



Le Handicap Cognitif



Les troubles cognitifs affectent la capacité à agir, à apprendre et parfois à s'adapter. Cela touche le langage, la mémoire, le raisonnement, la compréhension,....

La dyslexie, la dyspraxie, la dyscalculie,.... font parties du Handicap cognitif. Il peut être également lié à une opération cérébrale, un AVC, un traumatisme crânien,....

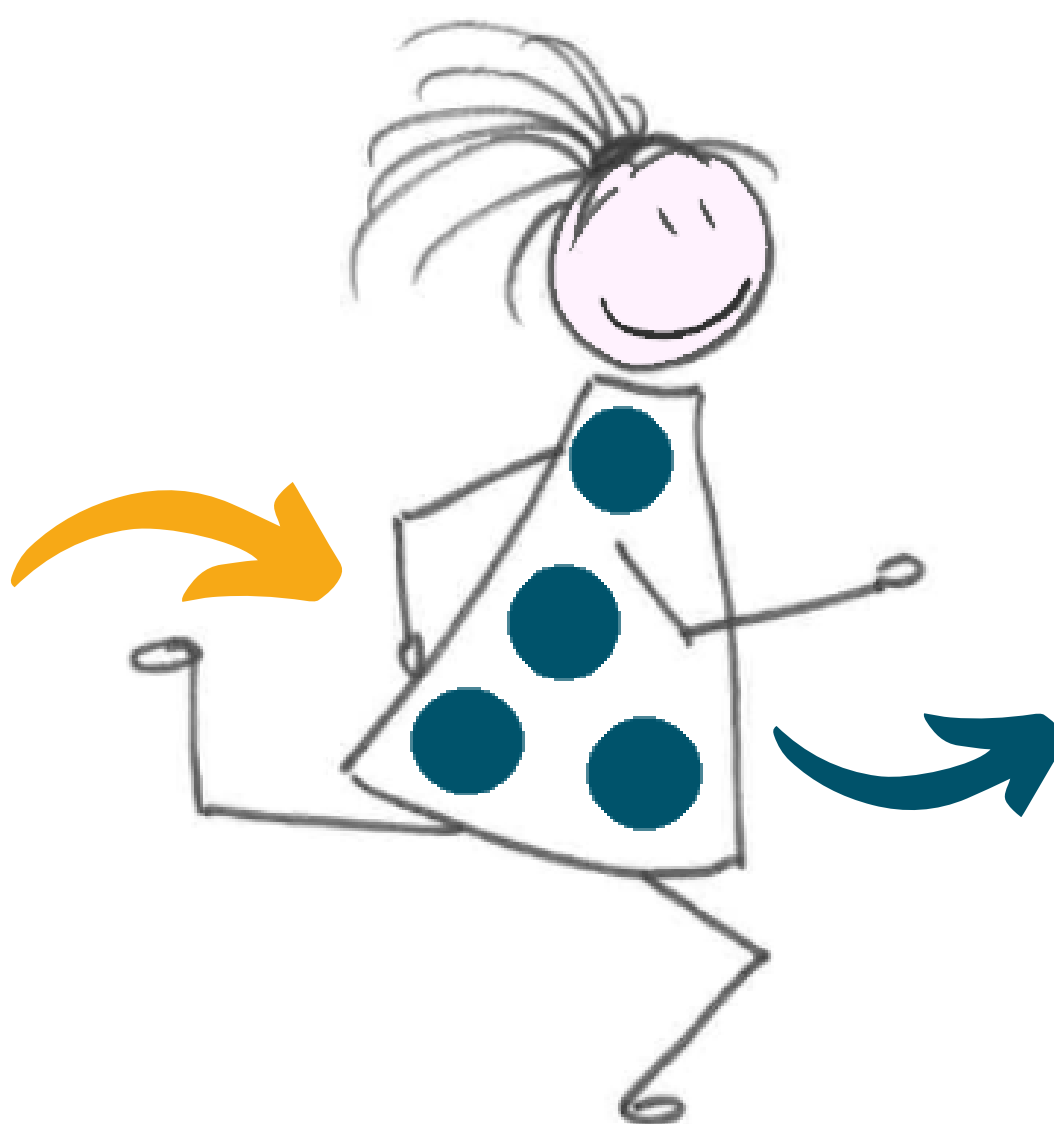
Mes difficultés :

J'ai des difficultés pour m'exprimer, lire et parfois pour vous comprendre.

En situation de stress, je peux paniquer

Je peux avoir une grande lenteur dans les gestes de la vie quotidienne
Je peux être très maladroit

Les lieux bruyants ou de passage perturbent mon attention



Vous pouvez m'aider :

En me parlant lentement

En me donnant une seule information à la fois

En me prévenant de tous changements

Je suis très visuel : expliquez moi en me montrant ou en schématisant

Des outils et moyens qui peuvent m'aider :



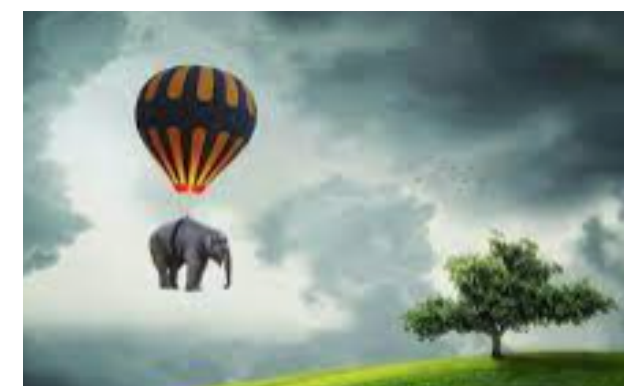
Des outils adaptés pour faciliter la compréhension



Faire la liste des tâches à effectuer



Un stylo ergonomique



S'exprimer avec des images ou pictogrammes

Le saviez-vous ?



