

**Toute personne devrait pouvoir choisir librement comment et où elle veut habiter, et quelle activité elle aimerait exercer (Inclusion Handicap).**

**Tout organisme pour s'adapter doit innover, tenter une aventure hors de la norme, engendrer de l'anormalité afin de voir si ça marche, car vivre, c'est prendre un risque. Boris Cyrulnik**

**Je construis ma vie**



### **DOCUMENTAIRES :**

Handicap, les habitats regroupés de Trégueux  
<https://youtu.be/bq8Hmxcl3Zs>

France 5 : Handicapé mais seul maître à bord  
[https://youtu.be/di\\_I6iTOBkq](https://youtu.be/di_I6iTOBkq)

### **MES DIFFICULTÉS**

- mon handicap freine mes projets
- mes difficultés motrices rendent les activités plus compliquées
- je pense à la place des autres
- je ne veux pas faire de peine
- je me freine moi-même
- on me met des bâtons dans les roues
- je ne me crois pas capable
- il m'est difficile de faire des choix
- mes connaissances sont limitées



### **AUTONOMIE :**

SFVA, Service de formation à la vie autonome  
Ch. de Belmont 10  
1008 Prilly  
021 634 15 15

Tél. +41 58 775 35 15  
Tél. Dispositif cantonal:  
+41 21 316 51 88

Les formatrices répondent au téléphone du lundi au vendredi de 10h à 18h30.

[vaud@proinfirmis.ch](mailto:vaud@proinfirmis.ch)



### **La charte des Nations-Unies dit :**

**La reconnaissance de la dignité et de la valeur inhérentes à tous les membres de la famille humaine et de leurs droits égaux et inaliénables constitue le fondement de la liberté, de la justice et de la paix dans le monde.**

Reconnaissant que les Nations Unies, dans la Déclaration universelle des droits de l'homme et dans les Pactes internationaux relatifs aux droits de l'homme, ont proclamé et sont convenues que chacun peut se prévaloir de tous les droits et de toutes les libertés qui y sont énoncés, sans distinction aucune.

**Réaffirmant le caractère universel, indivisible, interdépendant et indissociable de tous les droits de l'homme et de toutes les libertés fondamentales et la nécessité d'en garantir la pleine jouissance aux personnes handicapées sans discrimination.**

### **UNE SOLUTION POUR MOI : La colocation**

Quitter la maison de ses parents, pouvoir vivre dans ses propres murs, c'est un rêve que veut vivre chaque jeune.

### **Quelques formes possibles de logement (Insieme.ch)**

**Vivre en institution** - Les foyers pour personnes handicapées sont en train de changer de visage. Les institutions modernes proposent aujourd'hui des formes de logement adaptables et souples, avec divers degrés d'encadrement. La palette peut comprendre des groupes de vie interne ou externe, ainsi que des appartements protégés, où les habitants vivent seuls ou en communauté.

**Vivre dans un appartement protégé** - Cette forme de logement convient aux personnes handicapées capables de gérer en grande partie elles-mêmes leur vie quotidienne, mais qui ont néanmoins besoin d'un accompagnement minimum. Un accompagnateur / une accompagnatrice à domicile effectue des visites régulières. Il/elle apporte de l'aide dans les domaines où la personne handicapée en exprime le souhait. Tant les institutions pour personnes handicapées que Pro Infirmis proposent des appartements protégés. Une personne peut y vivre seule, avec son/sa partenaire ou en communauté.

**Vivre dans son propre appartement** - Cette solution est encore difficile pour les personnes avec un handicap mental. Vivre en dehors d'une institution devrait être possible grâce à la contribution d'assistance de l'AI.

