



Pour compléter l'avenant
à mon projet d'accompagnement
je dois répondre à cette question :

**Quels sont mes besoins
et mes envies ?**





Le projet d'accompagnement est un document fait **pour moi et avec moi**.

Dans mon projet d'accompagnement, je parle de **mes envies** et de **mes besoins**.

Dans le projet d'accompagnement, c'est expliqué la façon dont **les professionnels doivent m'accompagner**.

Chaque année

je dois examiner mon projet d'accompagnement avec **mon référent**.

Mon référent est le **professionnel** de l'Adapei **qui s'occupe de moi**.

Les changements de mon projet d'accompagnement sont écrits dans un document qui s'appelle **un avenant**.



Pour dire quels sont **mes besoins et mes envies** qui doivent être écrits dans l'avenant je dois **remplir un document**.

Je peux remplir ce document seul ou avec une personne que j'ai choisie.



Pour m'aider à réfléchir sur mes besoins et mes envies je trouverai des **exemples** à partir de la **page numéro 3**.

Je dois me demander ce dont j'ai besoin pour **ma santé physique ou mentale.**

Par exemple :

- Est-ce que **les soins** des professionnels de la santé me conviennent ?



- Est-ce que **j'ai mal** quelque part ?

- Est-ce qu'il y a **certains soins** que **je refuse de faire** ?

Par exemple prendre des médicaments.



- Est-ce qu'il y a **certains soins** qui me font **peur** ?
Par exemple aller chez le dentiste.



- Est-ce que **je me sens bien** parce que tout va bien pour moi ?



- Est-ce que **je me sens capable** de faire des choses seul ?
Par exemple vivre seul ou faire mes courses.



- Est-ce que les personnes **me respectent** et sont gentilles avec moi ?

Je dois me demander ce dont j'ai besoin pour **être autonome**.

Être autonome c'est savoir faire les choses seul.

Par exemple :

- Est-ce que j'ai besoin d'être aidé pour **bien manger** ?
Par exemple adapter mes repas à cause du **diabète**.



- Est-ce que suis capable de **préparer mes repas** ?



- Est-ce que j'ai besoin d'aide pour **mieux dormir** ?



- Est-ce que j'ai besoin d'aide pour me laver ?



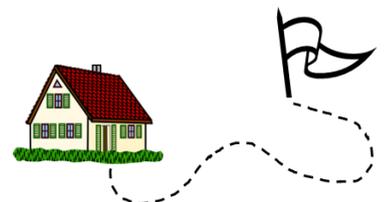
- Est-ce que j'ai besoin de **travailler**
ou d'**apprendre un métier** ?



- Est-ce que j'ai besoin de faire une **formation** ?
Par exemple pour **utiliser un ordinateur**.



- Est-ce que j'ai besoin d'aide pour **me déplacer** ?



- Est-ce que j'ai besoin d'aide dans **ma vie de tous les jours** ?
Par exemple pour remplir les papiers.



Je dois me demander ce dont j'ai besoin pour avoir des **relations sociales**.



Ce sont les relations que j'ai avec **les personnes** même celles que je ne connais pas comme mes voisins.

Par exemple :

- Est-ce que j'ai **des amis** ?

Est-ce que je voudrais **me faire des amis** ?



- Est-ce que j'ai des relations avec **ma famille** ?

Est-ce que je n'ai pas envie de voir ma famille ?

Est-ce que je voudrais revoir une personne de ma famille ?



- Est-ce que je suis **en couple** ?

Est-ce que je voudrais **me marier** ?

Est-ce que je voudrais **des enfants** ?



- Est-ce que je sais combien j'ai d'**argent** ?

Est-ce que j'ai assez d'argent pour vivre ?



- Est-ce que **je travaille** ?

Est-ce que j'aime mon travail ?

Est-ce que je veux changer de travail ?

Est-ce que je préfère travailler dans un ESAT ou dans une entreprise ordinaire ?

Quel **métier** je veux faire plus tard ?



- Est-ce que je suis **à l'école**
ou en **formation professionnelle** ?



- Est-ce qu'il y a **des loisirs** que je voudrais faire ?
Par exemple du sport ou des activités artistiques.



- Est-ce que je veux un **logement** pour moi tout seul ?
Est-ce que je veux vivre dans une famille d'accueil ?
Est-ce que je veux vivre dans un foyer ?



- Est-ce que je préfère vivre **en ville**
ou à la **campagne** ?
Est-ce que j'ai une autre idée
de l'endroit où je voudrais vivre ?



- Est-ce que j'ai une **religion** ?



- Est-ce que j'aimerais être bénévole
dans une **association** ?

Ça veut dire que **j'aide gratuitement** une association
par exemple je peux aider **les restos du cœur**.

Dans quel **domaine** j'aimerais être bénévole ?

Par exemple **aider les animaux** ou les **personnes pauvres**.