- Le Handicap Cognitif est un handicap invisible !
- Albert Einstein était dyslexique : apprendre les langues étrangères telles que l'anglais représentait un défi épineux pour lui
- Les enfants dyspraxiques ont un imaginaire très riche.



Le Handicap Psychique



Le Handicap psychique consiste en des perturbations graves, chroniques ou durables du comportement ou de l'adaptation sociale. Elle est la conséquence d'une maladie mentale ou d'un accident.

Exemples : La bi-polarité, la dépression, l'anxiété chronique, la schizophrénie, la paranoïa.....

Mes difficultés :

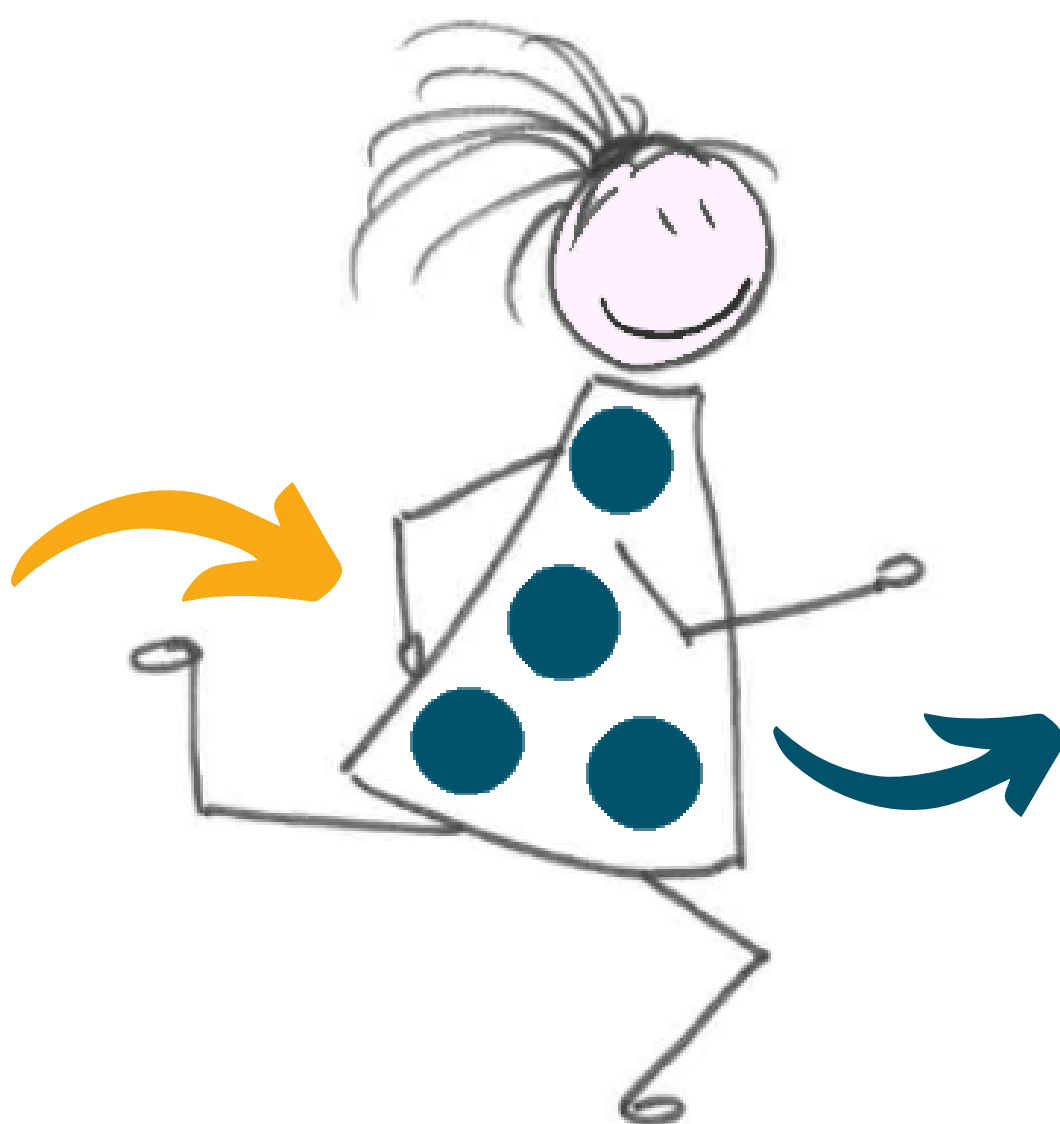
Je peux être en retrait socialement, dans un état dépressif, très angoissé ou en manque d'énergie

Je peux avoir une perception altérée de moi et de mon entourage.

