  
ou accompagner un-e proche  
fragilisé-e dans son projet de vie**



Département des finances et de la santé  
Service de la santé publique  
Neuchâtel, avril 2022, 4e édition

[www.ne.ch/proches-aidants](http://www.ne.ch/proches-aidants)