

**Pour bien vivre dans la
collectivité**

**Guide de la
planification gérée par
la personne**



Le présent *Guide de la planification gérée par la personne* a été conçu par :

The Individualized Funding Coalition for Ontario

www.individualizedfunding.ca

Équipe de rédaction :

Charlotte Dingwall

Kristi Kemp

Barbara Fowke

Subventionné par :

Le ministère des Services sociaux et communautaires de l'Ontario

On peut obtenir des copies supplémentaires dans les sites Web suivants :

<http://www.mcass.gov.on.ca>

www.individualizedfunding.ca

Des copies de la version en langage clair sont aussi disponibles dans les mêmes sites Web

Tous droits réservés 2006



Table des matières

À propos du présent guide	4
Qu'est-ce que la planification gérée par la personne?	7
Pourquoi la planification est-elle importante?	8
Qui peut vous aider à planifier?	13
Que comprend un plan?	15
Vision	
Pour mieux vous connaître	
À propos de vos relations	
Vos dons, talents et capacités	
Comment communiquez-vous?	
Votre participation et contribution	
Vos besoins	
Objectifs	
Fixer vos objectifs	
Action	
De quels services de soutien avez-vous besoin?	23
Chacun fait-il ce qu'il devrait faire?	24
Comment allez-vous utiliser votre plan?	24
Que devez-vous inclure dans un budget?	24
Vivre dans la collectivité	25
Au sujet des relations	29
Au sujet de la collectivité	30
Au sujet de vos objectifs et des mesures à prendre	31
Où trouver d'autres renseignements pour m'aider à planifier une vie satisfaisante	32

Au lecteur

Le présent *Guide de la planification gérée par la personne*¹ a été rédigé pour aider les familles et les personnes ayant une déficience intellectuelle à planifier leur avenir. Il vise les objectifs suivants :

- faire ressortir l'importance de l'intégration communautaire;
- démontrer comment le processus de la planification gérée par la personne donne davantage de choix et de contrôle en ce qui concerne notre vie;
- offrir une orientation en période de transition;
- fournir des suggestions pratiques sur la façon de procéder.

La planification gérée par la personne place les personnes ayant une déficience intellectuelle au coeur des décisions concernant leur vie.

À propos du présent guide

Transition

Le *Guide* propose certaines étapes pour aborder la planification gérée par la personne.

Le changement peut être intéressant et stimulant pour bien des personnes. C'est particulièrement le cas lors de la transition entre la vie à l'école secondaire et la vie d'adulte. C'est au moment de quitter l'école secondaire et votre famille qu'il vous faut prendre des décisions importantes concernant votre avenir. Ces décisions comportent des choix relativement à l'éducation, à l'emploi, au bénévolat, aux relations, à la participation communautaire ainsi qu'à la participation à la vie sociale. La planification gérée par la personne est un processus continu, interactif, dynamique et axé sur la personne qui éclaire le processus de décision. Il permet de déterminer les possibilités et les compétences disponibles dans votre collectivité. Il vous aidera à vous préparer, à planifier, à fixer des objectifs et à prendre des mesures afin d'assurer le succès de votre transition à la vie d'adulte. Comprendre et entreprendre les étapes de la planification gérée par la personne représentent souvent le premier pas qui vous permettra de bien vivre dans la collectivité.

Langage

Le *Guide* évite le jargon et les étiquettes qui ont été utilisés traditionnellement pour qualifier les personnes ayant une déficience intellectuelle. On n'y trouve pas non plus de termes comme *client* ou *consommateur*. Son contenu s'adresse à « vous » en tant que personne ayant une déficience, et en tant que personne qui gère le processus de planification. Il tient cependant

compte du fait que vous pourriez avoir besoin des conseils et du soutien de votre famille ou de vos amis pour vous aider à prendre des décisions et que de nombreuses personnes souhaitent que vous ayez une vie satisfaisante au sein de votre collectivité.

