

Obtenir un répit

Vivre avec une personne handicapée dépendante (conjoint, parents ou frère et sœur) nécessite une présence quotidienne, souvent continue.

A la longue, les difficultés peuvent s'accumuler jusqu'à épuisement. Un temps de répit devient nécessaire.

Le service des Fenottes* propose une solution innovante : une Fenotte vient et remplace l'aidant familial à domicile pour quelques heures par semaine, une soirée, un week-end ou davantage. En toute sécurité et toute tranquillité pour chacun : aidant et personne en situation de handicap.

La Fenotte intervient sans modifier l'organisation habituelle (aides-soignant(e)s, infirmières ou toute autre aide humaine attribuée par la Prestation de Compensation du Handicap).

Différents soutiens financiers peuvent être obtenus pour faciliter le répit et équilibrer le coût du fenottage.

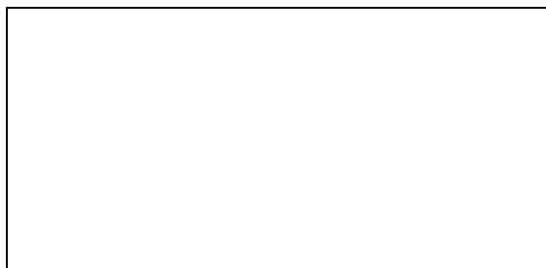
**"Fenotte", un mot typiquement lyonnais qui désigne la compagne du "gone", le garçon, en parler lyonnais. La Fenotte désigne ici la personne qui remplace l'aidant familial pendant une période de répit. Cette personne est choisie et accréditée par l'APF.*

Nos partenaires

Les Fenottes de l'APF sont soutenues par :



Le service des Fenottes de l'APF a signé des conventions de partenariats avec des sociétés ou des services d'accompagnement à domicile qui partagent notre engagement de qualité et de personnalisation des services.



**Pour tout renseignement
contactez la délégation du Rhône :**

fenottes@apf691.com

www.fenottes-apf.fr

Association des Paralysés de France

73 ter, rue Francis de Pressensé 69100 Villeurbanne

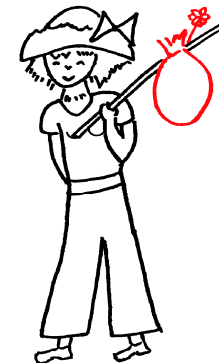
Le Service des Fenottes

Aide au répit pour aidants familiaux de personnes en situation de handicap

Les Fenottes de l'APF, un service innovant pour :

- vous soutenir grâce à des **groupes de parole**,
- vous offrir des **formations**,
- vous proposer des périodes de **répit**.

respirez
Soufflez



SERVICE FENOTTES APF

04 72 43 01 01

NE PAS JETER SUR LA VOIE PUBLIQUE



Partager

Des séances de **groupes de parole** ouvertes à tous les aidants familiaux de personnes en situation de handicap (moteur, psychique, mental ou lié à l'âge) pour :

- ☞ écouter les aidants familiaux,
- ☞ favoriser le partage et les échanges d'expérience,
- ☞ rompre l'isolement.

Chaque séance, animée par des professionnels médicaux et paramédicaux, comprend 12 participants maximum.
Le rythme des séances est mensuel.

Des témoignages de participants :

« Grâce au groupe de paroles (...) j'ai osé parler devant plusieurs personnes de mes problèmes, chose que je gardais au fond de moi car j'avais honte de mon vécu, d'être mal comprise ».

« Sur ce lieu de parole, il n'y a pas de remarques désobligeantes ; au contraire, je me sens écoutée et conseillée. Je sais maintenant que je ne suis pas seule à me battre devant le handicap de mon fils ».

« Un endroit où on peut tout dire et échanger avec d'autres qui nous compren-

La participation au groupe de parole est libre et gratuite, sur inscription préalable.

Par téléphone : 04 72 43 01 01

Par mail : fenottes@apf691.com

Se former

Former les aidants familiaux, c'est les **reconnaître dans leur statut d'aidant**.

Les objectifs de formation :

- ☞ Reconnaître et valoriser les compétences et les ressources des aidants familiaux.
- ☞ Comprendre les conséquences de la pathologie de l'aidé.
- ☞ Promouvoir la santé de la personne handicapée et de son entourage.
- ☞ Vivre la relation aidant - aidé.
- ☞ Connaître les gestes techniques de base.
- ☞ Prévenir les situations de crise et/ou d'urgence

Modules de formation

Le Service des Fenottes propose six modules de formation, de 2 heures chacun, pour les aidants familiaux :

- ☞ **Comprendre la personne handicapée.**
- ☞ **Être aidant familial.**
- ☞ **Handicap moteur : Maintenir l'autonomie.**
- ☞ **Ergothérapie : les aides techniques et l'adaptation de l'environnement.**
- ☞ **Démarches administratives et sources de conseils.**
- ☞ **Éducation de la santé.**

La participation aux formations est libre et gratuite.

Pour connaître les dates et horaires des prochains modules et s'inscrire :
par téléphone : 04 72 43 01 01
par mail : fenottes@apf691.com