

# LE JOURNAL

N° 152 - Publication bi-annuelle de Caritas Jura - Juin 2026



## Un défi, une cause solidaire : Merci Noël Pedreira !

Il y a des défis qui dépassent la seule performance sportive. Des défis qui racontent une histoire, qui parlent de conviction, de générosité et de fidélité à des valeurs profondément ancrées. Le dernier Iron Man de Noël Pedreira fait partie de ceux-là.

Boucler une telle épreuve est déjà, en soi, un exploit. Un Iron Man, c'est l'école de la persévérance et du travail :

- 3,8 km de natation dans le plus beau des décors alpins
- 180,2 km de vélo sur les routes de l'Oberland bernois

● 42,2 km de course à pied, soit un marathon

**= 226,2 km au total**

Des heures d'entraînement, de discipline, de dépassement de soi. Mais pour Noël, cette dernière course revêt

une dimension bien plus grande. Elle est un geste de cœur, un engagement qui va au-delà de la ligne d'arrivée. En choisissant de courir au profit de Caritas Jura, une association qui lui est chère, il donne un sens encore plus profond à chaque coup de pédale, à chaque foulée, à chaque brasse.

**CARITAS** Jura



### Des valeurs qui nous rassemblent

Caritas Jura, c'est la solidarité concrète, l'attention aux plus fragiles, la dignité préservée dans les moments difficiles. Autant de valeurs que Noël porte en lui. Théologien et accompagnant spirituel, il a cette fibre sociale qui l'anime au quotidien, cette volonté d'être présent pour les autres, d'agir, humblement mais avec détermination. Son Iron Man devient ainsi un prolongement naturel de son engagement : un témoignage vivant de foi en l'humain et en la force du collectif.

*« Ce défi, je ne le relève pas seul. Il y a mon épouse et nos enfants derrière chaque entraînement, mais aussi toutes les personnes qu'accompagne Caritas Jura devant moi, comme un horizon qui donne envie d'aller jusqu'au bout. »*

Derrière cet exploit, il y a aussi une famille. Céline, Nathanaël, Timéo et Damian. Des présences discrètes mais essentielles, un soutien indéfectible dans les moments de doute comme dans les réussites. Ils sont ceux qui encouragent, qui comprennent les sacrifices, qui partagent la fatigue et la fierté. Parce que ce défi, Noël ne le relève pas seul. Il est porté par ceux qui l'aiment, qui l'accompagnent et qui croient en lui. Ce dernier Iron Man est donc bien plus qu'une performance sportive. C'est une aventure humaine, une démonstration de persévérance et de

solidarité. C'est le choix de mettre son énergie, son temps et sa passion au service d'une cause plus grande que soi.

À travers chaque kilomètre parcouru, Noël nous rappelle une chose essentielle : que chacun, à sa manière, peut faire sa part. Que l'effort individuel peut devenir une force collective. Et que, parfois, les plus belles victoires sont celles que l'on partage.



Caritas Jura est fière, honorée et surtout reconnaissante de ce geste qui unit derrière un projet personnel. Nous remercions chaleureusement Noël Pedreira et sa famille pour ce soutien et cette visibilité donnée à notre institution.

On se voit à Thoune le 5 juillet ?

# Chaque geste compte !

Vous pouvez soutenir le projet fou de Noël et à travers lui, les actions de Caritas Jura dans la région et pour les personnes qui vivent ici.





Quelques exemples concrets :

- Avec 10 centimes par km parcouru, vous donnez **22.-** qui permettent de financer l'achat d'une à deux tenues de sport dans un des magasins COMM9.
- Avec 20 centimes par km parcouru, vous donnez **45.-** qui permettent d'offrir un abonnement de saison à la piscine pour un enfant.
- Avec 50 centimes par km parcouru, vous donnez **113.-** qui permettent à une famille de s'équiper à COMM9 en matériel de ski.
- Avec 1 franc par km parcouru, vous donnez **226.-** qui permettent d'équiper toute une famille en vélos provenant de l'atelier réparations de Caritas Jura.