À propos de la planification gérée par la personne

Nous utilisons le terme *planification gérée par la personne* tout au long du *Guide*. Certaines personnes utilisent des phrases comme « planification axée sur la personne » pour décrire un processus de planification continu qui détermine le cours de l'existence. Nous préférons le terme *gérée par la personne* parce qu'il souligne le fait que c'est vous qui contrôlez le processus. La planification gérée par la personne est un processus continu commençant par l'écoute qui permet de comprendre ce que vous souhaitez faire de votre vie. Il fait fond sur vos rêves, vos points forts et vos capacités. Il met l'accent sur l'établissement de relations ainsi que sur les façons d'accéder aux ressources communautaires qui favoriseront votre qualité de vie. Comprendre ce qui est important et savoir comment vous pouvez participer à la vie de votre collectivité sont des éléments clés du processus – par exemple, à quoi vous occuperez vos journées.

Valeurs et croyances

La planification gérée par la personne repose sur certaines valeurs et croyances, notamment :

- *l'inclusion* – chacun veut être un membre actif de sa collectivité;
- la *citoyenneté* – les droits et responsabilités, les rôles importants et le choix parmi une gamme de possibilités qui permettent à une personne d'apprendre, d'explorer et de participer;
- *l'autodétermination* – chacun veut pouvoir faire des choix et contrôler sa vie comme il l'entend;
- la *collectivité comme principale ressource* – on peut trouver en grande partie dans la collectivité ce que nous voulons dans la vie – perspectives d'emploi, bénévolat, loisirs, relations et expériences. Votre collectivité est riche en possibilités;
- la *contribution et la participation* – en mettant à profit les talents que nous possédons tous, chacune et chacun d'entre nous découvrira sa façon unique de contribuer et de participer à la collectivité.

La croyance que chaque individu a sa propre vie à vivre et le choix de la vivre comme il l'entend² est au cœur de toute orientation de la planification. Par conséquent, le plan variera selon les personnes.

Collectivité

« Être dans une collectivité » ne signifie pas seulement y vivre – nous avons aussi besoin en tant qu’être humain d’appartenir et de participer avec d’autres familles et dans d’autres quartiers, réseaux et groupes. La collectivité correspond à de nombreuses choses qui varient pour chacun d’entre nous. Le *Guide* tient compte du fait que vous souhaitez avoir dans votre vie un sentiment d’appartenance et de confort et il vous aidera à réfléchir à votre propre collectivité, à ce qu’elle a à offrir, à sa diversité et à la place que vous y occupez. Il vous aidera aussi à déterminer comment mettre à profit vos dons et vos talents pour contribuer à la vie communautaire et comment planifier vos journées de façon à donner un sens à votre vie. Le *Guide* vous encourage à devenir un membre actif de votre collectivité. Il s’agit d’un principe sur lequel s’appuie la planification gérée par la personne.

Un plan géré par la personne vous concerne et concerne votre vie, maintenant et à l'avenir. Il permet aux autres de savoir ce que vous voulez et ce dont vous avez besoin, comment vous voulez agir et de qui vous voulez être aidé. Les plans gérés par la personne peuvent être courts ou longs et comprendre des images ou des mots, ou les deux.

Vous pouvez l'établir vous-même ou avec l'aide de quelqu'un. Le choix vous appartient puisque vous êtes le point de départ du plan.



Qu'est-ce que la planification gérée par la personne?

La planification gérée par la personne est un processus continu qui vous aide à penser à l'avenir. Lorsqu'une personne a besoin du soutien de sa famille, de ses amis et de sa collectivité pour pouvoir vivre comme elle l'entend, la planification en vue des jours et des années à venir est particulièrement importante.

Il existe certaines mesures que vous pouvez prendre avec l'aide de votre famille et de vos amis pour déterminer vos désirs et vos besoins. La planification gérée par la personne n'est pas un concept particulièrement nouveau et vous n'aurez pas de difficulté à la réaliser. Elle appuie les choix que vous faites concernant votre vie, par exemple :

- comment vous passez chaque journée;
- avec qui vous passez votre temps;
- où vous vivez;
- quels sont vos rêves et vos attentes pour l'avenir.

—————
«Être incapable de parler ne
signifie pas qu'on a rien à dire»

T-shirt de Julien.

—————

On trouve dans un plan des réponses à de nombreuses questions. Les plans se fondent sur les antécédents des personnes et sur leurs capacités et expériences *actuelles* pour créer un avenir. La planification gérée par la personne nous met tous au défi de bâtir une vie à titre de citoyen de notre collectivité.