J'ai des incapacités d'adaptation et d'autonomie qui rendent ma vie personnelle et sociale difficile

J'ai des pertes de mémoire, des difficultés d'attention et de concentration

Il m'est difficile d'entrer en contact avec autrui et établir des relations durables



Vous pouvez m'aider :

En restant à mon écoute et en vous exprimant calmement

En évitant les ambiguïtés, les allusions, le second degré,...

En respectant ma manière d'être, même si elle peut surprendre

En me donnant des consignes précises et en me permettant de travailler à mon rythme et dans le calme

Soyez patient et évitez l'ingérence

Des outils et moyens qui peuvent m'aider :



Des consultations avec un psychologue ou un psychiatre



Une aide médicamenteuse



Soutien, entraide, médiation, guidance

Le saviez-vous ?

- 13 millions de personnes sont concernées ! C'est un handicap qui est très souvent invisible. 1 personne sur 5 a souffert ou souffrira d'une dépression !
- Winston Churchill était un bi-polaire atypique. Ses phases sombres, alternaient avec de très longues périodes maniaques, qui le rendaient dynamique à l'extrême. Il savait insuffler une énergie incroyable à ses proches et ses contemporains





Le Handicap Mental



Le handicap mental résulte de la déficience intellectuelle, qui présente généralement un caractère irréversible. Les conséquences sont variables d'une personne à l'autre et elles peuvent évoluer favorablement par la mise en œuvre d'un accompagnement adapté.

Exemples : La trisomie 21, le syndrome X-Fragile (inactivité d'un gène), malformation cérébrale ,....

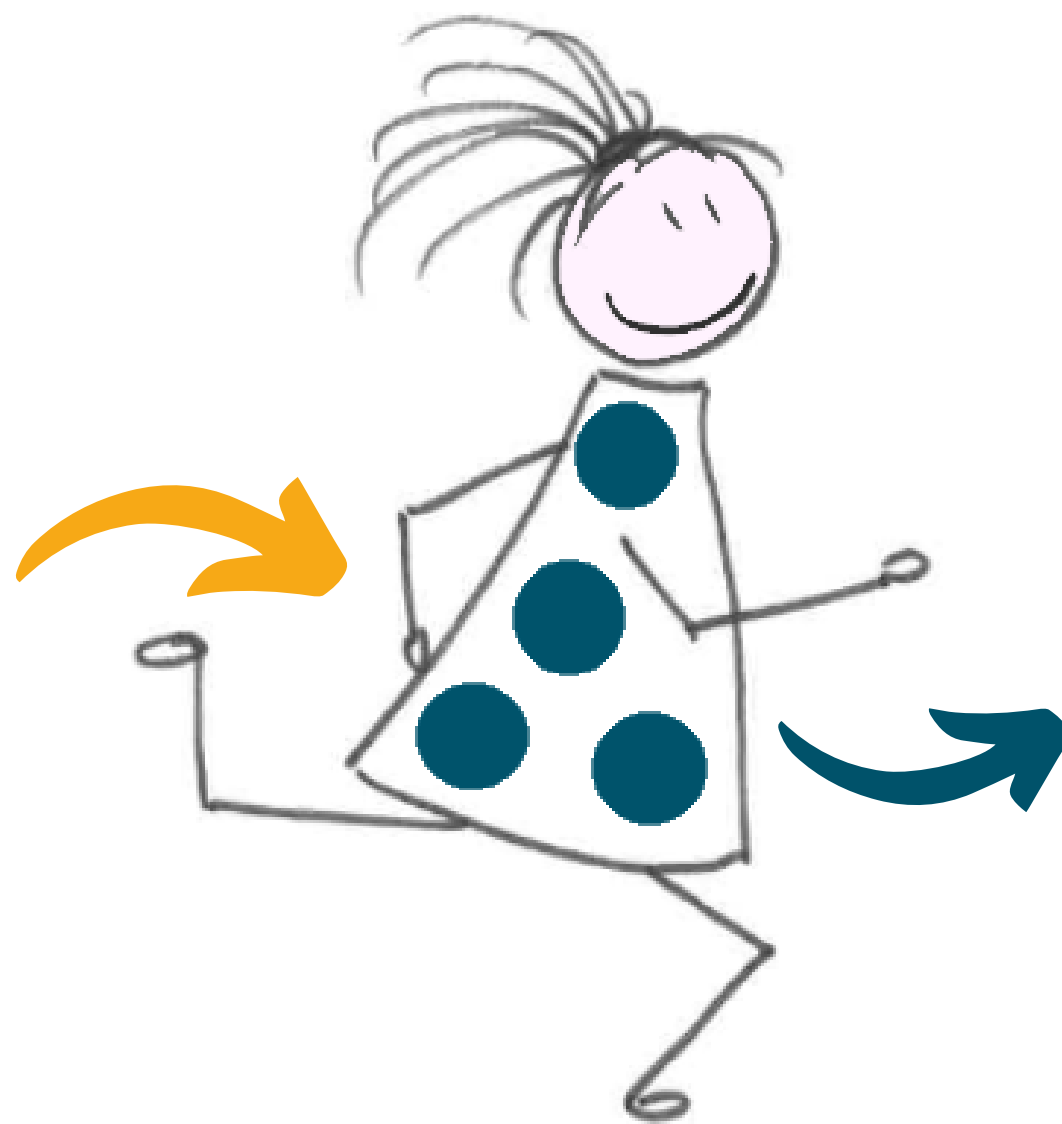
Mes difficultés :

Mes aptitudes à faire face de manière autonome au langage, écriture, lecture, aux concepts d'argent, de temps,.....sont diminuées.