### **ASSOCIATIONS :**

#### **CAP-CONTACT**

Sébeillon 9b  
1004 Lausanne  
021 653 08 18  
[info@cap-contact.ch](mailto:info@cap-contact.ch)

#### **A.V.A.C.A.H.**

Association vaudoise pour la construction adaptée aux personnes handicapées  
Route de la Bruyère 3  
1315 La Sarraz  
021 866 62 46  
[avacah@worlcom.ch](mailto:avacah@worlcom.ch)  
<http://www.avacah.ch>

#### **AGILE** : Entraide Suisse Handicap

Site web : [www.agile.ch](http://www.agile.ch)  
Email : [info@agile.ch](mailto:info@agile.ch)

#### **ASRIM** : Association de la Suisse Romande et Italienne contre les Myopathies

Site web : [www.asrim.ch](http://www.asrim.ch)  
Email : [asrim@asrim.ch](mailto:asrim@asrim.ch)

#### **ASPr** : Association suisse des paralysés

Site web : [www.aspr-svg.ch](http://www.aspr-svg.ch)

#### **PROCAP SUISSE** :

un réseau pour les personnes avec handicap

Site web : [www.procap.ch](http://www.procap.ch)  
Email : [procapromand@procap.ch](mailto:procapromand@procap.ch)

#### **AI** : Assurance Invalidité

Site web : [www.avs-ai.ch](http://www.avs-ai.ch)

#### **Egalité Handicap**

Site web : [www.egalit-handicap.ch](http://www.egalit-handicap.ch)

#### **Fédération suisse pour l'intégration des handicapés**

Site web : [www.saeb.ch](http://www.saeb.ch)

## **La contribution d'assistance**

<https://www.ahv-iv.ch/p/4.14.f>

C'est une prestation qui permet au bénéficiaire d'une allocation pour impotent qui vit ou souhaite vivre à domicile et qui nécessite une aide régulière d'engager une personne qui lui fournira l'assistance dont il a besoin. L'objectif principal de la contribution d'assistance est de renforcer l'autonomie de la personne qui en bénéficie, de la responsabiliser et de lui permettre de vivre chez elle.

**La contribution d'assistance facilite la vie autonome, encourage la participation à la vie en société et décharge les proches.**

## **Fomation à la vie autonome**

**(<http://www.lausanne.ch>)**

**Le SFVA** (Service de Formation à la Vie Autonome) est un établissement socio-éducatif qui se donne pour objectif d'accompagner de jeunes adultes ayant une déficience intellectuelle à développer les capacités nécessaires à gérer leur quotidien de façon autonome.

Selon un processus de formation individualisé, le chemin vers l'indépendance se fait progressivement. Après une période de formation en vie communautaire, une étape de transition permet au participant d'expérimenter, dans un logement indépendant mais avec la poursuite d'un suivi de la part du SFVA, les acquis de la formation de base.

Selon le concept du service, les apprenants vont travailler le matin et rentrent à midi pour manger. L'après-midi, des formations (individuelles et collectives) sont dispensées aux apprenants afin de les accompagner à développer les capacités nécessaires à une vie autonome.

## **Résultats attendus**

Au terme de la formation, un bilan est réalisé en présence de l'intéressé et de son représentant légal. Il permet de déterminer les soutiens nécessaires à la vie future du bénéficiaire (appartement individuel avec service d'accompagnement de Pro Infirmis, appartement supervisé ou logement protégé).

## **TRAVAIL/OCCUPATIONS:**



### **87 DESIGN**

+41 21 552 28 80  
Route Aloys-Fauquez 87  
CH-1018 Lausanne  
[https://87design.ch/  
contact@87design.ch](https://87design.ch/contact@87design.ch)

### **IPT**

Intégration pour tous, réinsertion sociale et professionnelle  
[www.fondation-ipt.ch](http://www.fondation-ipt.ch)  
Email : [vd@fondation-ipt.ch](mailto:vd@fondation-ipt.ch)

### **BVA**

Ch. de Maillefer 41  
Case Postale 32  
1052 Le Mont-sur-Lausanne  
+41 0840 840 040  
[info@bva.ch](mailto:info@bva.ch)

### **POLYVAL**

#### **Fondation Polyval**

Rte des Dragons 9  
Case postale 191  
CH-1033 Cheseaux-sur-LS  
+41 21 642 70 70  
[info@polyval.ch](mailto:info@polyval.ch)