Communication

Il est difficile pour certaines personnes d'exprimer ce qu'elles désirent avec des mots. Mais lorsque les gens en qui vous avez confiance et que vous aimez vous écoutent attentivement et prennent le temps de comprendre ce que vous voulez, vous pouvez faire connaître vos décisions. Vous pourriez avoir besoin de l'aide de votre famille ou de vos amis pour communiquer ce que vous désirez. Parfois, ces personnes comptent sur ce qu'elles savent à votre sujet, sur leur intuition et leur capacité d'analyser votre comportement pour interpréter ce que vous dites. Tous les gens communiquent de façon différente et chacun a besoin d'un environnement positif pour prendre de bonnes décisions.



Pourquoi la planification est-elle importante?

La planification donne une orientation et un sens à la vie. Sans planification, la vie peut prendre un tournant inattendu. Comme dit le proverbe, si vous ne savez pas où vous allez, vous n'y arriverez jamais. C'est particulièrement vrai en période de transition, par exemple lorsque vous quittez l'école secondaire. C'est à ce moment que le processus de planification vous permettra d'augmenter le nombre d'options possibles.

« Nous planifions tous quelque chose. Avoir un projet est la seule façon de vivre comme on l'entend. »

Louise S.

Nous avons tous des talents à offrir et des contributions à faire. La planification vous aidera à trouver la meilleure façon de mettre à profit ces talents. Il est logique d'être déterminé lorsqu'il s'agit de planifier ce que vous ferez, comment vous le ferez et l'aide dont vous aurez besoin d'autres personnes pour pouvoir bâtir un avenir et vous assurer d'avoir une vie satisfaisante dans la collectivité.

La signification de ce qu'est une bonne qualité de vie varie selon les personnes. Bien vivre veut souvent dire avoir des relations amicales, familiales et amoureuses, sortir et s'amuser et avoir la possibilité d'expérimenter beaucoup de nouvelles choses. La qualité de vie peut se traduire par des activités de bénévolat, un emploi ou une journée constructive où vous avez fait valoir vos talents personnels. La planification contribuera à accroître vos choix et le contrôle que vous exercez sur tous les aspects de votre vie.

Voici d'autres raisons pourquoi il est important et avantageux de planifier³ :



Les choses changent

Les changements qui surviennent dans la vie, comme lorsque vous quittez l'école ou la maison familiale, peuvent parfois être bouleversants.

C'est très probablement le moment où vous avez besoin du soutien d'autres personnes pour vous adapter à de nouvelles situations.

Pour s'assurer que ces changements soient positifs et significatifs, il importe d'avoir un plan qui donne un aperçu de l'avenir.



Autodétermination

Nous voulons tous avoir la possibilité de faire des choix et de contrôler notre vie.

Votre famille ou vos amis peuvent parfois vous aider à faire ces choix en vous faisant réfléchir à ce que vous désirez ou avez besoin, à ce qui vous passionne et vous intéresse et à ce qui vous tient vraiment à cœur.

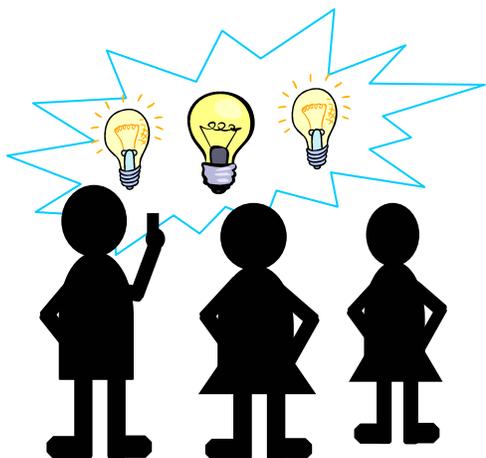


Bâtir un avenir

Lorsque vous n'êtes pas certain de votre avenir, c'est le bon moment de planifier.

La planification peut vous faire entrevoir des possibilités d'avenir. Elle peut aussi vous montrer comment apporter des changements.

