

Un outil d'aide à la formulation et la mise en œuvre
du projet de vie des personnes avec trisomie 21



C'est ma vie!
Je la choisis.

LIVRE 2

JE FAIS MON PROJET



Peut-être as-tu déjà entendu le mot « **projet de vie** » autour de toi.

Tu as peut-être déjà dit quel était ton projet de vie ?

Et ne pas savoir quoi répondre...

On te propose une aide pour réfléchir sur le projet de vie que tu voudrais mener à bien.

La méthode que nous te proposons est une méthode qui va t'aider :

1. à parler de tes projets
2. à les réaliser.

Pour t'aider à voyager dans la méthode, nous avons imaginé les questions que tu pourrais te poser.

En fonction de ta réponse, une autre question te sera posée.

Livre 2 : Je fais mon projet

L'objectif de ce chapitre est d'apprendre à faire de bons choix.

Tu te poseras les questions suivantes :

Chapitre 1 : Quel est ton projet ?

Chapitre 2 : Tes envies évoluent avec le temps ?

Chapitre 3 : Comment trouver une idée de projet ?

Chapitre 4 : Qu'est-ce que tu veux ? Qu'est-ce que tu ne veux pas ?

Chapitre 5 : Et si tu avançais dans ton projet ?

Chapitre 6 : Par quoi tu commences ?

Chapitre 7 : Où tu es en dans ton projet ?





Chapitre 8 : Qu'est-ce que tu fais maintenant ?

Chapitre 9 : Comment tu poursuis ton projet ?

Chapitre 10 : Comment tu te sens ?

Chapitre 11 : Et si tu dois rendre ton projet à la MDPH

Nous avons aussi mis des images pour t'aider à savoir ce que tu dois faire.

| Image utilisée | Ce que cela veut dire que : |
|---|---|
|  | - tu vas apprendre des choses |
|  | - tu vas faire un exercice - tu vas répondre à des questions |
|  | - tu vas réfléchir - tu vas te poser des questions |
|  | - tu vas dessiner, ou mettre des photos, dans ce cadre |

Il y a aussi des marges de couleurs pour que tu puisses repérer à quelle question tu dois répondre et pour que tu puisses mieux te repérer.



Chapitre 1 : Quel est ton projet ?

Tu te poses cette question parce que tu as vraiment envie de faire quelque chose.



Ce qu'il faut savoir

Ton projet t'appartient.

Tu dois aussi savoir que tu peux avoir plusieurs projets en même temps.



Exercice

Tu peux noter ici ce que tu veux vraiment faire, tu peux même dessiner ou coller une photo qui évoque ton projet.

Si tu ne sais pas, passe à la page suivante

Ton projet :





Choisis le chapitre que tu veux faire !

| | |
|--|----------|
| Chapitre 2 : Tes envies évoluent avec le temps ? | 2 |
| Chapitre 3 : Comment trouver une idée de projet ? | 3 |
| Chapitre 4 : Qu'est-ce que tu veux ? Qu'est-ce que tu ne veux pas ? | 4 |
| Chapitre 5 : Et si tu avançais dans ton projet | 5 |



Chapitre 2 : Tes envies évoluent avec le temps ?



Exercice

Cet exercice va t'aider à organiser les périodes de vie qui sont importantes pour toi.

C'est un exercice qui va te demander de parler de différentes périodes de ta vie :

Il va aussi t'aider à mieux comprendre ce que tu veux. Cela te donnera des idées pour réfléchir à ce que tu veux faire et avoir des projets.

Cet exercice s'appelle : « J'étais, je suis, je serai »

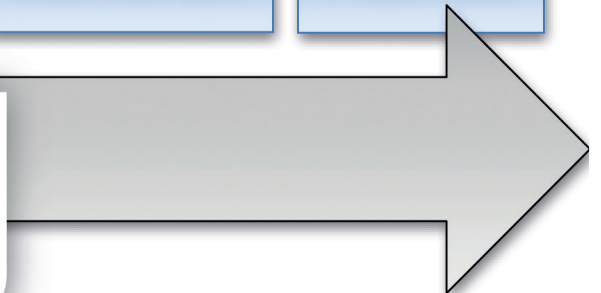
Bébé

Enfant

Adolescent

Maintenant

Plus tard



Souviens-toi de ta petite enfance (avant 6 ans)



