

Ma famille, mes amis et les personnes autour de moi



Les Livrets Smile

inclusion



Livret prioritaire

Colle ici une photo, un picto ou un dessin de ton choix qui illustre la famille, les amis et les personnes autour de toi



Ce livret appartient à



Sommaire

- 1. C'est quoi la famille, les amis et les personnes autour de moi ? ... 3**
- 2. Mes droits 4**
- 3. Mon avis sur l'aide que je reçois .. 5**
 1. J'ai une famille.....6
 2. J'ai des amis.....7
 3. J'ai un réseau social.....8
 4. Je n'ai pas, ou je n'ai plus, de famille, d'amis ou d'autres personnes autour de moi10
 5. L'ouverture vers l'extérieur..... 11
 6. Mes moyens de communication avec ma famille et mes amis. . 11
 7. Les personnes qui m'aident à créer ou à maintenir des liens. . .13
- 8. Questions qui ne concernent que moi15**
- 9. Mes besoins sont expliqués dans un document.....16**
- 4. Mes idées pour créer ou maintenir des liens avec ma famille et mes amis..... 18**
- 5. Informations sur la famille, les amis et les personnes autour de moi 19**
- 6. Les autres Livrets Smile qui parlent de la famille, des amis et des personnes autour de moi. . 23**





1. C'est quoi la famille, les amis, les personnes autour de moi ?



Ma famille, mes amis, les personnes autour de moi, c'est mon réseau.

J'ai plusieurs réseaux :

Mon réseau familial, c'est ma famille : mes parents, mes frères, sœurs, neveux, nièces, grands-parents...

Mon réseau amical, c'est mes amis : les résidents de mon centre de jour et les autres personnes avec qui je m'entends bien.

Mon réseau social, c'est les personnes autour de moi : les personnes de mon quartier, les habitants de ma ville, ou des gens que je rencontre dans des associations, ou que je rencontre en vacances, au club de sport...¹

Ma famille, mes amis et d'autres personnes m'aident dans ma vie de tous les jours. On les appelle des aidants-proches.

Les aidants proches m'aident à avoir une vie meilleure.

Je complète ce livret pour donner mon avis et pour avoir des idées pour créer ou maintenir des liens avec ma famille, mes amis et les personnes autour de moi.

Je pourrai discuter de mes idées avec les professionnels et avec ma famille.

A noter : pour simplifier la rédaction de ce livret, le terme « ma famille, mes amis » est employé pour désigner « ma famille, mes amis et les personnes autour de moi ».

¹ Inspiré du Guide Après-Parents de Madras asbl : « Tissons ensemble un avenir de qualité », 2015



2. Mes droits



En signant la Convention, les pays prennent des mesures pour que les personnes en situation de handicap aient les mêmes droits que chacun pour ce qui concerne :

- le mariage
- la famille
- être parent
- avoir des relations personnelles

Extrait de l'Article 23 de la Convention des Nations Unies («Respect du domicile et de la famille»), traduit en facile à lire par le Sisahm (Bruxelles).

Suivant la Convention, les pays s'assurent que les personnes handicapées peuvent choisir où et avec qui elles souhaitent vivre.

Elles peuvent participer à la vie de la société, elles peuvent prendre des décisions et ont le droit d'être intégrée dans cette société.

Extrait de l'Article 19 de la Convention des Nations Unies («Autonomie de vie et inclusion dans la société»), traduit en facile à lire par le Sisahm (Bruxelles).



3. Mon avis sur l'aide que je reçois

Ma famille, c'est qui ?

Mes amis, c'est qui ?

Les personnes autour de moi, c'est qui ?

Compléter ce livret c'est pour moi :
Très important - Pas du tout important.
Pourquoi ?

.....
.....

Je voudrais avoir une copie de ce livret complété avec mes réponses : Oui - Non

Les personnes qui m'aident le plus pour ma famille et mes amis sont :

Par exemple : Mon tuteur légal, mon éducateur référent, mon psychologue ma logopède, un médiateur familial, mon service d'accompagnement...

Nom : Rôle :

Nom : Rôle :

Nom : Rôle :

Les documents les plus utiles pour ma famille et mes amis sont :



Par exemple : mon carnet d'adresse, l'organigramme de mon centre, l'arbre généalogique de ma famille, mon cahier de communication, mon cahier de liaison entre mon centre de jour et ma maison, les comptes-rendus des réunions auxquelles je participe...

