

FAMILLE

Droit au répit, quelles sont les solutions ?

En tant que parent d'un enfant en situation de handicap ou à besoins spécifiques, vous avez le droit à des solutions de répit à destination des aidants pour vous soulager et vous permettre de souffler.

Qu'est-ce que le droit au répit ?

La loi du 28 décembre 2015 relative à l'adaptation de la société au vieillissement a instauré un droit au répit pour les proches aidants. Ce droit signifie que tout aidant peut demander pour leur proche un soutien et une place d'accueil temporaire en établissement, en accueil de jour, en séjour de vacances, etc.

« Est considéré comme proche aidant la personne qui vient en aide, de manière régulière et fréquente, à titre non professionnel, pour accomplir des actes ou des activités de la vie quotidienne d'une personne en perte d'autonomie, du fait de l'âge, de la maladie ou d'un handicap ».

Les solutions de répit pour aidants sont diverses et s'adressent aussi bien aux aidants qu'aux personnes accompagnées. Elles sont un moyen :

- **Si vous êtes aidant de :**
 - Vous soulager, vous relayer à votre domicile ou en dehors,
 - Mieux concilier vos contraintes d'aidant avec votre vie personnelle et professionnelle,
 - Vous assister dans les actes du quotidien comme effectuer des démarches,
 - Vous permettre de prendre du temps pour vous (voir des amis ou des proches, vous reposer, prendre soin de vous...),
 - Vous permettre de prendre soin de votre santé.
- **Si vous êtes la personne aidée de :**
 - Bénéficier d'activités adaptées,
 - Sortir de votre quotidien et de découvrir d'autres lieux que votre domicile,
 - Rencontrer d'autres personnes.

Que ce soit pour soit pour quelques heures, quelques jours ou une période plus longue, différentes solutions de répit existent pour vous permettre de répondre à votre besoin.

Quels sont les solutions de répit en Savoie ?

Sommaire



Bulle d'air



Plateforme Aidants Multiservices (PAM 73)



Séjours de répit famille

Le Carrousel FOL Savoie



Lieu d'Accueil Enfant-Parent (LAEP)



Le réseau des jeunes aidant-es

Pause Brindille



APF France handicap



Bulle d'air



Bulle d'air est un service de répit à domicile destiné aux aidants, pour leur permettre de « souffler un peu », tout en maintenant la personne aidée dans le cadre sécurisant de son domicile.

Le remplacement de l'aidant peut se faire à domicile, 24 heures sur 24 et 7 jours 7, de façon ponctuelle ou régulière, pour une durée minimum de 3 heures jusqu'à plusieurs jours consécutifs. L'aide au répit peut être en journée, en garde de nuit ou en relayage 24 heures sur 24.

Une évaluation des besoins est réalisée par le responsable Bulle d'air au domicile des familles avant intervention. Elle permet de proposer un intervenant-relayeur ayant les compétences adaptées à l'accompagnement de la personne aidée.



Retrouvez plus d'informations sur le site [Bulle d'air](#).

Plateforme Autisme Multiservices PAM 73



La **PAM 73, Plateforme Aidants Multiservices**, est un service départemental d'accompagnement et de soutien des aidants non professionnels d'enfants ou adultes avec autisme. Elle dispose également d'un financement pour du temps d'accueil de répit en journée.

La PAM73 est destinée à soutenir les aidants, afin qu'ils soient en mesure de vivre dans les meilleures conditions possibles avec leur proche aidé.

La PAM 73, concrètement c'est :

- Du soutien dans vos démarches administratives ;
- De la compréhension de ce qu'est l'autisme ainsi que ses répercussions dans la vie quotidienne de l'aidant et de la personne aidée ;
- De l'Information et des documentations diverses sur les partenaires et prestations existantes ;
- De la guidance éducative avec une éducatrice spécialisée ;
- De l'écoute et du soutien dans votre rôle d'aidant avec un psychologue ;
- Des prestations de répit sur une certaine durée, à domicile ou en groupe ;
- Des groupes de paroles pour échanger avec d'autres aidants sur ses expériences ;
- De la sophrologie pour des moments de détente et de bien-être ;
- Des activités théâtre pour exprimer ses émotions et échanger.