Exercice

1. Tu peux coller une photo de ta petite enfance.



2. De quoi tu te souviens ?



3. Qu'est-ce que tu aimais faire ?



4. Qu'est-ce que tu as fait ?



5. Quelle personne était importante pour toi ?



6. Est-ce que tu avais besoin d'aide pour faire des choses ?



7. Sur qui pouvais-tu compter ?



Souviens-toi de ton enfance



Exercice

1. Tu peux coller une photo de ton enfance.



2. De quoi tu te souviens ?



3. Qu'est-ce que tu aimais faire ?



4. Qu'est-ce que tu as fait ?



5. Quelle personne était importante pour toi ?



6. Est-ce que tu avais besoin d'aide pour faire des choses ?



7. Sur qui pouvais-tu compter ?



Souviens-toi de ton adolescence



Exercice

1. Tu peux coller une photo de ton adolescence.



2. De quoi tu te souviens ?



3. Qu'est-ce que tu aimais faire ?



4. Qu'est-ce que tu as fait ?



5. Quelle personne était importante pour toi ?



6. Est-ce que tu avais besoin d'aide pour faire des choses ?



7. Sur qui pouvais-tu compter ?



Et maintenant ?



Exercice



1. Tu peux apporter une photo de toi maintenant.

2. Qu'est-ce que tu aimes faire?



3. Qu'est-ce que tu fais ?



4. Quelle personne est importante pour toi ?



5. Est-ce que tu as besoin d'aide pour faire des choses ?



6. Sur qui pouvais-tu compter ?



7. Qu'est-ce qui est important pour toi ?



Imagine ton avenir !



Exercice



1. Tu peux dessiner ce que tu seras peut-être.

2. Qu'est-ce que tu aimas faire?



3. Qu'est-ce que tu auras fait ?



4. Quelle personne sera importante pour toi ?



5. Est-ce que tu auras besoin d'aide pour faire des choses ?



Conclusion

Après avoir fait l'exercice,
est-ce que tu as une idée plus précise de ton projet ?

TON PROJET



TON PROJET





Choisis le chapitre que tu veux faire !

| | |
|--|----------|
| Chapitre 2 : Tes envies évoluent avec le temps ? | 2 |
| Chapitre 3 : Comment trouver une idée de projet ? | 3 |
| Chapitre 4 : Qu'est-ce que tu veux ? Qu'est-ce que tu ne veux pas ? | 4 |
| Chapitre 5 : Et si tu avançais dans ton projet | 5 |



Chapitre 3 : Comment trouver une idée de projet ?

Petit coup de pouce pour savoir ce que tu veux



Ce qu'il faut savoir

L'exercice permet de travailler sur ce qui est important pour toi.

Ce qui compte vraiment pour toi, on appelle cela les valeurs.

Tu dois savoir que tout le monde n'a pas les mêmes valeurs.

À partir des valeurs qui sont importantes pour toi, on pourra réfléchir à ce que tu voudrais faire et ça,

Ce que tu veux faire, on appelle cela les besoins.



Je réfléchis

T'ORGANISER

- Vouloir que tout soit bien rangé
- Vouloir que tout soit trié, en ordre
- Vouloir que chaque chose soit à sa place



COMMANDER

- Vouloir commander les autres, décider
- Vouloir être le chef, le maître



TENIR TES PROMESSES

- Vouloir tenir ses promesses,
- Vouloir faire les choses comme elles doivent être faites,
- Vouloir respecter ce que disent et ce que font les gens de la famille (les parents) et faire comme eux



PLAIRE

- Vouloir être accepté par les autres, ne pas être rejeté.
- Vouloir que les autres soient d'accord avec ce que l'on fait.



ÊTRE AVEC LES AUTRES

- Vouloir entrer en contact avec les autres.
- Vouloir faire des activités avec les autres.



ÊTRE CURIEUX

- Vouloir connaître les choses, apprendre.



RESTER TRANQUILLE

- Vouloir être au calme, être relax.
- Ne pas vouloir être dérangé.
- Ne pas vouloir être tracassé par des choses ou des événements.



ECONOMISER

- vouloir faire des réserves
- vouloir avec des biens comme de l'argent par exemple



Exercice 1

Pour réaliser cet exercice, tu dois utiliser les fiches qui sont à la fin du livre.

Est-ce que tu comprends toutes ces fiches ?