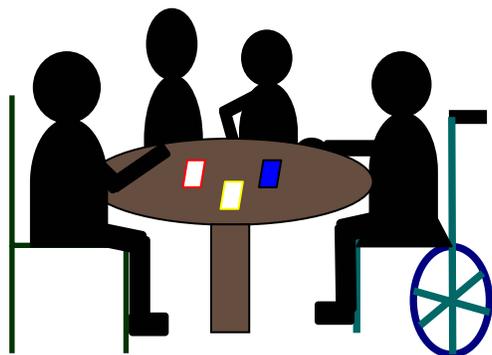
La planification mène à l'action.



Évaluer les possibilités

La planification vous aide à évaluer les possibilités. Elle vous fait voir les choses d'un oeil différent. Lorsque vous planifiez et évaluez avec d'autres, vous bénéficiez de diverses idées sur la façon de bâtir un avenir.

La planification favorise le remue-méninges, le partage des idées et la créativité.



Jouer d'une vie familiale meilleure

La planification peut aider les familles à améliorer leur vie. Elle vous aide ainsi que votre famille à définir ce qui importe et ce qui vous tient à coeur. De cette façon, chacun collabore pour le bien-être de tous.

La planification contribue à renforcer les familles.

Les choses changent



Les changements qui surviennent dans la vie, comme lorsque vous quittez l'école ou la maison familiale, peuvent parfois être bouleversants.

C'est très probablement le moment où vous aurez besoin du soutien d'autres personnes pour vous adapter à de nouvelles situations.

Pour s'assurer que ces changements soient positifs et significatifs, il importe d'avoir un plan qui donne un aperçu de l'avenir.

Résoudre les problèmes



Le processus de planification peut vous aider à parler de situations qui pourraient être difficiles dans votre vie.

Il est plus facile de résoudre les problèmes si vous les partagez avec d'autres personnes qui sont en mesure de vous aider.

La planification vous aide à déterminer comment obtenir ce que vous voulez et à surmonter les obstacles qui pourraient ralentir ou empêcher votre démarche.



Établir des relations

La planification vous aide à réfléchir à vos relations et à trouver comment ces relations peuvent vous donner le sentiment d'être en sécurité et aimé.

Elle vous permet d'inviter vos amis, votre famille et des membres de la collectivité à jouer un rôle dans votre vie.



Orienter le soutien

La planification vous aide à orienter les personnes qui vous fournissent un soutien. Elle leur permet de faire un bon travail et de comprendre vos besoins et vous permet d'atteindre vos objectifs.

La planification aide les autres à vous aider.

Certaines règles concernant la planification gérée par la personne

Le processus de planification vous concerne. Vous devez faire l'objet de toutes les discussions. Il est utile d'avoir certaines lignes de conduite ou règles de base à propos du processus de planification gérée par la personne. Vous pourriez demander à votre famille, à vos amis et à l'animatrice ou l'animateur de tenir compte des points suivants :

- Utiliser un langage respectueux que tout le monde peut comprendre
- Ne pas précipiter le processus – prendre tout le temps nécessaire
- Être créatif – se rappeler que la collectivité est une ressource formidable
- Ne pas oublier que la valeur d'un plan n'a d'égal que la qualité de l'action
- Préserver la confidentialité des renseignements



Qui peut vous aider à planifier?

La majorité des gens trouvent qu'il peut être très utile d'inviter d'autres personnes à les aider à planifier. Ils bénéficient ainsi de points de vue différents.

Vous

Vous êtes le point de départ de toute planification. Vous administrerez le processus de planification, souvent avec l'aide de votre famille et de vos amis. Puisqu'il s'agit de votre vie, ce plan est le vôtre.

Membres de la famille

Les membres de votre famille sont tout indiqués pour participer au processus de planification parce qu'ils se préoccupent de vous et qu'ils vous connaissent bien. Il peut s'agir de votre mère, de votre père, de vos grands-parents, d'une sœur, d'un frère, d'une cousine, d'un cousin ou de membres de votre belle-famille.