..... J'ai lu ce document : Oui - Non

..... J'ai lu ce document : Oui - Non









..... J'ai lu ce document : Oui - Non

Je suis d'accord de donner mon nom et mes réponses :

	 OUI	 NON	Si oui, préciser éventuellement à qui :
À la direction ?			
Aux autres professionnels ?			
Aux stagiaires ?			
Aux bénévoles ?			
À ma famille ?			
À d'autres personnes ?			

À noter : cette question de l'anonymat est volontairement posée deux fois.

- En début de livret pour rassurer le répondant, a fortiori si le livret aborde des sujets particulièrement délicats pour lui.
- En fin de livret, pour lui permettre de confirmer - ou infirmer - sa décision en connaissance de cause, une fois qu'il a pris connaissance de toutes les questions.

N°	Questions	Exemples	Je suis...				Autres réponses				Mes remarques et mes idées 
											

1. J'ai une famille : Si je n'ai pas de famille, je vais à la rubrique suivante.










1.1	Disponibilité des coordonnées de ma famille	J'ai les adresses, les numéros de téléphone, les emails de ma famille proche : mes parents, mes frères et sœurs, ma cousine préférée...										
1.2	Connaissance de ma famille	J'ai un arbre généalogique, je sais combien j'ai de frères et sœurs, qui sont mes neveux et nièces...										
1.3	Possibilité de recevoir des visites de ma famille	Je peux les inviter dans mon appartement supervisé quand j'en ai envie.										
1.4	Possibilité de refuser des visites de ma famille	On écoute mon avis, je peux refuser d'avoir des visites ce week-end parce que je veux me reposer.										
1.5	Organisation des visites de ma famille	Je reçois de l'aide pour inviter ma famille : la durée, le rythme et le lieu où je peux les recevoir me conviennent.										
1.6	Information sur les visites de ma famille	Je sais à l'avance qui vient, quand et pour quoi faire.										
1.7	Possibilité de rendre visite à ma famille	Je peux rendre visite à ma famille.										
1.8	Possibilité de refuser d'aller voir ma famille	On écoute mon avis, je peux demander de rester tranquille dans mon centre ce week-end parce que je veux me reposer.										
1.9	Organisation des visites à ma famille	Je reçois de l'aide pour aller voir ma famille. La durée et le rythme des visites à ma famille me conviennent.										
1.10	Aide reçue pour rendre visite à ma famille	Je reçois de l'aide pour aller dans ma famille, faire mes bagages...										
1.11	Information sur les visites que je fais à ma famille	Je sais à l'avance quand je vais passer un week-end chez mon frère, combien de jours je vais rester, qui va m'y conduire...										

N°	Questions	Exemples	Je suis...				Autres réponses				Mes remarques et mes idées 	
												
1.12	Capacité à communiquer avec mon réseau familial	J'utilise des pictogrammes compris par ma famille. Je peux téléphoner quand je veux à ma famille.										
1.13	Participation à des activités avec ma famille	Partir en vacances, aller me promener le week-end...										
1.14	Stimulation pour entretenir les liens avec ma famille	On m'encourage à aller voir ma famille et à les inviter chez moi.										

2. J'ai des amis :


Si je n'ai pas d'amis, je vais à la rubrique suivante.










2.1	Disponibilités des coordonnées de mes amis	J'ai les adresses, les numéros de téléphone, les emails de mes amis les plus proches : mes meilleurs amis.										
2.2	Possibilité de recevoir des visites de mes amis	Je peux inviter mes amis après 4h en semaine et les week-ends.										
2.3	Possibilité de refuser des visites de mes amis	On écoute mon avis, je peux demander de ne pas avoir de visite ce week-end parce que je veux me reposer.										
2.4	Organisation des visites de mes amis	Je reçois de l'aide pour bien les accueillir : un lieu tranquille, je peux leur offrir une tasse de café...										
2.5	Information sur les visites de mes amis	Je sais à l'avance qui vient, quand et pour quoi faire.										
2.6	Possibilité de rendre visite à mes amis	Je peux aller voir mes amis chaque week-end et pendant les vacances.										