Oui, tu les expliques avec mes mots, et tu passes à la question suivante

Non, trouve quelqu'un qui pourra t'aider à les comprendre



Exercice 2

Tu peux faire le jeu suivant :

1. Tu prends les 8 fiches et tu en choisis 3 qui t'intéressent
2. Tu places les 3 fiches sur la table dans l'ordre que tu préfères
3. Tu réfléchis aux projets que tu pourrais mettre en place avec ces images



Conclusion

Après avoir fait l'exercice,
est-ce que tu as une idée plus précise de ton projet ?

TON PROJET



TON PROJET





Choisis le chapitre que tu veux faire !

| | |
|--|----------|
| Chapitre 2 : Tes envies évoluent avec le temps ? | 2 |
| Chapitre 3 : Comment trouver une idée de projet ? | 3 |
| Chapitre 4 : Qu'est-ce que tu veux ? Qu'est-ce que tu ne veux pas ? | 4 |
| Chapitre 5 : Et si tu avançais dans ton projet | 5 |



Chapitre 4 : Qu'est-ce que je veux ? Qu'est-ce que je ne veux pas ?

Entre tes cauchemars et tes rêves, il y a ton projet



Ce qu'il faut savoir

Dans la vie, il y a ce qu'on aime et ce qu'on veut éviter

Pour les projets, c'est un peu la même chose :

- il y a les rêves, ce que tu veux
- il y a les cauchemars, ce que tu veux éviter et puis il y a le projet

LE TRAVAIL



Exercice

Comment tu imagines ton travail ?

Dans quel endroit tu aimerais travailler ?
(dehors, dans un bureau, dans un magasin)



Qu'est-ce que tu voudrais faire comme tâches ?
(ranger, aider les autres, jardiner ...)



Avec beaucoup ou peu de gens ?



Tu peux maintenant répondre à cette question :
« Quel travail aimerais-tu faire ? »



Quel pourrait être ton projet professionnel ?



LA VIE AFFECTIVE



Exercice

Comment tu imagines ta vie affective et amoureuse ?

LA FAMILLE

Voudrais-tu faire quelque chose avec les membres de ta famille ?



LES AMIS

Voudrais – tu faire quelque chose avec tes amis ?



LES AMIS

Voudrais –tu te faire plus d'amis ?



LES AMOURS

As-tu un(e) amoureux(se) ?



LES AMOURS

Voudrais-tu avoir un(e) amoureux(se) ?



Tu peux maintenant répondre à la question :
« Quelle vie affective te rendrait heureux ?



Quel pourrait être ton projet de vie affective et amoureuse ?



LE LOGEMENT



Exercice

Comment tu imagines ton logement ?

Comment voudrais-tu vivre ?
(seul, avec des amis...)



Dans quel type de logement voudrais-tu vivre ?
(un appartement, une maison ...)



Voudrais-tu recevoir de l'aide de quelqu'un ?



A quel endroit voudrais-tu vivre ?
(à la ville, à la campagne ...)



Quel pourrait être ton projet de logement ?



LES LOISIRS



Exercice

Comment tu imagines tes loisirs ?

Quel pourrait être ton projet de loisirs ?



AUTRE CHOSE D'IMPORTANT ?



Exercice

Y a-t-il d'autres choses importantes pour toi ?



Est-ce que tu voudrais faire quelque chose
dont on n'a pas encore parlé ?



Tu peux maintenant répondre à la question :
« Qu'est-ce que tu aimerais de nouveau dans ma vie ? »



Quel pourrait être ton projet ?



Et maintenant, redis toutes les choses qui sont importantes pour ton projet de vie?

Tout ce que tu aimerais faire, c'est ton projet de vie :



Conclusion

Après avoir fait l'exercice, est-ce que tu as une idée plus précise de ton projet ?

TON PROJET





Choisis le chapitre que tu veux faire !

| | |
|---|----------|
| <p>Chapitre 2 : Tes envies évoluent avec le temps ?</p> | 2 |
| <p>Chapitre 3 : Comment trouver une idée de projet ?</p> | 3 |
| <p>Chapitre 4 : Qu'est-ce que tu veux ? Qu'est-ce que tu ne veux pas ?</p> | 4 |
| <p>Chapitre 5 : Et si tu avançais dans ton projet</p> | 5 |



Chapitre 5 : Et si tu avançais dans ton projet ?

Tu ne sais pas par où commencer.



