



# Ligue jurassienne contre le rhumatisme

Notre action – votre mobilité



Rapport annuel 2023

## **COMITE**

Président	Dr Baumgartner Eloi, Porrentruy
Vice-président	Dr Mansuy Jacques, Delémont
Membres	Blanchard Christelle, monitrice gym. dos Courroux Froidevaux Claude, resp. Polyarthritiques Pilloud Vincent, Porrentruy Stornetta Marco, Courtételle Dresse Valcov Roxana, Delémont Walker Monique, Saignelégier
Secrétaire/caissière	Maître Marie-Françoise, Courtedoux

### **Vérificateurs des comptes :**

Froidevaux Monique, Delémont  
Kauffmann Philippe, Porrentruy

[www.ligues-rhumatisme.ch/ju](http://www.ligues-rhumatisme.ch/ju)

### **Secrétariat – Comptabilité – Cours**

Maître Marie-Françoise  
Rue des Tanneurs 7  
2900 Porrentruy  
Tél. : 032/ 466.63.61  
e-mail : [ljcr@bluewin.ch](mailto:ljcr@bluewin.ch)

IBAN CH08 0900 0000 2500 1032 4

Permanence : mardi 8h00 – 11h30 et 13h30 – 17h00  
vendredi 8h00 – 11h30



## SOMMAIRE

Page 2	Comité / Administration
Page 3	Sommaire
Pages 4 - 5	Billet du Président
Page 6-7	Contenus des cours
Pages 8 - 9	Comptes 2023 - Bilan et Pertes & Profits
Page 10	Graphique comptes
Page 11	Budget 2024
Page 12	Publications
Page 13	Physiothérapeutes et moniteurs de cours
Page 14	Statistiques des cours
Page 15	Comment nous soutenir

---

## ***Billet présidentiel***



Chers membres et sympathisants,

L'année 2023 s'inscrit pour notre Ligue dans la continuité en termes d'activités avec 127 cours dispensés dans les 3 districts, soit 4 de plus qu'en 2022 et plus d'une centaine de participants supplémentaires, ce dont nous pouvons nous réjouir. Ce résultat nous rapproche des chiffres d'avant-pandémie et il nous permet de clôturer les comptes de l'année écoulée avec un bénéfice de près de Fr. 2'700.-, tout en ayant terminé de rembourser le prêt de la Ligue Suisse et augmenté nos réserves de 20%.

J'en profite une nouvelle fois pour remercier de leur excellent travail nos physiothérapeutes et moniteurs-trices qui recueillent la pleine satisfaction des participants.

Je tiens également à souligner la parfaite gestion administrative accomplie par notre secrétaire Mme Marie-Françoise Maître, à laquelle j'adresse en notre nom à toutes et tous nos plus vifs remerciements, et qui en plus de son pensum habituel a dû gérer l'application pour la LJCR de la nouvelle loi sur la protection des données entrée en vigueur en Suisse le 1<sup>er</sup> septembre 2023.

Par ailleurs, les manifestations que nous avons organisées ont rencontré un vif succès. Ainsi, en marge de notre AG de mai, un public nombreux a assisté à l'excellent exposé intitulé « Autour de l'épaule » présenté par le Prof. A. Müller, médecin-chef du Service d'orthopédie de l'Hôpital Universitaire de Bâle, que je remercie une nouvelle fois au passage. En septembre, notre Ligue a, comme à son habitude maintenant depuis plusieurs années, participé à la Semaine d'action de la LSR dont le thème était « Vivre avec la douleur » en proposant une conférence le 07.09.2023.

Au cours de cette dernière, les 130 personnes présentes ont pu profiter des présentations fort intéressantes du D<sup>r</sup> M. Norberg, médecin-chef au Centre Thermal de Lavey-les-Bains, qui a abordé les aspects théoriques de la douleur chronique, des mécanismes impliqués dans sa genèse à sa prise en charge.

En seconde partie, Mme Christine Jordan nous a parlé de la Méthode Feldenkrais dont elle anime les cours pour notre Ligue et avec laquelle le public a pu se familiariser au travers de démonstrations pratiques fort intéressantes. Un grand merci au D<sup>r</sup> M. Norberg et à Mme Jordan pour leurs exposés qui ont su captiver l'auditoire.