N°	Questions	Exemples	Je suis...				Autres réponses				Mes remarques et mes idées 	
												
2.7	Possibilité de refuser des visites de mes amis	On écoute mon avis, je peux demander de ne pas avoir de visite ce week-end parce que je veux me reposer.										
2.8	Organisation des visites à mes amis	Je reçois de l'aide pour aller les voir.										
2.9	Aide reçue pour rendre visite à mes amis	Je reçois de l'aide pour aller chez mes amis, faire mes bagages...										
2.10	Information sur les visites que je fais à mes amis	Je sais quand je vais chez mes amis et pour combien de temps.										
2.11	Capacité à communiquer avec mes amis	J'utilise des pictogrammes compris par mes amis. Je peux communiquer avec eux sur facebook, par téléphone, par mail...										
2.12	Participation à des activités avec mes amis	Aller à un concert...										
2.13	Stimulation pour me faire de nouveaux amis et pour entretenir mes amitiés	On m'encourage à faire des sports collectifs, des activités culturelles... Je peux inviter mes amis à mon anniversaire chaque année.										

**3. J'ai un réseau social, par exemple j'ai des voisins dans mon immeuble avec qui je m'entends bien, je suis membre d'une association, je fais partie d'un groupe de paroles d'auto-représentants...
Si je n'ai aucun réseau social, je vais à la rubrique suivante.**










3.1	Disponibilité de leurs coordonnées	J'ai les adresses, numéros de téléphone et emails.										
3.2	Possibilité de recevoir des visites de ces personnes chez moi	Je peux organiser des réunions dans mon appartement supervisé.										

N°	Questions	Exemples	Je suis...				Autres réponses				Mes remarques et mes idées 	
												
3.3	Possibilité de refuser des visites de ces personnes	On écoute mon avis, je peux demander de ne pas avoir de visite parce que je veux me reposer.										
3.4	Organisation des visites de ce réseau chez moi	Je reçois de l'aide quand j'organise une réunion chez moi : durée, rythme, lieu...										
3.5	Possibilité de participer aux activités de ce réseau social	Les professionnels de mon centre m'encouragent à aller aux réunions. Je peux aller à la fête des voisins, à la kermesse du village.										
3.6	Possibilité de refuser de fréquenter ces personnes	On écoute mon avis, je peux demander de ne pas aller à une réunion parce que je veux me reposer ou rester seul.										
3.7	Organisation des visites que je fais à ce réseau	Je reçois de l'aide pour rencontrer ces personnes.										
3.8	Aide reçue pour participer à ce réseau	Je reçois de l'aide pour me conduire à des réunions.										
3.9	Information sur les visites de ce réseau	Je sais à l'avance qui vient, quand et pourquoi faire.										
3.10	Capacité à communiquer avec mon réseau social	J'utilise des pictogrammes compris par le plus grand nombre de personnes.										
3.11	Stimulation pour entretenir ou développer mon réseau social	Je suis encouragé à participer à des associations, à aller à des réunions, à rencontrer de nouvelles personnes.										

N°	Questions	Exemples	Je suis...				Autres réponses				Mes remarques et mes idées 
											

4. Je n'ai pas, ou je n'ai plus, de famille, d'amis ou d'autres personnes autour de moi : Si j'ai un réseau familial, amical et social, je vais à la rubrique suivante.

4.1	Prise en compte de ma volonté de ne pas fréquenter mon réseau familial, amical et/ou social	Je n'ai pas envie, pour le moment du moins, de fréquenter ma famille, mes amis ou de connaître d'autres personnes et ma volonté est respectée.									
4.2	Aide pour renouer avec ma famille, mes amis, mon réseau social	On m'encourage à participer à des réunions de famille ou à faire appel à un médiateur familial en cas de dispute.									
4.3	Aide pour faire le deuil de liens familiaux/ amicaux définitivement brisés	Mon frère ne veut plus jamais me voir, cela me fait de la peine mais je peux en parler avec ma psychologue.									
4.4	Accompagnement à faire le deuil de personnes décédées	Ma maman est morte, je peux parler d'elle avec mon éducateur référent qui l'a bien connue, qui comprend mon chagrin et me donne des conseils.									
4.5	Aide pour créer de nouveaux liens avec ma famille, mes amis et les personnes autour de moi	On m'explique à quoi ça sert un groupe de parole. On m'accompagne aux premières réunions.									