Ce qu'il faut savoir

Lorsqu'on réfléchit à ce qu'on veut faire, il y a des étapes à suivre.

Nous te proposons une série de petites situations pour t'aider à avancer.

Tu n'es pas obligé de toutes les réaliser et tu peux toujours demander de l'aide.

Tu trouveras les réponses à la fin du livre.

Dans les exercices, Caroline souhaite inviter Florence, Pierre voudrait partir en voyage et Julie souhaiterait louer un appartement.

Mais il leur manque les étapes.

Peux-tu les aider à les trouver ?



Exercice

Le projet de Caroline est d'inviter sa meilleure amie, Florence, à dormir chez elle.

Comment va faire Caroline ?



Écris tes idées pour aider Caroline dans son projet :

Voici les réponses de Caroline.

Les réponses de Caroline sont dans le désordre.

Pour les remettre dans le bon ordre, il suffit de mettre les numéros dans les cases. Par exemple, la première chose à faire aura le chiffre 1.

Pour t'aider, tu peux utiliser la ligne du temps.

Le projet de Caroline est d'inviter sa meilleure amie, Florence, à dormir chez elle



Ranger la chambre



Demander aux parents



Réfléchir au jour où Florence pourrait venir à la maison



Avoir l'accord des parents



Téléphoner à Florence



Florence vient à la maison





Exercice

Le projet de Pierre est de partir en voyage.

De quoi a-t-il besoin ?



Écris tes idées pour aider Pierre dans son projet

Voici les réponses de Pierre.

Les réponses de Pierre sont dans le désordre.

Pour les remettre dans le bon ordre, il suffit de mettre les numéros dans les cases. Par exemple, la première chose à faire aura le chiffre 1.

Tu peux indiquer l'ordre des étapes à réaliser devant chaque phrase.

Le projet de Pierre est de partir en voyage.



Prendre l'avion



Profiter des vacances



Acheter ses billets d'avion



Choisir un voyage



Lister les voyages possibles



Faire ses valises





Exercice

Le projet de Julie est de vivre en appartement

De quoi a-t-elle besoin ?



Écris tes idées pour aider Julie dans son projet.

Voici les réponses de Julie.

Les réponses de Julie sont dans le désordre.

Pour les remettre dans le bon ordre, il suffit de mettre les numéros dans les cases. Par exemple, la première chose à faire aura le chiffre 1.

Tu peux indiquer l'ordre des étapes à réaliser devant chaque phrase.

Le projet de Julie est de vivre en appartement



Apprendre à être autonome



S'installer dans l'appartement



En parler à ses parents



Choisir l'appartement



Trouver des personnes qui pourront l'aider



Imagine ton avenir !



Conclusion

Ton projet

Et toi, de quoi tu as besoin pour réaliser ton projet ?

Si tu ne sais pas, tu peux toujours demander de l'aide.





Chapitre 6 : Par quoi je commence ?

1. Tu sais ce que tu veux faire

2. Tu sais ce dont tu as besoin pour y arriver.



Ce qu'il faut savoir

Dans les étapes à faire, il y a des étapes terminées et d'autres qu'il reste à faire.



Exercice

Reprends le projet de Caroline :

Inviter sa meilleure amie, Florence, à dormir chez elle

Prends la liste de points que Caroline devait faire pour réaliser son projet.

| Ce qu'il faut pour réaliser le projet de Caroline | OK, Caroline sait le faire | C'est en cours | Caroline ne s'en est pas encore occupée. Selon toi, pourquoi ? |
|---|----------------------------|----------------|--|
| Point 1 : Demander aux parents | X | | |
| Point 2 : Avoir l'accord des parents | X | | |
| Point 3 : Je réfléchis au jour où Florence pourrait venir à la maison. | X | | |
| Point 4 : Téléphoner à Florence | | | X |
| Point 5 : Ranger ma chambre | | | X |
| Point 6 : Florence vient à la maison | | | X |



Exercice

Reprends le projet de Pierre : **Partir en voyage**

Prends la liste de points que Pierre devait faire pour réaliser son projet.

| Ce qu'il faut pour réaliser le projet de Pierre | OK, Pierre sait le faire | C'est en cours. occupé de le réaliser | Pierre ne s'en est pas encore occupé. Selon toi, pourquoi ? |
|---|--------------------------|---------------------------------------|---|
| Point 1 : Lister les voyages possibles | X | | |
| Point 2 : Choisir un voyage | | X | |
| Point 3 : Acheter ses billets d'avion | | | X |
| Point 4 : Faire ses valises | | | X |
| Point 5 : Prendre l'avion | | | X |
| Point 6 : Profiter des vacances | | | X |