Retrouvez plus d'informations sur le [site de l'APEI de Chambéry](#).

Séjours de répit

Le Carrousel - FOL Savoie



Le Carrousel – FOL Savoie propose des **séjours de répit à destination des familles**.

La volonté de la Fédération des Œuvres Laïques de Savoie (FOL) est d'offrir des séjours de répit qui représentent une rupture avec le quotidien, la possibilité de vivre de nouvelles expériences « ailleurs » et l'occasion de faire des rencontres. Les séjours répit familles permettent une pause au milieu de l'année où le rythme est trop souvent arasant. Les séjours de répit proposent des temps d'animation, de loisirs et de détente simple et en s'adaptant aux besoins des familles, des parents et de la fratrie.

Pour connaître l'organisation et les modalités d'inscriptions des séjours de répit famille proposées par le Carrousel – FOL Savoie, [cliquez ici](#).



Pour plus de renseignements vous pouvez contacter :

Carole LAFFITTE, Déléguée de pôle Accessibilité & Solidarité.

@ Par mail : carrousel@fol73.fr



Par téléphone : 06 31 67 92 30

Lieu d'Accueil Enfant-Parent

LAEP

Qu'est-ce qu'un lieu d'accueil enfants-parent ?

- Un lieu : adapté, aménagé, de lâcher prise pour les parents, pour rompre l'isolement.
- Anonyme : seul le prénom, l'âge de l'enfant et le nom de la personne référente qui accompagne l'enfant peuvent être demandés.
- Des accueillants : Au moins deux accueillants formés sont présents à chaque séance.
- Le respect : l'enfant est accueilli librement avec un adulte référent, le temps qu'ils le souhaitent, dans le respect de ce qu'ils sont et de ce qu'ils vivent sans jugement.
- Confidentiel : la confidentialité des échanges est assurée.
- La place à l'imaginaire : l'absence d'activité organisée est primordiale, laissant libre court à l'enfant de mener ses propres expériences, de partager un moment avec les autres. Et surtout, le plus souvent possible et le mieux possible, d'être en relation avec celui qui l'accompagne.

Les lieux d'accueil enfants-parents sont gratuits et pensés pour les enfants et les parents, de la grossesse aux 4 ans de l'enfant, également pour les papas.

Retrouvez la liste des LAEP de la Savoie en [cliquant ici](#).



Le réseau des jeunes aidant-es

Pause Brindille



La pause Brindille est une association d'intérêt général, créée à Lyon en 2019, et qui agit depuis auprès des jeunes proches aidants, afin de prévenir leur isolement, promouvoir l'égalité des chances et soutenir leur santé mentale.

Qu'est-ce qu'un jeune aidant ?

- Un jeune aidant est un enfant, un adolescent ou un jeune adulte qui soutient un ou des proches malades, en situation de handicap, de dépendance ou d'addiction.



Retrouvez plus d'informations sur le **site la Pause Brindille** [en cliquant ici](#).



APF France handicap

*Organisation de défense des droits des personnes
en situation de handicap*



Reconnue d'utilité publique, APF France handicap est la plus importante organisation française de défense des droits des personnes en situation de handicap et de leurs proches.

Les activités et séjours vacances proposés par la [Délégation Départementale APF France handicap de Savoie](#) offrent aux aidants des temps de répit, tout comme le [Service d'Accueil de Jour \(SAJ\) La Pause \(Barberaz\)](#) et [Les Hirondelles \(Aix-les-Bains\)](#) du Pôle Adultes. Les aidants de personnes en situation de handicap peuvent également s'informer et se former via les sites ressources [RePairs Aidants](#) et [Ma Boussole Aidants](#) (dont APF France handicap est partie prenante).

**Vous souhaitez nous aider à contribuer à l'enrichissement
de ce site internet ?**

Afin de favoriser le Vivre Ensemble, partageons nos connaissances au plus grand nombre.

N'hésitez pas à nous communiquer toutes informations pouvant être utile à d'autres familles ou à des professionnels.

@ Contactez-nous par mail : carrousel@fol73.fr

Nous actualisons régulièrement les informations sur le site internet du Carrousel – Pôle Ressources Handicap de Savoie.



Site internet : <http://www.fol73.fr/le-carrousel-prh/>