N°	Questions	Exemples	Je suis...				Autres réponses				Mes remarques et mes idées 
											









5. L'ouverture vers l'extérieur :

5.1	Possibilité d'inviter les personnes de mon choix à partager une activité	Un loisir, un repas, à venir dormir chez moi...										
5.2	Possibilité de participer à des activités à l'extérieur avec des services spécialisés dans le handicap	Je peux participer à des activités avec la Gatte d'Or, le Silex, la journée des familles d'Inclusion, des conférences et des groupes de paroles de Fratriha...										
5.3	Possibilité de participer à des activités à l'extérieur en milieu ordinaire	Je vais à la fête des voisins, je participe aux fêtes de quartiers, à des comités de quartiers verts...										
5.4	Ouverture de mon lieu de vie sur l'extérieur	Il y a des journées portes ouvertes, des partenariats avec des écoles ordinaires, des mouvements de jeunesse viennent jouer avec nous...										

6. Mes moyens de communication avec ma famille et mes amis :










6.1	Accès à internet et aux réseaux sociaux	Je peux aller sur Google, Facebook, Twitter...										
6.2	Prévention des risques liés à Internet et au téléphone	J'ai un anti-virus à jour. On m'a expliqué comment limiter les risques de piratage de mon email, d'arnaque à la vente par téléphone... J'ai un code secret pour mon téléphone.										










N°	Questions	Exemples	Je suis...				Autres réponses				Mes remarques et mes idées 	
												
6.3	Accès à un ordinateur qui me permet d'aller sur Internet et de communiquer via les réseaux sociaux	Je peux employer l'ordinateur du centre de jour une heure par jour.										
6.4	Possibilité de téléphoner (sous réserve des contraintes collectives, repas...)	Je peux téléphoner à ma famille avec le téléphone du centre.										
6.5	Possibilité d'avoir mon propre téléphone	J'ai mon propre téléphone pour appeler mes amis quand je veux.										
6.6	Ma capacité à utiliser ces outils de communication	Ordinateur, téléphone : on m'a expliqué comment les employer, comment recharger la batterie ...										
6.7	Possibilité d'écrire du courrier (cartes postales, lettres)	On m'aide pour écrire l'adresse sur l'enveloppe, coller le timbre, aller à la boîte aux lettres pour mes cartes de Noël.										
6.8	Information / formation pour m'aider à mieux communiquer	On m'a expliqué comment prendre la parole en public, comment écrire un mail... On m'a expliqué c'est quoi le facile à lire, comment écrire en facile à lire.										
6.9	Possibilité d'informer ma famille et mes amis sur les moyens de communication adapté à mes besoins	J'ai suivi une formation de relecteur en facile à lire. J'explique à ma famille comment écrire en facile à lire quand elle m'écrit ou quand elle écrit des consignes pour moi. Contre-exemple : personne n'écoute mes conseils ni mes besoins particuliers pour bien communiquer avec moi.										

N°	Questions	Exemples	Je suis...				Autres réponses				Mes remarques et mes idées 
											

7. Les personnes qui m'aident à créer ou à maintenir des liens avec ma famille et mes amis :

7.1	je les connais	Je sais qui m'aide dans la vie de tous les jours : on m'a présenté ces professionnels, je connais leur nom ou leur prénom. Contre-exemple : les stagiaires changent tout le temps, je ne connais pas leur nom ni leur formation.										
7.2	sont bienveillantes	Ces personnes me parlent gentiment. Elles sont aimables, sympathiques.										
7.3	sont rassurantes	Je me sens en confiance avec ces personnes. Leur attitude est calme, posée. Elles sont encourageantes.										
7.4	sont disponibles pour m'aider	Elles prennent le temps de m'écouter si j'ai des problèmes avec ma famille.										
7.5	sont à l'écoute de mes besoins	Elles m'encouragent à rencontrer des gens si je me sens seul.										
7.6	sont en nombre suffisant	Elles ne doivent pas toujours se dépêcher, elles peuvent prendre le temps...										
7.7	respectent mon intimité	Elles me laissent rencontrer seul mes amis, ma famille...										
7.8	respectent le secret professionnel	Elles ne parlent pas de mes problèmes en présence de personnes non concernées.										