Je suis limité(e) dans les habilitations sociales : relations interpersonnelles (estime de soi, crédulité) / respect des règles

Je suis limité(e) dans l'ensemble des habilités qui nous permettent de fonctionner au quotidien

Je suis limité(e) dans les habilités pratiques : soins personnels, compétences domestiques,....



Vous pouvez m'aider :

En m'accueillant chaleureusement et en restant naturel

Adressez - vous directement à moi avec des mots simples et pratiques à comprendre

Laisser moi du temps pour m'exprimer

En cas d'incompréhension ayez recours à l'image ou la gestuelle, n'hésitez pas à reformuler.

Des outils et moyens qui peuvent m'aider :



Des outils adaptés pour faciliter la compréhension



Le pictogramme S3A qui signale les lieux accessibles, accompagnement et accueil des personnes déficiente mentalement



La prise en charge au sein d'une équipe pluridisciplinaire

Le saviez-vous ?

- La personne a des capacités pour apprendre mais à un rythme plus lent !
- La trisomie 21 est la forme la plus connue de Handicap mental. Elle concerne 50 000 à 60 000 personnes en France (soit 10 à 12% des personnes handicapées mentales françaises) et touche 1 000 nouveaux nés chaque année.
- Pascal Duquenne atteint de trisomie 21 a joué dans le film : le Huitième Jour.





Les maladies invalidantes



Les maladies invalidantes regroupent un ensemble de troubles de la santé pouvant atteindre les organes internes vitaux (cœur, poumons, reins...).

Ces maladies peuvent être momentanées, permanentes ou évolutives.

Exemples : La mucoviscidose, l'insuffisance cardiaque, rénale, immunitaire, le sida, les cancers, certaines maladies rhumatoïdes, le diabète

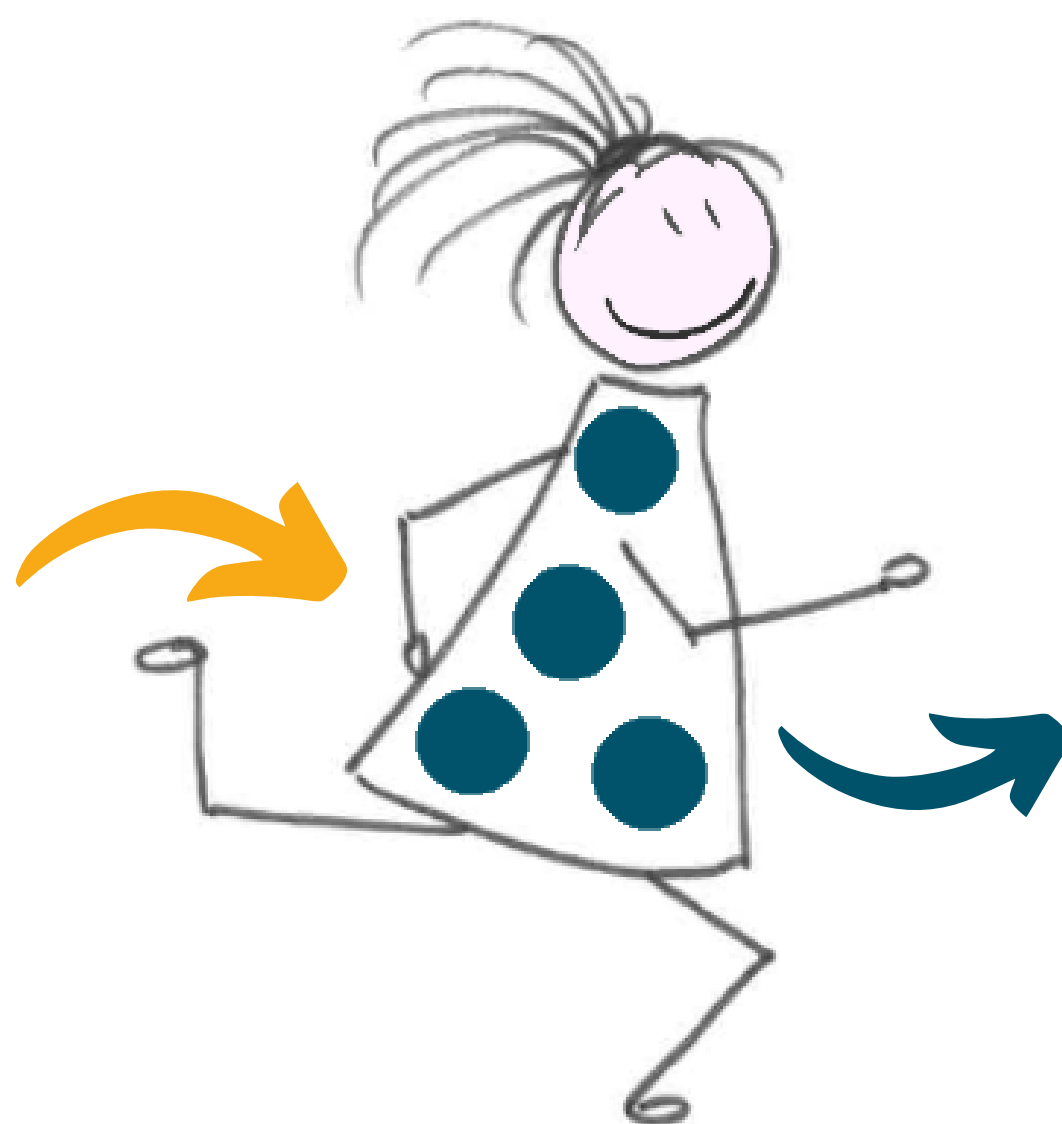
Mes difficultés :

Ma maladie peut entraîner une restriction d'activité qui peut porter sur l'activité motrice, la quantité de travail à accomplir, la durée ou l'intensité pour le réaliser.