Enfin, nous vous invitons à d'ores et déjà réserver la date du **19 septembre prochain** où se tiendra au Cinémont à Delémont, dans le cadre de la Semaine d'action de la LSR, une conférence dont le sujet « Bouger consciemment - Actif au quotidien » devrait se révéler très intéressant, ce d'autant plus que nous pourrons profiter de la grande expérience dans le domaine de l'orateur, M. K. Kerkour, physiothérapeute, auquel j'adresse déjà mes remerciements.

Pour terminer, je souhaite une nouvelle fois vous transmettre au nom de la LCR nos très chaleureux remerciements pour le soutien inconditionnel que vous nous témoignez depuis si longtemps et qui nous motive à continuer à œuvrer au service de la population jurassienne dans le domaine des maladies rhumatismales.

Longue vie à la Ligue jurassienne contre le rhumatisme !

Dr Eloi Baumgartner

## Gymnastique pour le dos

Le programme d'entraînement pour le dos :

- Amélioration de la posture, renforcement musculaire et entraînement de l'endurance.
- Apprentissage des positions ergonomiques sur le lieu de travail et au quotidien.
- Exercices de détente et de relaxation.

Cours dans les trois districts à l'année, par trimestre ou semestre, dispensés par des moniteurs/monitrices et physiothérapeutes spécialisés.



## Gymnastique mouvement et équilibre

Le programme d'entraînement pour lutter contre l'ostéoporose et pour la prévention des chutes :

- Mouvements sûrs au quotidien, prévention des chutes.
- Entraînement de la coordination et de l'équilibre.
- Amélioration de la perception du corps dans l'espace et de la respiration.

Cours dispensés dans les trois districts par trimestre ou semestre dispensés par des moniteurs/monitrices spécialisés.



## Gymnastique en piscine

### Aquacura

L'aquagym médicale  
de la Ligue suisse contre le rhumatisme

Dans l'eau à 34° : la gymnastique thérapeutique dans l'eau

- Atténuation des douleurs et des contraintes physiques.
- Amélioration de la mobilité et de l'endurance et renforcement musculaire.
- Entraînement en eau chaude pour soulager les articulations.

Cours au printemps et en automne dispensés par des physiothérapeutes dans les piscines des hôpitaux de Delémont et Porrentruy.



# Gymnastique en piscine



## Dans l'eau à 28° : l'entraînement aquatique

- Prévention des affections rhumatismales
- Renforcement cardio-vasculaire
- Exercices de coordination et mobilité en apesanteur
- Entraînement de la coordination et de l'équilibre

La gymnastique dans l'eau  
de la Ligue suisse contre le rhumatisme

Cours au printemps et en automne dispensés par des moniteurs/monitrices à la piscine St-Charles à Porrentruy et à la piscine de la Clinique du Noirmont

# Gymnastique pour fibromyalgiques

Destinée aux personnes atteintes de fibromyalgie, ou ayant des difficultés physiques particulières, dans le but de maintenir la mobilité dans la vie quotidienne

A Porrentruy, cours trimestriels dispensés par des physiothérapeutes à l'hôpital, en salle de réentraînement et en piscine.

Nouveau à Courroux : cours gratuit de sophrologie (mensuel)

# Méthode Feldenkrais

Prise de conscience par le mouvement.

- Développe la mobilité, améliore la coordination, augmente le plaisir du mouvement et diminue l'effort.

Cours trimestriels dispensés à Porrentruy par une monitrice certifiée.



## Bilan au 31.12.2023

### ACTIFS

Caisse, Poste, Banque et Dépôt titres	195'801.99
Créances tiers et impôt anticipé	1'127.36
Recettes à recevoir	708.00
Informatique, appareils de bureau	1.00

**197'638.35**

### PASSIFS

Créanciers, transitoires	20'056.60
Réserves et provisions / Fonds liés	105'600.00
Capital / Fonds propres libres	69'391.55
Bénéfice net	<b>2'590.20</b>