N°	Questions	Exemples	Je suis...				Autres réponses				Mes remarques et mes idées 
											
7.9	respectent les consignes et sont attentives aux risques	Les différentes personnes qui m'aident respectent les mêmes consignes. Elles savent comment m'aider et le font bien. Elles connaissent mes risques et m'aident à les prévenir : comme faire trop vite confiance aux gens que je rencontre, leur dire tous mes secrets...									
7.10	favorisent mon autonomie	Elles me donnent des conseils pour me faire de nouveaux amis et les garder.									
7.11	collaborent avec les autres professionnels et ma famille	Elles signalent à leurs collègues les informations importantes concernant mon réseau social. Elles échangent avec ma famille, si je leur permets, au sujet de mes relations sociales.									






N°	Questions	Exemples	Je suis...				Autres réponses				Mes remarques et mes idées 
											

8. Questions qui ne concernent que moi :

Les questions suivantes sont données à titre d'exemple : je ne dois pas y répondre, sauf si j'en ai envie.

Je peux rajouter ici d'autres questions qui sont importantes pour moi, qui ne concernent que ma propre famille et mes amis, et qui n'ont pas été prévues dans ce livret :

8.1	Ma capacité à communiquer de manière socialement adaptée	On m'a expliqué les mots de politesse que je dois dire : bonjour, merci, aurevoir, ... On m'a expliqué qu'il ne faut pas interrompre quelqu'un qui parle, mais aussi comment réagir quand quelqu'un me parle méchamment, se moque de moi...									
8.2	Chaque samedi je rends visite à mes grands-parents	On doit m'aider à prendre le train et vérifier que je suis bien rentré le soir.									
8.3	Besoin d'aide pour me protéger de relations dangereuses pour moi	Des personnes de mon entourage ont abusé gravement de ma confiance dans le passé, je dois éviter de les voir même si j'en ai encore envie.									
8.4	Je suis membre d'un club de loisirs	J'ai besoin d'aide chaque année pour renouveler mon inscription à la danse, au foot...									
8.5	Organisation d'événements festifs	C'est très important pour moi d'organiser une petite fête pour mon anniversaire chaque année avec tous mes amis.									
8.6	Ma question :										
8.7	Ma question :										
8.8	Ma question :										

N°	Questions	Exemples	Autres réponses					Mes remarques et mes idées
			 OUI	 NON				

9. Mes besoins sont expliqués dans un document :

Ce document sert à expliquer aux personnes qui m'accompagnent comment m'aider à créer ou à maintenir des liens avec ma famille et mes amis. Ce document peut être un extrait de mon projet de vie, de mon dossier personnel ou d'un autre document. Il peut avoir été écrit, par exemple, avec mon éducateur référent ou l'assistant social de mon service d'accompagnement.

9.1	Ce document me semble nécessaire	Oui il va m'aider à mieux faire connaitre mes besoins.						
9.2	Ce document existe	Oui on me l'a déjà montré.						
9.3	J'ai une copie de ce document	Oui il est dans ma chambre.						
9.4	Je sais à qui ce document est donné	Oui il est donné à mes parents et à mon éducateur référent.						
9.5	Je suis d'accord que ce document soit donné à ces personnes	Oui je suis d'accord.						
9.6	Ce document me semble complet (si non quelles informations ajouter?)	Non Il manque des coordonnées de mes meilleurs amis.						
9.7	Ce document a été fait avec moi	Oui j'ai pu le relire et le compléter.						
9.8	Ce document a été fait avec des professionnels	Oui avec mon éducateur référent.						
9.9	Ce document a été fait avec ma famille	Non ma famille n'a pas été concertée et je le regrette.						
9.10	Ce document est revu au moins une fois par an	Non il n'a pas été revu depuis 3 ans au moins.						
9.11	Ce rythme de révision me convient	Non je voudrais qu'il soit revu chaque année.						
9.12	Ce document est revu avec moi	Oui on me demande mon avis.						
9.13	Ce document est revu avec des professionnels	Oui avec mon éducateur référent.						
9.14	Ce document est revu avec ma famille	Non.						
9.15	Ce document est appliqué	Oui.						