Selon le type de maladie dont je suis atteint(e), mon état de santé se dégrade de plus en plus

Je peux être très fatigué(e) rapidement

Je peux avoir des difficultés pour me laver, prendre soin de mon corps,.....,



Vous pouvez m'aider :

En m'accompagnant dans des gestes de la vie quotidienne

En m'aidant dans les démarches administratives pour avoir des compensations selon ma maladie

Tenez compte de ma fatigabilité

Laissez moi le temps de m'exprimer même si je parle lentement

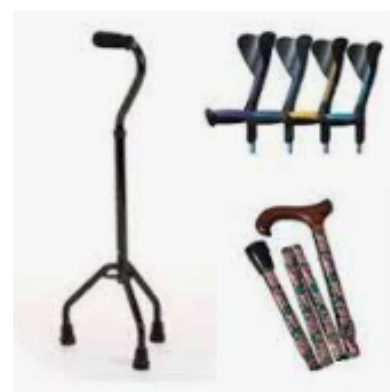
Des outils et moyens qui peuvent m'aider :



Des consultations avec un psychologue ou un psychiatre



une aide médicamenteuse



Une canne selon le type de handicap



Glucométrie digitale pour les diabétiques

Le saviez-vous ?

- Les maladies invalidantes sont très souvent un handicap invisible !
- En 2017, les maladies chroniques touchaient 10,7 millions de français
- Comme 3,5 millions de Français, Jean Reno (acteur) souffre de diabète de type 2 depuis 18 ans. Il se fait deux injections d'insuline par jour et surveille de près son alimentation
- Grégory Lemarchal atteint de mucoviscidose a gagné la star académie en 2004





Le Handicap Auditif



Le Handicap Auditif relève de la perte partielle ou totale de la capacité à entendre les sons de notre environnement. La surdité peut également s'apparenter à un dysfonctionnement de l'expression orale.

Exemple : la surdité, les acouphènes, la presbycusie, l'hyperacousie ,..... ..

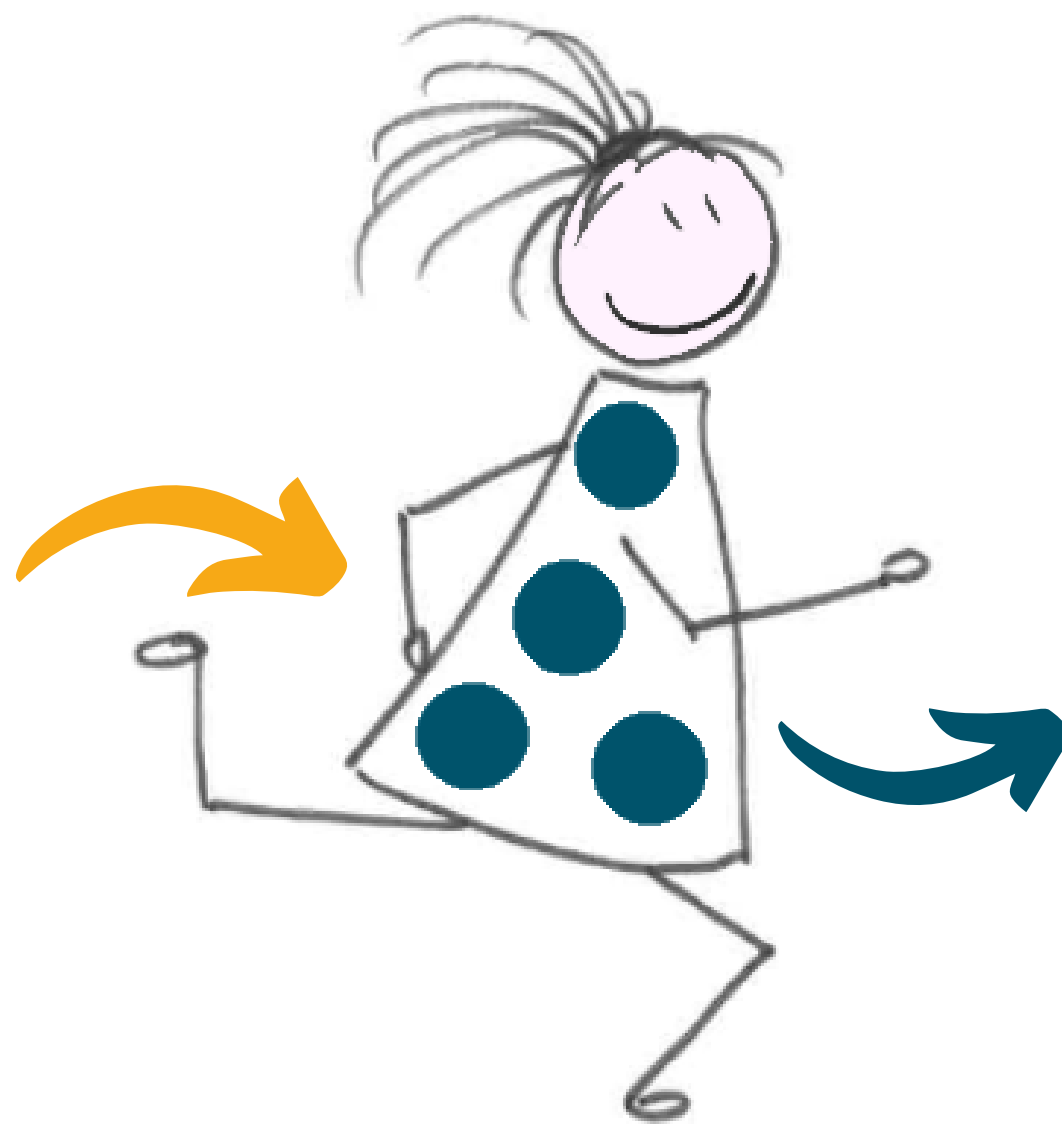
Mes difficultés :