Si ce projet vous touche, voici les coordonnées de paiement :  
Caritas Jura, 2800 Delémont, IBAN : CH32 0900 0000 2500 0601 2

ou par Twint via le code QR ci-dessous :

**Faites un don avec  
TWINT !**

-  Scannez le code QR avec l'app TWINT
-  Confirmez le montant et le don



Edito



## Quand témoignage rime avec courage

Récemment, nous nous réjouissons de la création de l'association A part'Etre ! Ses membres sont des bénéficiaires de l'aide sociale qui ont décidé de prendre la parole pour dire leur vécu et revendiquer une autre image que celle du « cas social ». Cette démarche courageuse a d'ailleurs été saluée par le Conseil consultatif des Jurassiens de l'extérieur qui lui a attribué son Prix 2025, afin de « récompenser une initiative citoyenne courageuse, conçue pour lutter contre la stigmatisation, favoriser l'expression de personnes souvent invisibilisées et renforcer la cohésion sociale dans le canton du Jura ».

C'est désormais au sein du Conseil suisse de la Pauvreté qu'une des membres d'A Part'Etre a été désignée. Nous vous en parlerons prochainement.

Bravo à Séverine, à qui il a fallu du courage pour s'ouvrir à nous de la réalité de sa maladie psychique et des souffrances qu'elle engendre. Son précieux témoignage nous aide à mieux appréhender le vécu et le ressenti d'une personne devant composer avec des troubles psychiques. Reconnaissance et respect !

Gratitude également envers Noël qui nous offre publiquement son témoignage de solidarité en participant à son dernier Iron Man sous les couleurs et en faveur de Caritas Jura. Un gros effort pour apporter du réconfort !

Dans notre monde où il devient de plus en plus difficile de distinguer le réel du virtuel, le vrai du faux, ces témoignages et ces engagements à bras le corps pour revendiquer une place d'honneur au respect d'autrui sont pour nous un précieux carburant pour continuer à accompagner ces personnes au quotidien, à découvrir leurs richesses et à recevoir de belles leçons de vie.

En deux mots comme en cent : Bravo et Merci !

# Chèque emploi, vous y avez pensé ?

Chèque emploi, le système de gestion administrative pour les travaux de proximité fêtera ses 20 ans l'année prochaine ! Il s'en est passé des choses depuis, le système gère désormais une masse salariale de plus de CHF 3 millions de francs.

## CHÈQUE EMPLOI CARITAS Jura

Vous n'avez pas encore fait le pas ? Vous employez une personne à domicile (ménage, garde, entretien de jardin, etc...) et vous souhaitez vous débarrasser des charges administratives ? Chèque emploi est là pour ça, pour des frais qui se montent à environ 5%. Exemple : l'employé-e reçoit CHF 25.- de l'heure et cela vous coûte CHF 32.- toutes charges com-

prises et la garantie d'être dans la légalité. Quasiment tout peut se faire en ligne, mis à part le formulaire d'adhésion. Les chèques papiers sont encore possibles pour ceux qui le désirent.

Vous trouvez tous les formulaires sur le site [www.caritas-jura.ch](http://www.caritas-jura.ch).

# Un vélo deuxième main sur commande

Vous cherchez un vélo d'occasion mais n'avez pas trouvé votre bonheur à COMM9 ?

L'atelier vélo a une solution pour vous.

Comment faire ? scannez le code QR ci-dessous, puis détaillez votre besoin : VTT ou vélo de ville, taille du client, budget, quelle utilisation, etc.

La suite ? L'équipe prendra contact avec vous pour vous proposer quelque chose répondant à vos attentes.

L'atelier « vélos pour tous » répare les vélos sur demande ou retape ceux qui nous sont donnés pour les mettre en vente à COMM9.



**ATELIER Vélo POUR TOUS**

**COMMANDEZ VOTRE VÉLO SUR MESURE À PRIX ATTRACTIFS**



**INDIQUEZ VOS BESOINS AVEC CE QR-CODE ET L'ATELIER VÉLO VOUS CONTACTE**

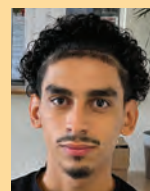
Rue St-Henri 10, Delémont du lundi au vendredi de 8h15 à 11h30 et de 13h15 à 16h30.  
CarteCulture : 30% sur les forfaits et services.

# Nouvelles têtes



**Elodie Dick** est la nouvelle comptable de Caritas Jura. Agée de 35 ans et habitante de Bressaucourt, elle est mariée et maman

de deux petits garçons de 6 et 4 ans. Même si elle est en retrait du terrain, elle apprécie le sens de son travail qui contribue concrètement au soutien apporté aux personnes qui sont suivies par l'institution. Chaque mission repose sur un véritable esprit d'équipe, où l'humain reste au cœur des priorités et ça, ça n'a pas de prix.