Informations générales

Mon centre (ou mon service) s'appelle

.....

Je fréquente ce centre ou ce service depuis :

Moins de 3 mois - de 3 mois à 2 ans
plus que 2 ans

J'ai choisi moi-même d'aller dans ce centre (ou dans ce service) :

Oui - Non

Date à laquelle j'ai complété ce livret : / /

Combien de temps j'ai mis pour compléter ce livret ?

Quelqu'un m'a aidé à compléter ce livret : Oui - Non. Si oui :

Par exemple : mon éducateur référent, mon assistant social
Si plusieurs personnes m'ont aidé, j'écris leur nom à chacune.

Nom : Rôle :

Nom : Rôle :

Nom : Rôle :

Je suis d'accord de donner mon nom et mes réponses :

	 OUI	 NON	Si oui, préciser éventuellement à qui :
À la direction ?			
Aux autres professionnels ?			
Aux stagiaires ?			
Aux bénévoles ?			
À ma famille ?			
À d'autres personnes ?			

Si je suis d'accord que mon nom soit donné je l'écris ici :

Mon prénom : Mon nom :

Mon téléphone : Mon email :



4. Mes idées pour créer ou maintenir des liens avec ma famille et mes amis



Choses positives à continuer



Choses à améliorer	Mes idées pour créer ou maintenir des liens avec ma famille et mes amis	À faire avec qui ?	À faire quand ?	À faire avec quoi ?

Merci d'avoir complété ce livret !



5. Informations sur la famille, les amis et les personnes autour de moi



Formations pour les personnes avec une déficience intellectuelle organisées par Inclusion asbl.

Pour s'inscrire, il faut écrire à Bernadette Cuvelier - bcu@inclusion-asbl.be
02/247.28.17 - Secrétariat d'Inclusion : 02/ 247.28.21

Plus de détails sur le site : www.inclusion-asbl.be

• Asbl Aidants proches

Cette association a pour but d'aider et soutenir l'aidant proche, dans toute sa transversalité, quelle que soit la situation de dépendance à laquelle il est confronté.

L'asbl se veut organe de vigilance et contribue à la reconnaissance officielle et à l'accès aux droits sociaux pour aidants proches.

Se voulant centre ressource sur la thématique, ses missions sont, entre autres, la sensibilisation, l'information et la formation du grand public et des professionnels. Elle est à l'écoute de l'aidant et le réoriente vers les aides adéquates (extrait du site Internet).

www.aidants-proches.be

• FRATRIHA

FratriHa est une plateforme de soutien pour les frères et sœurs de personnes avec un handicap intellectuel. FratriHa est un groupement de l'asbl Inclusion qui a pour principaux objectifs :

- > la sensibilisation et la représentation,
- > la rencontres et le soutien,
- > l'information

des frères et sœurs mais aussi des parents et des professionnels.

De nombreuses activités sont proposées : groupes de paroles, conférences, sensibilisations, sorties...

www.fratriha.com

• Fondation Portray

La Fondation Portray propose aux proches de personnes en situation de handicap un soutien juridique et financier permettant de soutenir/améliorer leur qualité de vie par l'organisation de fonds (nominatifs et projets), par des conseils et partages d'expériences.

<http://www.fondation-portray.be>



- **Madras**

Madras est le nom des services d'accompagnement créés à l'initiative de l'asbl Inclusion, à Bruxelles et en Wallonie, subsidiés par la Cocof et l'AViQ pour répondre la question des parents de personnes en situation de handicap : Comment veiller à sa qualité de vie, aussi lorsque je ne serai plus là ?

<http://www.madras-asbl.be/>

- **La Plate-forme Annonce du handicap (PAH)**

Cette association a pour but d'aider les personnes en situation de handicap, mais aussi leurs proches et les professionnels à comprendre les émotions engendrées par l'annonce du handicap, trouver des pistes de réflexion et des informations.

Des livrets destinés à sensibiliser les professionnels, les parents, la fratrie et, prochainement, les personnes en situation de handicap, à l'annonce du handicap peuvent être commandés gratuitement via son site Internet et des séances d'informations sur le sujet peuvent être organisées sur demande auprès de la PAH.