J'ai principalement des difficultés dans le dialogue :

- distinguer les sons émis par mon interlocuteur,
- décoder sa parole complètement,
- et apporter une réponse cohérente

Je peux avoir tendance à parler fort . Je force sur la voix qui perd en émotivité

Je peux parler en empêchant mon interlocuteur de s'exprimer afin de contrôler la discussion.



Vous pouvez m'aider :

Parlez face à moi, distinctement, en adoptant un débit normal, sans exagérer l'articulation et sans crier.

Privilégiez les phrases courtes et un vocabulaire simple Vérifiez que j'ai bien compris

Si des écrans télévisés sont présents, veillez à activer le sous-titrage ainsi que l'audio-description.

Des outils et moyens qui peuvent m'aider :



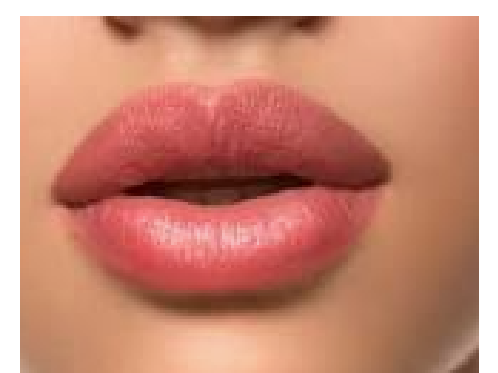
Le langage des signes



Les prothèses auditives



L'application Ava



La lecture labiale

Le saviez-vous ?

- On estime qu'à 75 ans, 75 % de la population souffre de troubles de l'audition.
- Ava est une application pour les sourds et malentendant, qui transcrit par écrit les paroles d'une personne. Elle peut être sur un smartphone ou sur un ordinateur. On peut même faire des réunions en visio conférence.
- Ludwig Van Beethoven est frappé de surdité à l'âge de 27 ans. Cela ne l'arrêta pas pour autant, Il composa tout de même de très grandes œuvres en s'aidant des vibrations telle que la 9ème symphonie en 1824.





Le Handicap Visuel



Le Handicap visuel se caractérise par une acuité visuelle réduite ne pouvant être corrigée avec de simples lunettes. Il peut se manifester de différentes façon, une vision floue, un champ rétréci ou entrecoupé, des difficultés de balayage du regard, une vision réduite en forte luminosité ou pénombre, une absence de relief ou de couleur, une cécité totale.....

