

DES ACTIVITÉS VARIÉES, QUI RÉPONDENT AUX ENVIES DE NOS HÔTES

Les activités proposées s'inspirent des gestes de la vie quotidienne, permettent de s'ouvrir à d'autres curiosités et de maintenir des liens sociaux.

Les animatrices et animateurs proposent un programme riche, qui évolue au gré des envies de nos hôtes, par exemple :

- Gymnastique douce
- Fêtes et excursions en bus
- Soins bien-être
- Chant & activités créatrices
- Confection de pâtisseries, de confitures ou autres
- Rencontres intergénérationnelles
- Films & conférences
- Etc.



Sur
la **Doux** CENTRE DE JOUR

Rue de l'Hôpital 56
2800 Delémont
(à côté de la Résidence la Promenade)

Tél. 032 421 57 22
surladoux@h-ju.ch

www.h-ju.ch/surladoux



 delémont
ACTIVEMENT PROCHE

Hôpital
du Jura

Nous avec vous !

Delémont
et environs



Sur
la **Doux** CENTRE DE JOUR

« Sortir de chez soi,
pour mieux vivre
chez soi »

UN CENTRE DE JOUR POUR ROMPRE AVEC LA MONOTONIE, IDÉALEMENT SITUÉ AUX ABORDS DE LA VIEILLE VILLE DE DELÉMONT

Un lieu qui permet d'accueillir pour la journée (ou la demi-journée) des personnes souhaitant rompre avec la solitude et lutter contre le repli sur soi. Elles peuvent venir passer jusqu'à trois jours par semaine au Centre de jour « Sur la Doux».

Un encadrement par du personnel qualifié permet d'offrir des animations de qualité tout en veillant à la sécurité des hôtes.

Le Centre aide à maintenir des contacts sociaux et à développer l'indépendance dans la vie quotidienne.

Le but est également d'offrir aux proches un temps de répit régulier, pour qu'ils puissent se ressourcer et prendre soin d'eux.



Horaires

Du lundi au vendredi,
de 9h00 à 17h00

Tarifs

Possibilité de s'inscrire à la journée ou à la demi-journée, avec ou sans repas de midi.

Voir les tarifs sur le site Internet
www.h-ju.ch/surladoux

Les personnes qui bénéficient de prestations complémentaires de l'AVS peuvent adresser une demande à leur commune de domicile pour obtenir un remboursement partiel de leur forfait.

Transports

Sur demande, un transport est organisé pour les personnes venant de Delémont et des communes environnantes.

Voir le tarif à la course sur le site Internet
www.h-ju.ch/surladoux

Seuls les transports du début et de fin de journée sont proposés. Les personnes qui arrivent ou partent à la mi-journée sont invitées à organiser elles-mêmes leurs déplacements.



A QUI S'ADRESSE LE CENTRE DE JOUR ?

- A la personne âgée capable de vivre sans danger à domicile
- A la personne âgée qui a besoin d'une stimulation ou d'un encadrement médico-social pour pouvoir rester chez elle
- A la personne âgée qui se trouve dans une situation de solitude ou d'éloignement de la famille

Celles et ceux qui parlent le mieux du Centre sur la Doux, ce sont nos hôtes !

« Je me sens plus en forme et plus heureuse depuis que je viens au centre. »

« Avant, je passais beaucoup de temps seul chez moi, et je me sentais un peu déprimé. Ici, j'ai rencontré de nouvelles personnes et j'ai repris des activités que j'aimais avant. »

« Le Centre de jour Sur la Doux a été une bénédiction pour ma tante. Elle participe aux activités comme les ateliers floraux, les exercices physiques et les sorties culturelles. Elle se sent à nouveau épanouie. »