Exercice

Reprends le projet de Julie : **Vivre en appartement**

Prends la liste de points que Julie devait faire pour réaliser son projet.

| Ce qu'il faut pour réaliser le projet de Julie | OK, Julie sait le faire | C'est en cours | Julie ne s'en est pas encore occupée. Selon toi, pourquoi ? |
|---|-------------------------|----------------|---|
| Point 1 : En parler aux parents | X | | |
| Point 2 : Trouver des personnes qui pourront aider | | X | |
| Point 3 : Apprendre à être autonome | X | | |
| Point 5 : Choisir l'appartement | | X | |
| Point 6 : S'installer dans l'appartement | | | X |



Exercice

Tu réfléchis à ton projet

Tu fais la même chose avec ton projet :

| Ce qu'il faut pour réaliser mon projet | OK, je sais le faire | C'est en cours. | Je ne m'en suis pas encore occupé. Pourquoi | Que faire si ça ne fonctionne pas ? |
|--|----------------------|-----------------|---|-------------------------------------|
| Point 1 : | | | | |
| Point 2 : | | | | |
| Point 3 : | | | | |
| Point 4 : | | | | |

Fiche 1 : pour t'aider à trouver ce qu'il te manque

Cette fiche pourra être utilisée plusieurs fois



Exercice

Qu'est-ce qu'il te manque pour finir ton projet ?



De qui tu as besoin ?



Trouve une manière d'avoir ce dont tu as besoin !



Il y a-t-il une autre manière d'avoir ce dont tu as besoin ?



Quand est-ce que tu pourras avoir ce dont tu as besoin ?





Chapitre 7 : Où en es-tu dans ton projet ?

Tu as avancé dans ton projet et tu veux faire le point.



Ce qu'il faut savoir

Il est important de faire le point de temps en temps pour savoir :

- si tu avances dans ton projet
- si tu n'as pas oublié de choses importantes
- si tu es toujours motivé
- si tu décides de changer de projet (d'avis) ?
- Si tu veux changer de projet, tu peux le faire, à n'importe quel moment.



Choisis le chapitre que tu veux faire ! Où tu en es dans ton projet ?

| | |
|---|----------|
| <p>Ça y est ! Tu vois clair dans ton projet !</p> <p>C'est le chapitre 8 : Qu'est-ce que je fais maintenant ?</p> | 8 |
| <p>Tu as déjà réalisé quelques étapes, mais tu n'as pas encore fini</p> <p>C'est le chapitre 9 : Comment je poursuis mon projet ?</p> | 9 |



Chapitre 8 : Qu'est-ce que je fais maintenant ?

Tu vois clair dans ton projet !



Exercice

Ton projet, c'est :





Tu réfléchis

Comment tu te sens maintenant que tu sais ce que tu dois faire pour réaliser ton projet ?

Tu peux te situer sur chaque question.

Tu es content ?



Tu es prêt ?



Tu as peur ?

| | | |
|-----|-----|----------------|
| OUI | NON | JE NE SAIS PAS |
|-----|-----|----------------|

Tu te sens aidé ?

| | | |
|-----|-----|----------------|
| OUI | NON | JE NE SAIS PAS |
|-----|-----|----------------|

Comment tu te sens ?





Chapitre 9 : Comment je poursuis mon projet ?

Tu as avancé dans ton projet et tu veux faire le point.



Exercice

Ton projet, c'est :





Ce qu'il faut savoir

Réaliser un projet prend du temps.

Le plus difficile c'est de trouver des idées du projet que l'on veut mener.

Une fois que tu as des idées, tu peux en parler autour de toi et dire ce que tu veux ou ne veux pas faire.

Certains projets prennent plus de temps que d'autres.

Au chapitre 6, c'est le cas de Pierre qui voulait partir en voyage, ou de Julie qui désirait louer un appartement.

Parfois, il y a des difficultés qu'on n'avait pas prévues.

Par exemple, si les parents de Florence avaient refusé l'invitation de Caroline ou si Florence tombait malade, ou comme parfois quand il n'y a pas de bus, de train ... pour se rendre là où on veut ...

Il arrive aussi que le projet évolue au fur et à mesure.

