

# LES FENOTTES

## Service de Répit et de Soutien pour les Aidants Familiaux de proches en situation de handicap

Vous souhaitez prendre du temps pour  
penser à vous et vous détendre ?

Vous avez besoin d'être écouté, orienté,  
conseillé ? D'informations ? De partager  
votre expérience ? D'être relayé auprès de  
votre proche ?

### Contactez-nous

04 28 87 04 80



50 Avenue Jean Jaurès

69100 DECINES

[www.fenottes-apf.fr](http://www.fenottes-apf.fr)



## **Vous êtes aidant familial d'un proche en situation de handicap, âgé de 4 à 60 ans ou plus, si son handicap n'est pas lié à l'âge.**

**Après un accueil personnalisé, vous avez accès, selon votre choix, à :**

- un soutien psychologique individuel
- un soutien social pour les démarches liées au handicap
- des conseils juridiques individualisés

### **Les Fenottes c'est aussi des temps collectifs :**

- des formations destinées aux aidants
- un groupe de parole
- des temps de relaxation (sophrologie, cohérence cardiaque, art-thérapie...)

Aussi, pour vous permettre d'être disponible, les Fenottes peuvent vous accompagner dans la mise en place d'un relais à domicile avec des prestataires partenaires.

Gobelins, l'École de l'image, 73 boulevard Saint-Marcel, 75013 Paris – Tél. 01 40 79 92 79 – [www.gobelins.com](http://www.gobelins.com)  
Imprimé en France. Ne pas jeter sur la voie publique.