**197'638.35**



## Pertes & Profits au 31.12.2023

### Recettes

Cotisations membres ./ abonnement ForumR	26'752.45
Dons individuels et collectivités	1'486.40
Part de la collecte nationale	708.00
Loi sur les maladies rhumatismales	1'795.26
Loi sur l'assurance-invalidité	29'461.01
Contribution cantonale - Action sociale	7'125.00
Cours	216'488.40
Autres recettes de prestations, édition de tiers	1'080.00

**284'896.52**

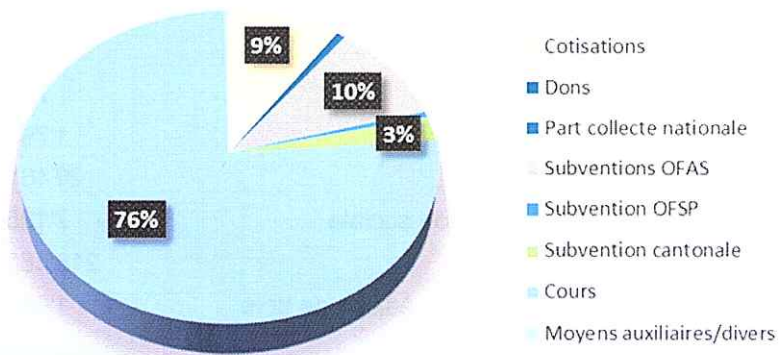
### Dépenses

Location piscines et salles de gymnastique	56'502.85
Matériel et nettoyage – charges de cours	2'691.32
Frais d'impression, édition de tiers	1'775.55
Autres frais de prestations / soutien aux patients	139.00
Salaires administratifs et charges sociales, formation	59'716.00
Salaires pour les cours et charges sociales, formation	120'136.85
Honoraires moniteurs de cours	10'550.00
Location locaux administratifs, entretien et réparation	5'745.45
Assurances, matériel de bureau, taxes, frais de ports, communications, informatique, frais administratifs, assemblée générale et comité	10'644.44
Frais et différences cours titres	-3'167.69
Produits d'intérêts	-427.45
Dissolution partielle provision exceptionnelle Covid-19	-7'500.00
Dotations réserves et fonds	25'500.00
Bénéfice net	<b>2'590.20</b>

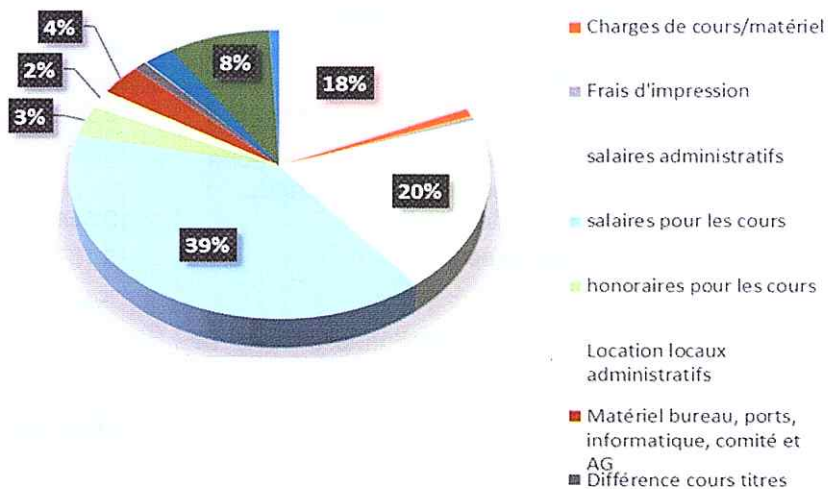
**284'896.52**

# Comptes 2023

## Recettes



## Dépenses



# Budget 2024

## Recettes

Cotisations membres - abonnement ForumR, dons	27'500
Part de la collecte nationale	700
Loi sur les maladies rhumatismales	300
Loi sur l'assurance-invalidité	20'000
Contribution cantonale - Action sociale	7'125
Cours	199'000
Moyens auxiliaires	100