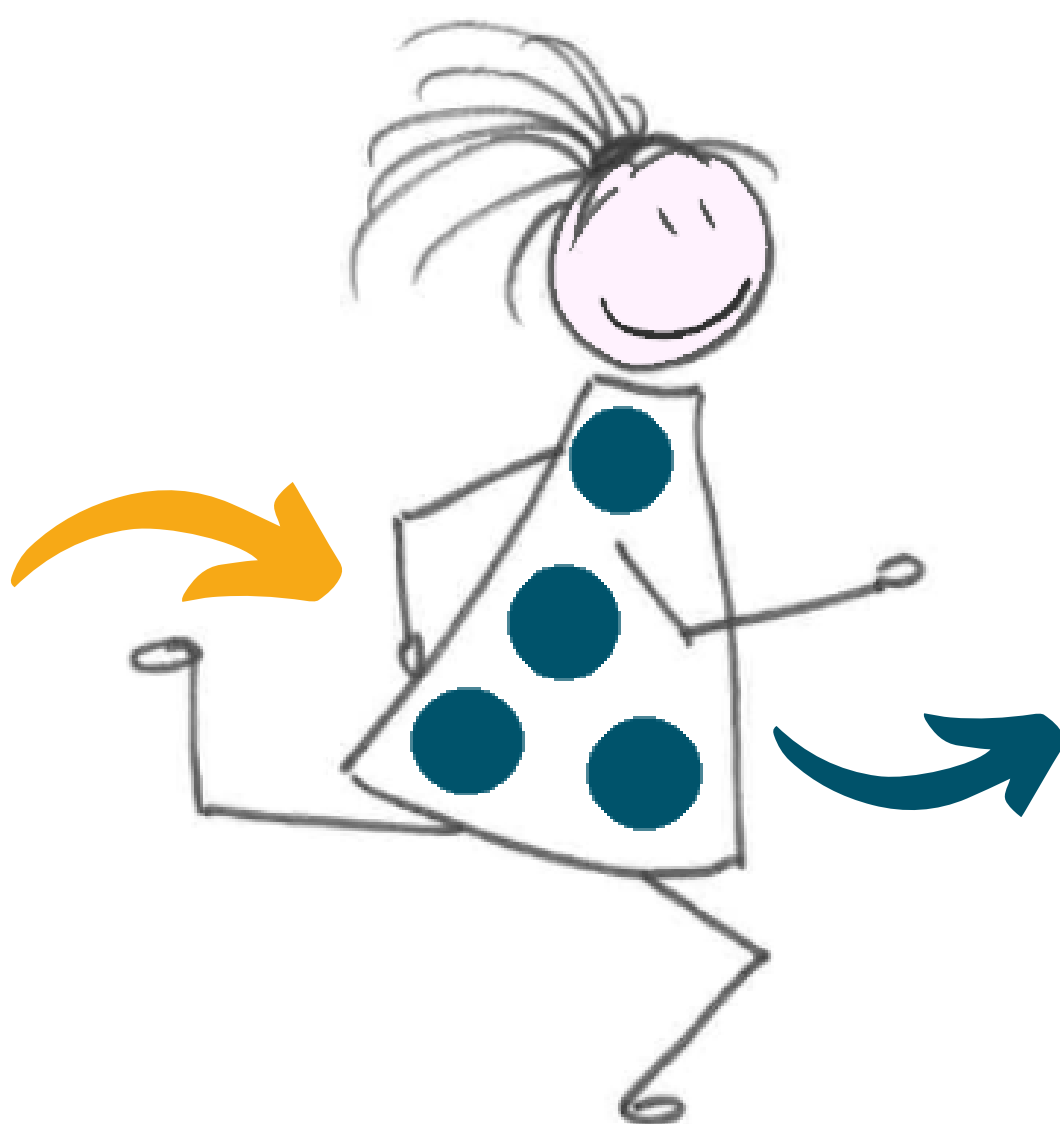
Accident, vieillissement, maladies telles que la dégénérescence maculaire (DMLA), la cataracte, le glaucome, la rétinite pigmentaire.....provoque une malvoyance ou cécité.

Mes difficultés :

Dans mes relations sociales, cela se traduit par les communications non verbales, notamment dans les réunions familiales ou amicales, les repas au restaurant.

Elles peuvent être vestimentaires (vêtements tachés ou mal coordonnés), maquillage, rasage, coiffure inappropriée, ou se couper les ongles

Dans les magasins, il y a peu de repères non visuels et les changements réguliers de rayonnage aggravent ma possibilité d'identifier les produits



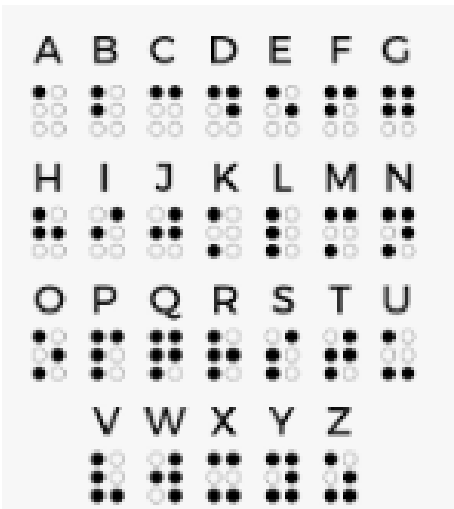
Vous pouvez m'aider :

Lorsque vous communiquez avec moi :
parlez en premier,
présentez-vous, assurez-vous que j'ai bien compris que vous vous adressez à moi, décrivez la situation, proposez votre aide mais ne l'imposez pas

Privilégiez les lieux calmes où je puisse bien distinguer les sons.

Laissez moi exécuter les tâches où je suis autonome même si cela prend plus de temps.

Des outils et moyens qui peuvent m'aider :



L'alphabet braille



Une canne blanche et/ou un chien pour aveugle



L'ordinateur avec un clavier en braille



La loupe électronique

Le saviez-vous ?

- On estime à environ 1,7 millions le nombre des personnes déficientes visuelles (soit 2,9 % de la population) en France métropolitaine .
- Parmi ces déficients visuels, 207 000 seraient aveugles ou malvoyants profonds
- Le Braille est une écriture universelle en relief, inventé en 1825 par Louis Braille.
- Helen Keller, sourde et aveugle à l'âge de deux ans, a écrit douze livres et de nombreux articles.