<http://www.platormeannoncehandicap.be/>

- **Liste des principales associations de parents et/ou de personnes handicapées et associations d'aide et de soutien en Belgique :**

[Consultez la liste](#)

- **Liste des services de répit en Région wallonne**

Extrait du site Internet: « Les services qui offrent des solutions de répit sont indispensables pour les personnes handicapées et leurs proches. Ils offrent un « break » qui leur permet de souffler, de prendre du recul. Garde à domicile, accueil temporaire, dépannage en situation d'urgence... leurs formes sont multiples. »

[Plus de détails sur le site de l'Aviq](#)

- **Les services de répit en Région bruxelloise :**

[Plus de détails sur le site de PHARE](#)

Avec la liste des services d'accompagnements qui offrent des répit et loisirs pour les personnes en situation de handicap:

[Consultez la liste](#)



- **Visa pour le net**

Visa pour le net est un projet qui rend l'information plus accessible grâce, notamment, à son travail en partenariat. C'est aussi un **site Internet en facile à lire fait par et pour des personnes en difficultés de compréhension**. Ce site aborde de nombreux sujets de société. Comme par exemple : la vie relationnelle, affective et sexuelle, le droit de vote, les droits des personnes en situation de handicap, l'emploi, mais aussi plus simplement des recettes de cuisine...

www.visapourlenet.be



• Access' Infos

(Extrait du site Internet de Visa pour le net)

<https://accessinfos.wordpress.com>

C'est une page Internet.

Les textes sont faciles à lire
et faciles à comprendre.

Il y a aussi des images.

Ce sont des textes pour les adolescents
et les adultes.

Il y a des textes sur l'actualité
mais aussi des infos et des idées.

Il y a même un roman traduit
en facile à lire: **Croc-blanc**.



« **La Convention des Nations Unies sur les droits des personnes handicapées** » : Version en facile à lire, A-M De Vleeschouwer & S. Manneback, SISAHM, 2011-2012 (coffret contenant la version en facile à lire, la version en langue des signes, en audiodescription et le matériel pour s'approprier la Convention).

[Plus de détails sur le site du Service PHARE](#)



Inclusion asbl

Inclusion est un mouvement qui rassemble des personnes porteuses d'une déficience intellectuelle, leurs proches, les professionnels qui les entourent et, de manière plus générale, des personnes soucieuses du bien-être de la personne en situation de handicap mental.

Inclusion défend et valorise, dans un large esprit de solidarité humaine, la qualité de vie et la participation pleine et entière à la société des personnes porteuses d'un handicap. Son site Internet présente les différents services développés, les formations et activités organisées...

www.inclusion-asbl.be

• Cap 48

Extrait du site Internet : « Cap 48 est une organisation belge qui permet la récolte de fonds destinés principalement aux personnes handicapées (...) ».

Les objectifs de Cap 48

- > Faire bouger la société : L'action de CAP 48 en partenariat étroit avec la RTBF, vise à placer les questions liées au handicap (physique, mental, sensoriel ou social), ainsi que les changements des mentalités, au cœur des préoccupations de notre société.
- > La solidarité avec les personnes handicapées : Nombre de projets portés par des asbl sont financés par les récoltes de fonds que CAP 48 initie. Ces projets rendent possibles de nouvelles approches pédagogiques, l'amélioration des conditions de vie de la personne handicapée (...).
- > La solidarité avec les jeunes en difficulté d'insertion : CAP 48 contribue également à l'insertion de jeunes en difficulté, finançant des projets d'aide à la jeunesse. »

<http://www.rtbef.be/cap48/>



- **L'AViQ**

L'AViQ est un organisme d'intérêt public (OIP) qui gère les compétences de la santé, du bien-être, de l'accompagnement des personnes âgées, du handicap et des allocations familiales en Région wallonne. Elle favorise l'inclusion des personnes en situation de handicap grâce aux missions suivantes : la sensibilisation et l'information en matière de handicap ; les aides et conseils en matière d'accueil, d'hébergement et d'aide à domicile ; les interventions financières dans l'équipement de matériel spécifique qui favorise l'autonomie au quotidien ; le soutien à l'insertion professionnelle via des aides à l'emploi et à la formation ; l'agrément et la subvention de services qui accueillent, hébergent, emploient, forment, conseillent, accompagnent... les personnes en situation de handicap.

www.aviq.be



PHARE

Le Service PHARE est une direction d'administration du Service Public Francophone Bruxellois. Il apporte informations, conseils et interventions financières aux personnes en situation de handicap en Région bruxelloise. Le Service PHARE agréé et subventionne différentes catégories de centres, entreprises, services et associations qui concourent à l'inclusion des personnes en situation de handicap. Son site internet s'adresse tant aux personnes en situation de handicap, qu'aux proches, aux parents ou aux professionnels qui les accompagnent.

