

Journée des proches – Un grand MERCI

jeudi 1 octobre 2026

[News](#)

La Journée des proches, le 30 octobre, vise à mettre en lumière et à remercier celles et ceux qui prennent soin des autres. Cette année, un repas au restaurant partagé et des cadeaux axés sur le bien-être sont au programme.

Le 30 octobre prochain, nous célébrons la Journée des proches. En Suisse, une personne sur quatre est considérée comme proche aidante. Accompagner un proche au quotidien, c'est lui consacrer du temps, de l'énergie et une grande part de soi. Un engagement précieux, mais qui peut aussi représenter de nombreux défis et avoir un impact important sur la santé physique et mentale des personnes qui s'engagent.

À l'occasion de cette journée, la Société SEP souhaite remercier toutes celles et ceux qui accompagnent une personne atteinte de SEP. Elle invite les proches à partager un repas à Lausanne, le 30 octobre, de 12h30 à 14h, dans une ambiance conviviale et chaleureuse. Cet événement est gratuit, mais l'inscription est obligatoire via notre [site web](#).

Vous êtes une proche et souhaitez connaître les possibilités de soutien? La Société SEP vous conseille et organise des événements spécialement destinés aux proches. Retrouvez toutes les informations sur notre [site web](#).

Un appel aux témoignages

Tentez également de gagner des prix en complétant cette phrase:

«Pour moi, être proche aidante, c'est...»

Envoyez-nous votre témoignage à l'adresse info@sclerose-en-plaques.ch. Il sera publié de manière anonyme et vous permettra de prendre part automatiquement au tirage au sort pour gagner des prix liés au bien-être.

Nous nous réjouissons de lire votre témoignage!

Société suisse de la sclérose en plaques, rue du Simplon 3, 1006 Lausanne

Tél. 021 614 80 80 | info@sclerose-en-plaques.ch | www.sclerose-en-plaques.ch