**254'725**

## Dépenses

Location piscines et salles de gymnastique	49'700
Charges de cours	900
Frais d'impression	1'800
Moyens auxiliaires	100
Nettoyage salle	1'900
Salaires administratifs et charges sociales, formation	59'000
Salaires pour les cours et charges sociales	110'000
Formation – frais de personnel	2'900
Honoraires moniteurs de cours	13'000
Locaux administratifs y c. entretien	5'400
Assurances, matériel de bureau, taxes, frais de ports, communications, informatique, frais administratifs, assemblée générale et comité	12'000
Produits d'intérêts	-1'000
Frais et différences cours titres	1'000
Constitution de réserves (remboursement prêt LSR)	4'500
Dotations fonds lié art. 74 LAI	5'000
Dissolution provision exceptionnelle Covid-19	-7'500
Bénéfice net	-3'975

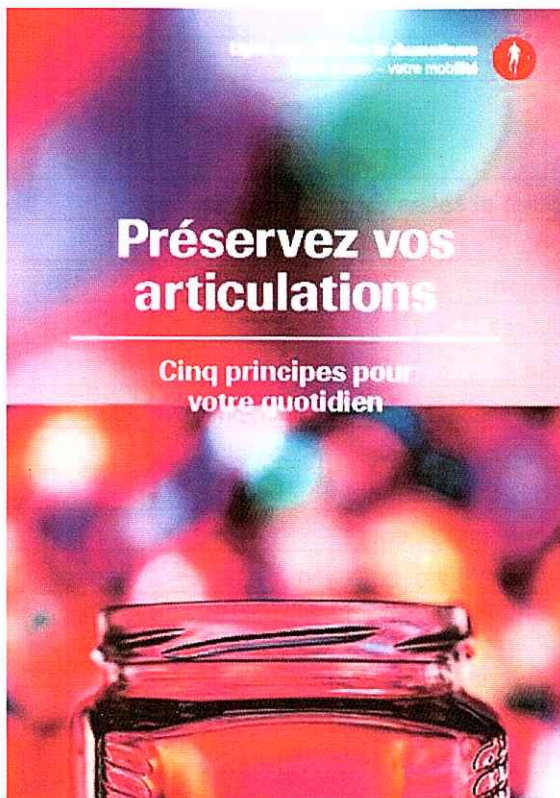
**254'725**

## Publications

A commander gratuitement

Tél. 032/466 63 61 ou 044 487 40 00

Commande en ligne : [www.rheumaliga-shop.ch](http://www.rheumaliga-shop.ch)



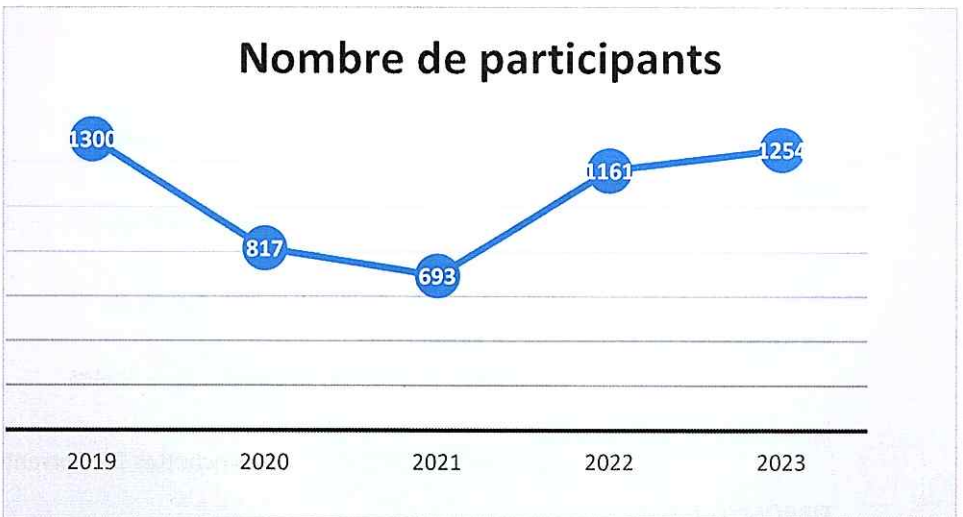
N° commande F350

Un grand nombre de publications gratuites sont disponibles,  
visitez aussi notre site ! [www.ligues-rhumatisme.ch/ju](http://www.ligues-rhumatisme.ch/ju)