De nombreuses informations y sont présentées en facile à lire.

www.phare.irisnet.be



6. Les autres Livrets Smile qui parlent de la famille, des amis et des personnes autour de moi

Catégorie	Les Livrets Smile	Livrets Smile où on parle particulièrement de la famille, des amis et des personnes autour de moi :	Les livrets qui m'intéressent
Mes besoins	Mes repas	Les repas en famille et avec les amis.	
	Mon sommeil, mon repos	Aller dormir dans ma famille ou chez des amis.	
	Mon hygiène, mes vêtements	Mettre des beaux vêtements et me sentir élégant quand je vois ma famille et mes amis.	
	Ma santé	Voir ma famille c'est indispensable pour garder un bon moral!	
	Mon logement		
	Mes apprentissages	J'apprends à utiliser mon téléphone et à faire des mails pour rester en contact avec ma famille et mes amis.	
	Ma sécurité	Je reçois des conseils pour éviter de faire un accident à vélo quand je vais dire bonjour à mes amis.	
	Ma communication	Comment bien communiquer avec ma famille, mes amis.	
	Mon bien-être – stop aux mauvais traitements	Que faire si je me sens discriminé, si on se moque de moi.	
	Ma vie relationnelle, affective et sexuelle	Les relations avec mon compagnon ou ma compagne. Mon compagnon, c'est ma famille proche!	

En rouge : livrets prioritaires



Catégorie	Les Livrets Smile	Livrets Smile où on parle particulièrement des amis et des personnes autour de moi :	Les livrets qui m'intéressent
Mes activités	Mon projet de vie	La place laissée à ma vie familiale, amicale et sociale dans ma vie de tous les jours.	
	Mes loisirs, mes congés et mes vacances	Partager des loisirs avec mes amis.	
	Mon travail et mon volontariat	Mes collègues, mon patron, les clients de mon entreprise de travail adapté (ETA), c'est mon réseau social. Comment se passent mes relations avec eux ?	
	Mes activités de tous les jours	Comment se passent mes relations avec les personnes fréquentées à mon centre de jour ? Comment les tâches sont réparties entre mes colocataires et moi ?	
Mon entourage	Ma famille, mes amis et les personnes autour de moi		
	Mes enfants	Mes enfants, c'est ma famille proche !	
	Mon éducateur référent	Mon éducateur est une personne très importante pour moi, qui m'aide beaucoup dans ma vie de tous les jours.	
Ma vie dans la société	Mes déplacements	Comment organiser mes déplacements pour aller voir ma famille et mes amis.	
	Ma participation aux décisions	Je me sens écouté, j'ose donner mon avis sur les visites.	
	Mes droits, mon argent et mes papiers	Mon argent de poche pour faire des cadeaux à ma famille proche.	

En rouge : livrets prioritaires

Mes réponses aux questions. Je suis...



Très satisfait
Très content
Très bien
Toujours



Satisfait
Content
Bien
Souvent



Insatisfait
Pas content
Pas bien
Parfois



Très insatisfait
Pas content du tout
Pas bien du tout
Jamais

Autres réponses possibles :



Oui



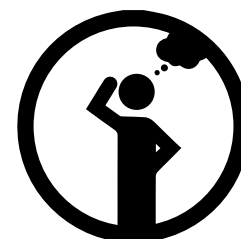
Non



**Ne s'applique
pas à moi**



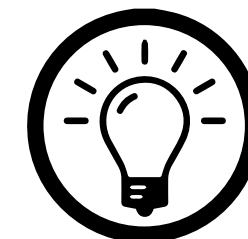
**Je ne comprends
pas la question**



**Je ne connais
pas la réponse**



**Je ne veux
pas répondre**



**Mes remarques,
mes idées**