Réseaux et cercles de soutien

Les personnes ayant une déficience ont parfois un *réseau de soutien* ou un *cercle de soutien*⁴ composé de personnes qui leur sont très attachées et qui se préoccupent de leur avenir. Les membres suivants de votre collectivité pourraient participer aux réseaux ou cercles de soutien :

- vos amis
- des amis de votre famille
- des voisins
- des membres de votre groupe confessionnel ou de votre église
- des gens de votre âge

Avoir un réseau ou un cercle de soutien signifie simplement que vous pouvez compter sur certaines personnes (amis ou famille) qui vous rencontreront pour discuter de ce que vous voulez et comment l'obtenir. L'établissement d'un réseau de soutien est une étape importante du processus de planification. Le fait d'avoir des personnes qui vous appuient peut vous rassurer à propos de l'avenir. Par nature, les relations signifient que plus vous aurez d'amis ou de membres de votre famille qui participent à votre vie, plus vous vous sentirez en sécurité dans la collectivité et plus il y aura de personnes qui veilleront sur vous. Les relations



Nous avons tous notre façon d'associer les autres aux décisions que nous prenons. Certaines sont officielles, d'autres ne le sont pas. Ce qui importe, c'est d'avoir des personnes sur qui compter.

Chantal



Pour bien vivre dans la collectivité : Guide de la planification gérée par la personne signifient aussi que vous aurez davantage de contacts avec d'autres membres de la collectivité et que vous vous sentirez moins seul.

D'autres personnes

Il peut y avoir dans votre vie des personnes qui possèdent des renseignements qui pourraient être utiles au processus de planification, par exemple des enseignantes ou enseignants, des éducatrices adjointes ou éducateurs adjoints, ou des travailleuses ou travailleurs de soutien. Ces personnes ne jouent pas un rôle de décideur dans votre vie, mais elles doivent vous transmettre des renseignements qui pourraient vous aider dans vos prises de décision, ou vous orienter vers d'autres qui vous aideront à atteindre vos objectifs.

Animatrices ou animateurs

Dans de nombreuses collectivités de l'Ontario, il existe des communicateurs qualifiés dont le travail consiste à aider des gens à planifier leur avenir. Ces personnes travaillent de façon indépendante des fournisseurs de services locaux (c.-à-d., qu'elles ne sont pas à l'emploi d'organismes qui fournissent des services comme des foyers de groupe ou des programmes de jour) et elles ont une expérience du travail auprès de personnes ayant une déficience et de leur famille. On appelle ces personnes des *animateurs indépendants*.

Un animateur indépendant est une personne « neutre » qui peut vous aider à planifier votre avenir. Bien que vos proches puissent remplir les fonctions d'animateur, l'animateur indépendant s'engage à vous appuyer afin d'assurer que le processus d'application contiennent des données permettant de bâtir un avenir dans le collectivité.

L'animatrice ou l'animateur travaille directement avec vous et votre famille. Voici certaines des fonctions de cette personne :

- Apprendre à bien vous connaître
- Réunir des personnes (peut même se charger de solliciter leur participation)
- Partager des renseignements sur les ressources dans votre collectivité
- Établir des réseaux et des relations
- Faire fond sur vos points forts, vos capacités et vos aptitudes pour créer un plan qui vous procurera une bonne qualité de vie

Qualités d'un animateur indépendant

- Écoutant attentif
- Créatif
- Bon résolveur de problèmes
- Souple
- Digne de foi
- Respectueux
- Honnête
- Fiable
- Informé
- Curieux
- Travaille bien avec différentes personnes
- Mets en doute les idées statiques
- Accueillant
- Vous respecte en tant que décideur (avec l'aide de votre famille)
- Sait qu'il travaille pour vous et avec vous

- S'assurer que le processus de planification tienne compte de vos opinions
- Veiller à ce que votre famille et vos amis aient aussi voix au chapitre durant le processus de planification
- Poser des questions qui vous aideront à explorer de nombreuses possibilités
- Écouter vos nombreuses différentes façons de communiquer
- Créer un dossier écrit ou visuel du plan
- S'assurer que le processus comprendra un plan d'action clair
- Vous aider à faire en sorte que les gens fassent ce qu'ils ont dit qu'ils feraient⁵



Que comprend un plan?

Parfois, les gens utilisent certains outils pour les aider dans leur plan géré par la personne. Vous trouverez des renseignements sur certains de ces outils au verso du *Guide*. Le processus de planification réunit des renseignements et analyse les possibilités. Les conversations que vous aurez pourraient vous être utiles pour passer de la théorie à la pratique en vue de vous assurer une bonne qualité de vie. Certains des sujets de réflexion dans le cadre d'un processus de planification sont décrits ci-après.

