

# COME TOGETHER

## Un groupe romand pour jeunes adultes rhumatisants

La Ligue vaudoise contre le rhumatisme (LVR) a mis sur pied un groupe de parole romand en 2020. Il offre une plateforme de rencontre et de partage pour les jeunes adultes souffrant de rhumatismes.

C'est grâce à l'appui de la Ligue suisse contre le rhumatisme que la LVR a pu se lancer dans cette aventure. Réservé aux 16-35 ans, ce groupe a rapidement montré que l'intérêt d'un échange régulier se faisait davantage ressentir parmi les jeunes adultes que parmi les adolescents. Actuellement, ce groupe correspond donc plus logiquement à la tranche d'âge des 20-40 ans.

Mais l'âge est-il vraiment important lorsque l'on souffre? Peut-être pas. En revanche, lorsque l'on traverse les mêmes difficultés au quotidien, l'échange s'avère très réconfortant. En ce qui concerne les thèmes abordés au sein du groupe, on parle notamment de formation professionnelle, du marché de l'emploi, mais aussi de la vie de couple et de famille, du rôle de parent, ou plus simplement des sorties entre amis, bref de ce qui remplit une vie, même avec une maladie chronique. Pour ce qui est du diagnostic d'une pathologie rhumatismale, l'accepter, vivre avec, gérer la douleur, mieux communiquer, accepter parfois un sentiment de solitude... tous les thèmes sont abordés au sein du groupe. Des amitiés se créent. Les membres apprennent les uns des autres. Et, si une personne est responsable du groupe pour les aspects administratifs, chacun est libre de parler de ce qui lui tient à cœur... ou pas. Le ton des discussions est profond, touchant et vrai. Rien d'étonnant à cela, puisque seul celui qui partage une même souffrance peut affirmer qu'il comprend son interlocuteur. L'objectif de base du groupe est de renforcer l'autogestion de la maladie par l'acquisition de savoir. Et, au-delà des connaissances médicales et scientifiques, il s'agit d'informations utiles, d'une sorte de boîte à outils, remplie de trucs et astuces pour mieux vivre au quotidien.

Sur des aspects plus organisationnels, il va sans dire que l'inscription et la participation au groupe *Come together* est gratuite. La LVR se tient à la disposition du groupe. Elle peut inviter des spécialistes sur demande des participants. Rhumatologue, ergothérapeute, diététicien, psychologue peuvent intervenir sur des thèmes précis si le besoin s'en fait sentir. Afin d'en garantir le bon fonctionnement et l'aspect privatif, nous avons limité le nombre de participants à 12. Si ce groupe



COME TOGETHER

Jeunes rhumatisants.

est géré par la Ligue vaudoise contre le rhumatisme, il s'agit d'un groupe ouvert à tous les Romands. Pour l'instant, les Vaudois sont majoritaires. Mais la maladie ne connaissant pas de frontière, la LVR accueille avec plaisir des jeunes Romands concernés, que ce soit en mode présentiel ou virtuel. Il va sans dire que le groupe est apolitique et areligieux.

**Vous souhaitez participer à une rencontre?**  
info@lvr.ch ou 021 623 37 07

**Evelyne Erb-Michel**

Secrétaire générale  
Ligue vaudoise contre le rhumatisme