**Dylan Zuber** est apprenti employé de commerce, première année. Agé de 21 ans, il habite à Courchavon. Dylan apprécie le contact humain et le fait de pouvoir se sentir utile

au quotidien. Les valeurs de l'association lui correspondent, surtout l'entraide et le respect. C'est un travail qui lui plaît et dans lequel il se sent bien.



**Julie Gatherat** est une ajoulote pure souche, âgée de 30 ans. Titulaire d'un CFC d'assistante socio-éducative avec une maturité intégrée en 3 ans, elle a suivi l'EESP à Lau-

sanne. Assistante sociale est pour elle une vocation, qui allie contacts humains et savoir théorique et pragmatique. Convaincue que chaque petite action peut apporter un réel soutien, elle se reconnaît pleinement dans les valeurs de solidarité, d'entraide et de co-responsabilité.

# MERCI pour vos dons !

Vos dons sont essentiels au fonctionnement de COMM9 et permettent de donner une deuxième vie aux objets et de favoriser ainsi une économie circulaire. Pour le bien de tous, nous vous remercions de respecter les consignes de notre MEMO qui récapitule les situations les plus courantes.

	Catégories	Ce que nous prenons	Ce que nous ne prenons pas
	Vaisselle, verres, ustensiles de cuisine, tasses	Toute la vaisselle en bon état et non ébréchée	Bocaux de produits de grande distribution, cocottes ébréchées, objets trop rayés, articles publicitaires. Poêles, casseroles et marmites anti-adhésives rayées
	Livres	Livres anciens de valeurs, livres à thèmes (Jura, Art, Santé, etc..) BD, livres de cuisine actuels, livres enfant, Romans et livres de poche	Anciennes encyclopédies et dictionnaires (avant 2000), anciennes collections, livres annotés, personnalisés, trop usagés ou jaunits, romans anciens (avant 2000). Livres qui ne sont pas en français
	Jouets, jeux, puériculture	Jouets et jeux en bon état et complets, articles de puériculture actuels, complets et en bon état, siège ISOFIX uniquement	Objets non-fonctionnels, poussettes incomplètes, tachées ou trop usées, Jouets imitation armes à feu
	Bibelots, décoration	Tableaux, peinture, articles de brocante, bijoux, argenterie, étain et laiton	Articles publicité, bricolage
	Vélos et sport	Tous les vélos, articles de sport complets, fonctionnels et en bon état	Casques de moto, Skis/snowboards anciens, non-carving, piscines, objets incomplets
	Multimedia	Jeux vidéos, consoles, tous les vinyles avec leur pochette, cassettes, CD, DVD, Blu-ray	Articles à caractères pornographique, VHS, CD/DVD gravés
	Appareils électriques et électroniques	Tout appareil fonctionnel en bon état général	Bureautique, routeur, box TV, appareils dépareillés avec accessoires manquants, appareils frigorifiques et machines à laver/sécher de plus de 10 ans
	Textiles, habits, sacs, accessoires, linge de maison	Articles propres, sans tâches et sans odeur en bon état, chaussures en très bon état, coton 60% pour chiffons	Fermetures éclairs cassées, textiles déchirés, avec indications personnelles, habits de la marque Shein
	Meubles	Meubles actuels en bon état et fonctionnels, meubles vintage, meubles de jardin, matelas en très bon état	Meubles foncés et encombrants, grand bureau, piano, armoires incomplètes, lits anciens (190 cm de long), sommier en métal, meubles à réparer

# Vivre main dans la main avec la maladie psychique

Ces dernières années, la parole se libère sur de nombreux sujets. La santé psychique, que l'on désigne désormais souvent par l'appellation moins stigmatisante de « santé mentale », fait partie des thématiques qui prennent plus de place dans le débat public, au café du commerce, dans les médias et, par conséquent, dans nos vies.



Séverine l'admet, les médias abordent beaucoup plus la question de la maladie psychique qu'à l'époque. Mais dans les faits, il y a encore des phrases qui blessent, des regards qui jugent, des étiquettes qu'on nous colle. « Ce que j'ai aimé, à LARC, c'est le regard bienveillant qu'on a porté sur moi. Quand je sors dans la rue, c'est la jungle pour moi. Evidemment, je devrais m'en fiche de ce que pensent les gens, mais c'est difficile. C'est rude de voir à quel point la maladie fait partie de mon identité.