Le Handicap Moteur



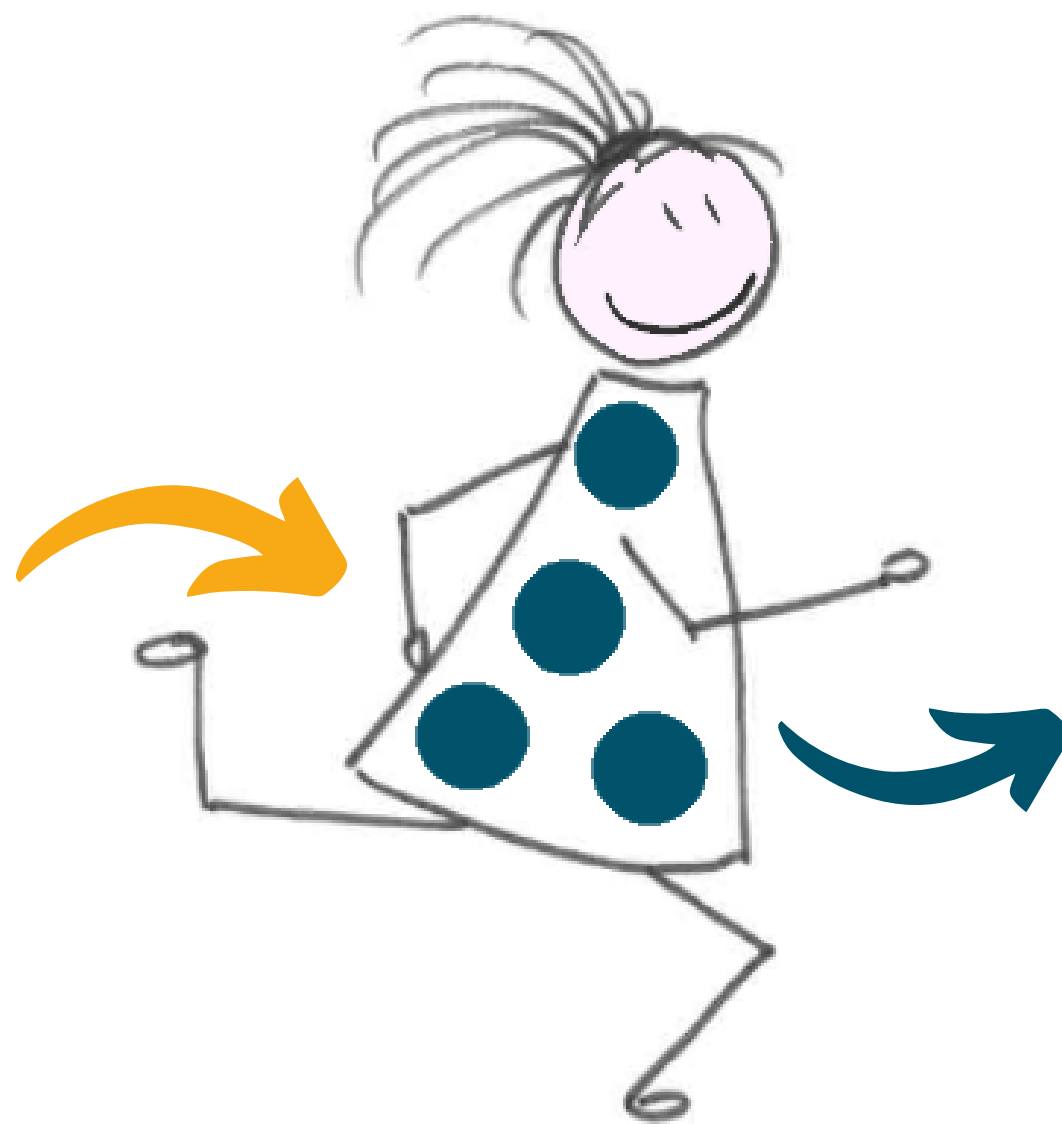
Le handicap moteur se manifeste par une aptitude limitée à se déplacer, à exécuter des tâches manuelles ou à mouvoir certaines parties du corps. De naissance ou survenant au cours de la vie, le handicap moteur peut également être la conséquence d'une maladie invalidante.

Mes difficultés :

- Me déplacer (locomotion, transfert.....)
- Changer de position : se lever, s'asseoir, s'allonger.
- Conserver une position.
- Manipuler ou effectuer certains gestes.

Communiquer : troubles de la parole, gestes et mimiques, écriture.

Les actes de la vie quotidienne deviennent difficiles à gérer. Cela peut entraîner un sentiment de culpabilité ou de dévalorisation de soi qui engendre un repli sur soi et une grande vulnérabilité.



Vous pouvez m'aider :

Proposez moi votre aide (au lieu de faire un geste à ma place qui pourrait être mal vécu) mais ne l'imposez pas.

Soyez à l'écoute
Restez patient et laissez moi m'exprimer jusqu'au bout.

Ne m'infantilisez pas.
Si je refuse votre aide, n'insistez pas.

Soyez vigilant avec les personnes qui peinent à marcher, elles peuvent facilement être déséquilibrées et tomber

Des outils et moyens qui peuvent m'aider :



Le fauteuil roulant - différentes versions pour différentes utilisations



Dans la voiture, les commandes manuelles au niveau du volant



Une aide psychologique pour parler de ses difficultés

Le saviez-vous ?

- De manière large le handicap moteur touche de 2,5 à 3 millions de personnes en France. Ce qui représente 4,5% de la population.
- Moins de 5 % des personnes touchées par un handicap moteur se déplacent en fauteuil roulant.
- Stephen William Hawking est un physicien théoricien et cosmologiste britannique. Touché à l'âge de 20 ans par une maladie invalidante il devient rapidement presque complètement paralysé. Cela ne l'a pas empêché de poursuivre ses recherches, de donner des cours et des conférences dans un amphithéâtre.