### **CITE RADIEUSE**

Route de Saphorin 23  
Case Postale 64  
1112 Echichens – Suisse  
+41 21 804 76 00  
[direction@citeradieuse.ch](mailto:direction@citeradieuse.ch)

## Conditions d'accès

Outre d'avoir la volonté et la motivation de développer les compétences nécessaires à assumer une solution de logement la plus indépendante possible, les conditions suivantes sont requises:

- Avoir 18 ans et être au bénéfice d'une rente AI (assurance invalidité).
- Avoir une déficience intellectuelle légère à modérée tout en ayant un emploi à 50% le matin.
- Etre indépendant pour le lever et le coucher.
- Les problématiques psychiques sont admises sous condition mais la consommation de produits illicites et/ou d'alcool ne sont pas admises.
- 

## Durée de la prestation

La durée se répartit sur une moyenne de trois ans:

- Entrée en formation et bilan de situation, en hébergement collectif: 4 à 6 mois.
- Formation de base, en hébergement collectif: 1 an à 18 mois.
- Transition, hébergement individuel ou en colocation: 9 mois à 1 an.
- 

## Modalités d'inscription

Pour vous inscrire, vous devez prendre contact avec le Dispositif cantonal d'indication et de suivi pour personnes en situation de handicap.

Il peut s'avérer que vivre dans son propre appartement n'est finalement pas la bonne solution. Il s'agit alors de trouver des solutions permettant de mener une vie aussi autonome que possible, par exemple dans une communauté de vie protégée.

## Qu'est-ce qu'on peut mieux faire pour les personnes avec un handicap?

- Plus d'appartements aménagés pour les personnes ayant un handicap physique
- Des lotissements pour personnes à mobilité réduites comprenant aussi des familles, des personnes âgées et des étudiants
- Des places de travail adaptées dans toutes les grandes entreprises, les grandes usines et les administrations

## FONDATION ECHAUD

Chemin des Esserts  
1053 Cugy  
Vaud - Suisse

Tel. 0041 (0)21/731.01.01  
Fax. 0041 (0)21/732.10.77  
[info@echaud.ch](mailto:info@echaud.ch)

## LOGEMENT :

[www.procap-logements.ch](http://www.procap-logements.ch)

<http://www.immoscout24.ch>  
mettre dans recherche élargie :  
«accessible aux fauteuils roulants»

## VACANCES :

### Fondation Coup de pouce

Site web : [www.coupdepouce.ch](http://www.coupdepouce.ch)

E-mail : [info@coupdepouce.ch](mailto:info@coupdepouce.ch)

### Handi...cap vacances

Site web : [www.handicapvacances.org](http://www.handicapvacances.org)

E-mail : [contact-infos@handicapvacances.org](mailto:contact-infos@handicapvacances.org)

### Mobility International Suisse

Site web : [www.mis-ch.ch](http://www.mis-ch.ch)

E-mail : [info@mis-ch.ch](mailto:info@mis-ch.ch)

### Procap Reisen

Site web : [www.procap.ch](http://www.procap.ch)

E-mail : [reisen@procap.ch](mailto:reisen@procap.ch)

### Serei Voyages

Site web : [www.serei.ch](http://www.serei.ch)

E-mail : [serei@ne.ch](mailto:serei@ne.ch)



- Améliorer l'accès à TOUS les transports publics et dans TOUTES les gares
- Avoir des toilettes adaptées dans TOUS les lieux publics
- Installer régulièrement des Bancomats et des Postomats à hauteur de personnes en fauteuil roulant

**Les choses les plus importantes pour nous sont:**

- Communiquer avec les autres
- Vivre une vie autonome
- Avoir une activité
- Avoir un compagnon ou une compagne
- Avoir une vie de famille

**Voilà ce que nous voulons améliorer:**

- Mieux connaître nos droits
- Prendre des décisions pour nous-mêmes
- Utiliser nos aptitudes



**FIN**