Dans ma vie, je n'ai pas été épargnée. Dépression, tuberculose, cancer de la peau et, récemment, un diagnostic

Mais le vécu des personnes concernées continue de souffrir de certains préjugés qui ont la vie dure. La dépression, bien qu'elle soit certainement la plus connue des souffrances psychiques et l'une des plus répandues, convoque un bon paquet d'idées reçues. Le parcours avec la maladie exige de traverser les tempêtes émotionnelles infligées par la maladie tout en résistant aux vents contraires, aux regards accusateurs et aux injonctions de la société.

Séverine connaît bien la maladie et ses tribulations. Diagnostiquée pour dépression chronique incurable à l'âge de 21 ans, elle navigue depuis longtemps dans les eaux troubles de la maladie. Elle accepte de nous livrer son témoignage et ses astuces pour résister et trouver, çà et là, quelques instants de répit.

En préambule, un peu inquiète, Séverine annonce la couleur « Bon, c'est pas pour

faire pleurer dans les chaumières... ». Elle accepte de témoigner, mais ne veut pas donner un ton plaintif à son discours. C'est d'ailleurs une grande qualité : Séverine ne se plaint jamais. Tranquillement, en prenant le temps de choisir les bons mots, Séverine se livre. La maladie qui s'abat sur elle en pleine jeunesse, l'incompréhension, l'indescriptible fatigue.

## Le rôle de LARC

Durant neuf mois, elle ne quitte pas sa chambre. Puis, l'hospitalisation, la compréhension progressive de la maladie, les progrès, les rechutes. Et un jour, une assistante sociale guide Séverine vers LARC, le lieu d'accueil et de rencontre de Caritas Jura. Dans cet espace, Séverine va immédiatement trouver une place et renouer des contacts. C'est à LARC, confie-t-elle, qu'elle a trouvé une solution partielle à la solitude dans laquelle la maladie l'a plongée.

d'apnée du sommeil. Mais le pire combat, et de loin, c'est la dépression. C'est une grande tristesse et une fatigue énorme. Une souffrance épouvantable.

Parmi les choses qui me font du bien, il y a ma maman. Elle aime tellement la vie, elle est toujours enjouée. Malgré son grand âge, elle garde un goût prononcé pour les petits bonheurs de la vie et c'est toujours une joie de lui rendre visite. »

Merci à Séverine pour sa parole précieuse. Nous lui adressons, ainsi qu'à toutes les personnes concernées, nos vœux d'apaisement.

Elise Unternaehrer

# MERCI MERCI MERCI !

Ce début d'été marque la fermeture du magasin COMM9 de Bienne. L'occasion d'adresser un immense MERCI aux bénévoles. Elles et ils se sont engagés sans compter durant de nombreuses années dans le magnifique bâtiment de la vieille ville.



MERCI à toutes nos bénévoles et à tous nos bénévoles, pour leur investissement extraordinaire au fil des années.

Derrière cette décision — rendue nécessaire par des contraintes d'organisation, de ressources bénévoles et de fonctionnement — il y a avant tout des visages, des souvenirs, des rencontres, des parcours de vie et beaucoup d'émotion.

Pendant de nombreuses années, parfois durant plusieurs décennies, ils et elles ont donné de leur temps, de leur énergie et de leur cœur. Chaque jour d'ouverture, chaque accueil chaleureux, chaque conseil, chaque geste du quotidien a été porté par leur présence fidèle, généreuse et profondément humaine.

Grâce à eux, grâce à elles, le magasin de Bienne a été bien plus qu'un simple lieu de vente. Il est devenu un lieu de vie, de

rencontres, d'échanges et de solidarité, où chacune et chacun pouvait se sentir accueilli, écouté et respecté.

## Des records de fidélité

Leur engagement ne se compte pas seulement en heures offertes, mais aussi en sourires partagés, en liens créés et en confiance construite au fil du temps. Toutes ces attentions ont laissé une empreinte précieuse dans la vie du magasin et dans celle des nombreuses personnes qui y sont passées.

Parmi nos bénévoles, les plus anciennes ont consacré 45 années à cette belle aventure. Un engagement exceptionnel, qui force l'admiration et qui raconte à lui seul une part de l'histoire du magasin.

La fermeture d'un lieu n'efface jamais ce qu'il a apporté. Au contraire, elle nous rappelle toute la richesse humaine qui y

a grandi : l'entraide, la générosité, la bienveillance et cette présence si précieuse auprès des autres.

À chacune et chacun de nos bénévoles, nous adressons du fond du cœur notre immense gratitude et notre profonde admiration. Merci pour tout ce que vous avez donné, et pour tout ce que vous avez permis de vivre.