Par exemple, un autre projet était de faire du basket le mercredi après-midi. Après plusieurs mois, l'entraîneur propose de venir le vendredi et le samedi pour faire un match.



Tu réfléchis

Pourquoi est-ce que je n'ai pas encore fini mon projet ?

**Tout bien réfléchi,
ce n'est pas ça que tu
voulais**

Tu n'es plus motivé

**Tu as changé
de projet**

**C'est trop compliqué
à réaliser**

**Tu n'es pas
assez aidé**

Autre raison :

.....
.....



Exercice

Pourquoi ?



De quoi tu aurais besoin ?



Pour t'aider, tu peux retourner au le chapitre 6 « Par quoi je commence ? »



Choisis le chapitre que tu veux faire ! Où tu en es dans ton projet ?

| | |
|---|-----------|
| <p>Tu as envie de continuer ton projet. Tu réfléchis encore.</p> <p>C'est le chapitre 1 : Quel est ton projet ?</p> | 1 |
| <p>Pour l'instant, tu arrêtes, tu laisses tomber.</p> <p>C'est le chapitre 10 : Comment tu te sens ?</p> | 10 |



Chapitre 10 : Comment tu te sens ?

Tu as décidé pour l'instant de laisser tomber ton projet.



Ce qu'il faut savoir

Ce n'est pas grave de ne pas mener son projet jusqu'au bout.

L'important, c'est de savoir ce que tu as appris en travaillant sur ton projet.



Conclusion

Qu'est-ce que tu as appris en travaillant sur ton projet ?





Chapitre 11 : Et si je dois rendre mon projet à la Maison Départementale de la Personne Handicapée - MDPH ?

Tu dois rendre ton projet pour un dossier MDPH.



Ce qu'il faut savoir

Pour t'aider à faire tes projets, tu devras remettre un document à la MDPH.

Tu devras leur expliquer quel est ton projet en une page, mais ce n'est pas toujours facile.

Si tu sais quel est ton projet, les pages suivantes t'aideront à écrire ton projet pour qu'il puisse être envoyé à la MDPH.



Tu réfléchis

Comment tu l'écris pour que la MDPH te comprenne ?

- **Tu l'écris toi-même**
- **Tu y colles des photos**
- **Tu te fais aider, mais par qui ?**
- **Tu le fais écrire par quelqu'un d'autre, mais par qui ?**





Exercice

Tu écris ton projet de vie pour le rendre à la MDPH.

Tu indiques ton nom



L'adresse de la MDPH est :



La personne que tu dois contacter est :



L'adresse de l'association est :



**Bravo ! Tu as fini
le second livre !!!**

**Tu peux maintenant consacrer du temps
à ton projet de vie avec tout ce que tu
viens d'apprendre !!!**

Fiche chapitre 3 :

« Comment trouver une idée de projet ? »

T'ORGANISER

- Vouloir que tout soit bien rangé
- Vouloir que tout soit trié, en ordre
- Vouloir que chaque chose soit à sa place



Raconte ce qu'il se passerait si tu devais t'organiser.



Fiche chapitre 3 :

« Comment trouver une idée de projet ? »

COMMANDER

- Vouloir commander les autres, décider
- Vouloir être le chef, le maître



Raconte ce qu'il se passerait si tu devais commander.



Fiche chapitre 3 :

« Comment trouver une idée de projet ? »

TENIR TES PROMESSES

- Vouloir tenir ses promesses,
- Vouloir faire les choses comme elles doivent être faites,
- Vouloir respecter ce que disent et ce que font les gens de la famille (les parents) et faire comme eux



Raconte ce qu'il se passerait si tu devais tenir tes promesses.



Fiche chapitre 3 :

« Comment trouver une idée de projet ? »

PLAIRE

- Vouloir être accepté par les autres, ne pas être rejeté.
- Vouloir que les autres soient d'accord avec ce que l'on fait.



Raconte ce qu'il se passerait si tu devais plaire.

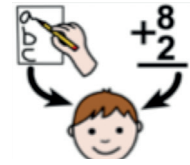


Fiche chapitre 3 :

« Comment trouver une idée de projet ? »

ÊTRE CURIEUX

- Vouloir connaître les choses, apprendre.



Raconte ce qu'il se passerait si tu devais tenir tes promesses.