## ***Physiothérapeutes – Moniteurs / monitrices des cours***

- DOS COURROUX** AVAKSOUMBATIAN Emma, Rue de la Birse 4, Courroux  
BLANCHARD Christelle, Prom. Iris-de-Roten 1, Delémont  
KURY Marielle, Rte de Rochefort 11, Vicques
- DOS PORRENTUUY** FRICHE Margit, Haute-Rive 26, Courgenay
- DOS VENDLINCOURT** GLAUSER FIGUEIREDO Nelly, Boncourt
- DOS COURTEMAICHE** GLAUSER FIGUEIREDO Nelly, Boncourt
- DOS SAIGNELEGIER** MISEREZ Laurence, Chemin du Djouéré 227, Montfaucon
- PISCINE PORRENTUUY** BOLARD Aurore, Hôpital du Jura, Porrentruy  
**HOPITAL** DEVOILLE Margaux, Hôpital du Jura, Porrentruy  
LANDO Fabien, La Montbiaidge 19, Fontenais  
LENARD Aida, Hôpital du Jura, Porrentruy  
LIETARD Pierre, Hôpital du Jura, Porrentruy  
TORRENT Bibiana, Hôpital du Jura, Porrentruy  
URBANIK Isabelle, Hôpital du Jura, Porrentruy
- PISCINE DELEMONT** AZPARREN Jorge, Hôpital du Jura, Delémont  
**HOPITAL** LANDO Fabien, Tilleuls 31, Porrentruy  
RODRIGUES LOUCANO Daniela, Hôpital du Jura, Delémont
- PISCINE ST-CHARLES** GLAUSER FIGUEIREDO Nelly, Boncourt  
**PORRENTUUY**
- PISCINE LE NOIRMONT** ROSSE Julie, Route de Séprais 11, Boécourt  
ROSSE Noémie, La Tournelle 1, Courrendlin
- MOUVEMENT ET EQUILIBRE COURROUX**  
AVAKSOUMBATIAN Emma, Rue de la Birse 4, Courroux
- MOUVEMENT ET EQUILIBRE PORRENTUUY**  
VOISARD Carole, En Combas 271, Fontenais
- MOUVEMENT ET EQUILIBRE LE NOIRMONT**  
ROHRBACH Jaimie Lee, La Vauche 2, Tavannes
- FELDENKRAIS PORRENTUUY**  
JORDAN Christine, Rue des Planchettes 26, Porrentruy
- FIBROMYALGIQUES PORRENTUUY**  
BOUGANA Amina, Hôpital du Jura, Porrentruy  
TORRENT Bibiana, Hôpital du Jura, Porrentruy

## Statistiques des cours



## ***Comment nous soutenir ?***

- En étant membre de la ligue jurassienne contre le rhumatisme, moyennant une cotisation annuelle de Fr. 35.- (couples Fr. 50.-).

Ce montant donne droit à une réduction de Fr. 2.50 par leçon sur chaque cours dispensé par la Ligue jurassienne, et comprend également l'abonnement au journal ForumR, édité 4x par année par la Ligue Suisse contre le rhumatisme.

- ***En faisant un don: IBAN CH08 0900 0000 2500 1032 4***
- ***En pensant à la ligue jurassienne contre le rhumatisme lors de legs ou de collectes.***



***...Pour nous permettre de poursuivre nos diverses activités :***

- conseils et fourniture de moyens auxiliaires
- informations et conférences grand public et publics-cibles
- fourniture gratuite de publications d'information sur les maladies rhumatismales
- cours de gymnastique
- écoute et conseils téléphoniques divers

## Notre objectif ?

Améliorer la qualité de vie au quotidien  
des patientes et patients

**Soutenir - informer - prévenir**

***Nous vous remercions de votre soutien***

**Ligue jurassienne contre le rhumatisme**

Rue des Tanneurs 7  
2900 Porrentruy

Téléphone 032/466.63.61

e-mail : [ljcr@bluewin.ch](mailto:ljcr@bluewin.ch)

[www.ligues-rhumatisme.ch/ju](http://www.ligues-rhumatisme.ch/ju)

IBAN CH08 0900 0000 2500 1032 4



**Ligue jurassienne  
contre le rhumatisme**

Notre action - votre mobilité