**Dans l'accompagnement,  
dans les magasins,  
à LARC ou au comité,  
nos bénévoles  
sont essentiels.**

**Un gigantesque**

**MERCI !**

## Caritas Jura

Case postale 127 / 2800 Delémont 1  
Tél. 032 421 35 60 / Fax 032 421 35 65  
E-mail : caritas.jura@caritas-jura.ch  
www.caritas-jura.ch / CCP 25-601-2  
IBAN CH32 0900 0000 2500 0601 2

**Direction** Rue du Temple 19 / 2800 Delémont

**Département Consultation et Soutien**  
Rue du Temple 19 / 2800 Delémont

**Département Insertion**  
Rue Saint-Henri 5 / 2800 Delémont

**Département Action Communautaire**  
Passage des Ponts 2 / 2800 Delémont

**LARC** Passage des Ponts 2 / 2800 Delémont /  
Tél. 032 423 55 40

**Service de récupération** Tél. 032 423 65 11

## COMM9

**Delémont** / Rue St-Henri 7 / Mardi au vendredi  
10h à 18h / Samedi de 9h à 13h

**Accueil des dons** / Mardi au vendredi de 10h à  
18h et samedi de 9h à 13h

**Porrentruy** / Grand-Rue 18 / Mardi au vendredi  
de 14h-17h

**Saignelégier** / Hôpital 13 / Mardi au vendredi  
de 14h - 17h

## Impressum

Editeur: Caritas Jura

Rédactrice responsable: Françoise Schaffter

Impression: Pessor Delémont

## Changement d'adresse

Merci de nous l'annoncer le plus rapidement possible. Les frais postaux pour ce genre de situation deviennent de plus en plus importants. Vous pouvez contacter Caritas Jura au 032 421 35 62.

## Appels

# Un très grand merci pour votre aide!



### Appel no 478 Mauvaise surprise

Prête à reprendre ses marques, cette personne seule, travaillant à 80% a eu la mauvaise surprise de recevoir des factures d'impôts rétroactives. Avec notre accompagnement, un plan de désendettement est en train de se mettre en place. Néanmoins, pour pouvoir débiter cette nouvelle étape nous souhaitons soutenir un loyer pour que le désendettement débute avec un solde positif.

**Souhait : CHF 700.-**

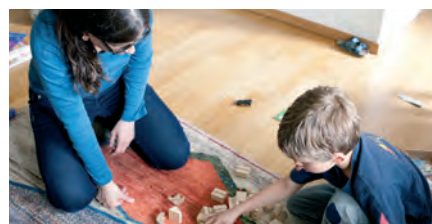


### Appel no 479 Priorité aux enfants

Père de deux enfants, Monsieur bénéficie de l'aide sociale à la suite de problèmes de santé. Il participe à une mesure d'insertion dans nos ateliers afin de retrouver une stabilité. Avec un revenu mensuel d'environ CHF 2'600.-, il ne parvient pas à payer les pensions alimentaires de CHF 800.- qui ne sont pas prises en compte dans le calcul d'aide sociale mais qu'il veut honorer. Cette situation l'a conduit à accumuler un retard de loyers important. Afin

d'éviter une expulsion - qui entraînerait très probablement le retrait de son droit de visite, nous sollicitons une aide pour trois mois de loyer.

**Souhait : CHF 2'550.-**



### Appel no 480 Une voiture indispensable pour s'en sortir

Cette maman vit seule avec ses deux enfants de 6 et 4 ans. Elle a un emploi et doit jongler, sa voiture est donc essentielle pour gérer son quotidien et se rendre à son travail. Malheureusement, sa voiture vieillit, et une facture de réparation de CHF 1600.- a été nécessaire.

Son budget est au minimum vital. Pour ne pas tout mettre en péril, nous souhaitons la soutenir pour cette facture.

**Souhait : CHF 1'600.-**

## Un énorme MERCI pour vos dons !

Votre générosité a été exceptionnelle pour les appels du mois de décembre. Nous avons reçu près de CHF 10'000.- et cela nous touche vraiment beaucoup. Grâce à vous, nous pourrions aider d'autres personnes, d'autres familles qui vivent des situations similaires à celles décrites dans le journal de décembre. Avec l'inflation, de nombreuses familles peinent à boucler les fins de mois et les imprévus. Vos dons sont précieux !



Faites un don avec  
**TWINT!**

Scannez le code QR avec  
l'app TWINT  
Confirmez le montant et  
le don



agir dans le **bon sens**

**CARITAS** Jura