Fiche chapitre 3 :

« Comment trouver une idée de projet ? »

ÊTRE AVEC LES AUTRES

- Vouloir entrer en contact avec les autres.
- Vouloir faire des activités avec les autres.



Raconte ce qu'il se passerait si tu devais être avec les autres.

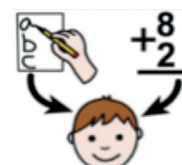


Fiche chapitre 3 :

« Comment trouver une idée de projet ? »

ÊTRE CURIEUX

- Vouloir connaître les choses, apprendre.



Raconte ce qu'il se passerait si tu devais être curieux.



Fiche chapitre 3 :

« Comment trouver une idée de projet ? »

RESTER TRANQUILLE

- Vouloir être au calme, être relax.
- Ne pas vouloir être dérangé.
- Ne pas vouloir être tracassé par des choses ou des événements.



Raconte ce qu'il se passerait si tu devais être tranquille.



Fiche chapitre 3 :

« Comment trouver une idée de projet ? »

ECONOMISER

- vouloir faire des réserves
- vouloir avec des biens comme de l'argent par exemple



Raconte ce qu'il se passerait si tu devais économiser.



Fiche chapitre 5 :

Et si j'avançais dans mon projet

Fiche réponse : le projet de Caroline

Les réponses de Julie sont dans le désordre.

Pour les remettre dans le bon ordre, il suffit de mettre les numéros dans les cases. Par exemple, la première chose à faire aura le chiffre 1.

Tu peux indiquer l'ordre des étapes à réaliser devant chaque phrase.

Le projet de Caroline est d'inviter sa meilleure amie, Florence, à dormir chez elle



Ranger la chambre



Demander aux parents



Réfléchir au jour où Florence pourrait venir à la maison



Avoir l'accord des parents



Téléphoner à Florence



Florence vient à la maison

Aujourd'hui

Florence vient
à la maison

Fiche chapitre 5 :

Et si j'avançais dans mon projet

Fiche réponse : le projet de Pierre

Les réponses de Pierre sont dans le désordre.

Pour les remettre dans le bon ordre, il suffit de mettre les numéros dans les cases. Par exemple, la première chose à faire aura le chiffre 1.

Tu peux indiquer l'ordre des étapes à réaliser devant chaque phrase.

Le projet de Pierre est de partir en voyage.



Lister les voyages possibles



Choisir un voyage



Acheter ses billets d'avion



Faire ses valises



Prendre l'avion



Profiter des vacances



Fiche chapitre 5 :

Et si j'avançais dans mon projet

Fiche réponse : le projet de Julie

Les réponses de Julie sont dans le désordre.

Pour les remettre dans le bon ordre, il suffit de mettre les numéros dans les cases. Par exemple, la première chose à faire aura le chiffre 1.

Tu peux indiquer l'ordre des étapes à réaliser devant chaque phrase.

Le projet de Julie est de vivre en appartement



Apprendre à être autonome



S'installer dans l'appartement



En parler à ses parents



Choisir l'appartement



Trouver des personnes qui pourront l'aider



Réalisé par



UNIVERSITÉ DE MONS

Place du Parc 18, 7000 Mons, Belgique / Téléphone : + 32 65 37 31 85

Contacts

Pr. Marie-Claire HAELEWYCK
(Cheffe du Service d'Orthopédagogie Clinique)
Marie-Claire.HAELEWYCK@umons.ac.be



M. Robin BASTIEN
(Assistant – Doctorant)
Robin.BASTIEN@umons.ac.be

TRISOMIE 21 France

3 Rue Claude Lebois, BP 90249 – 42006 Saint-Etienne Cedex 1



Contact

M. Jean-Paul CHAMPEAUX
jpchampeaux@trisomie21-france.org / Tél : 04 77 37 87 29

UNIVERSITÉ DE BORDEAUX

Laboratoire Handicap, Action, Santé, Cognition
351 cours de la libération, 33405 Talence



EQUIPE PHOENIX DE L'INRIA BORDEAUX SUD-OUEST

200 avenue de la vieille tour, 33405 Talence

Contacts

Pr. Bernard N'KAOUA
(Professeur des Universités)
bernard.nkaoua@u-bordeaux.fr

Mme Audrey LANDURAN
(Doctorante)
audrey.landuran@inria.fr)

Avec le soutien de :



Fondation Internationale de la Recherche Appliquée sur le Handicap



Comité national Coordination Action Handicap