Vision

Une vision est souvent considérée comme l'étape du rêve d'un processus de planification. Si vous aviez tout ce dont vous avez besoin, comment serait votre vie? En créant une vision de votre vie, il importe de ne pas rester accroché à la façon de réaliser votre rêve. Une vision ou un rêve renferme des valeurs et ce qui importera dans un avenir éloigné. Votre vision est l'expression de vos intérêts et de ce qui vous importe réellement. Elle correspond à ce que vous êtes et à ce que vous désirez devenir. Le rêve est un élément essentiel pour créer une vie satisfaisante.⁶



*« Je veux me réveiller et
avoir une bonne journée
devant moi, chaque jour! »*

Richard



Passer de la théorie à la pratique

En élaborant une vision, vous pourriez réfléchir à ce qui suit ...

À quoi correspond pour vous une bonne qualité de vie?

Quelles sont les choses que vous voulez éviter ? (craintes)

Où en êtes-vous présentement dans votre vie et où désirez-vous être plus tard?

Pour mieux vous connaître

Le plan comprend des renseignements sur qui vous êtes. Il reflète votre personnalité, votre mode de vie, vos antécédents culturels et vos intérêts.

- Fêtes ou traditions importantes
- Histoire
- Rythme de vie
- Choses préférées
- Ce que vous aimez
- Ce que vous détestez
- Routines importantes
- Qualités
- Santé
- Talents et but dans la vie
- Vulnérabilités particulières

Passer de la théorie à la pratique

Dans le cadre de la section « Pour mieux vous connaître », vous pourriez réfléchir à ce qui suit...

- Qu'est-ce qui est important concernant toutes les choses énumérées?
- Quels éléments de la liste voulez-vous que les autres retiennent en vous aidant à vous créer une vie satisfaisante?
- Comment est votre vie maintenant?
- Quels sont les aspects de votre vie que vous valorisez et comment utiliserez-vous ces renseignements pour bâtir votre avenir?

À propos de vos relations

Un plan comprend aussi les personnes avec qui vous partagez votre vie présentement. Nous avons tous besoin de relations. Le processus de planification permettra aux personnes qui vous connaissent de vous aider à utiliser vos talents de la meilleure façon possible. Vous constaterez sans doute que la planification peut vous aider à penser à vos relations, à augmenter le nombre de vos relations et à renforcer celles que vous avez déjà. Il est bon de savoir sur qui on peut compter dans les bons moments de notre vie comme dans les moins bons. Penser à vos relations est une bonne façon de découvrir

« Ce sera bientôt l'anniversaire de Lise. En tant que membres de sa famille et amis, nous l'aiderons à inviter ses voisins à une partie ouverte. Ce sera un bon moment pour apprendre à nous connaître et à nous comprendre les uns et les autres. »

Marilyne

Pour bien vivre dans la collectivité : Guide de la planification gérée par la personne
les personnes que vous aimeriez mieux connaître et celles avec qui vous aimeriez passer du temps, par exemple :

- les nouvelles relations (où et comment puis-je rencontrer plus de monde?)
- les anciennes relations (qui sont les personnes de mon passé que j'aimerais revoir ou voir plus souvent?)
- les amis (qui sont ceux que je connais déjà et ceux avec qui j'aimerais passer plus de temps?)
- les gens que j'aimerais mieux connaître (qui sont les gens dans ma vie que j'aimerais mieux connaître?)
- ma famille (comment garder contact avec les membres de ma famille immédiate et élargie?)
- mes connaissances (comment accroître mes contacts sociaux avec les autres?)
- collègue de travail ou de bénévolat (comment participer davantage sur le plan social avec mes collègues de travail ou de bénévolat?)
- mes voisins (comment me rapprocher de mes voisins et apprendre à mieux les connaître?)

Passer de la théorie à la pratique

Dans le cadre de l'établissement des relations, vous pourriez réfléchir à ce qui suit ...

- Quelles relations voulez-vous entretenir et approfondir?
- Qu'est-ce qui contribuerait maintenant à renforcer vos relations actuelles?
- Compte tenu de votre vision, pensez aux personnes qui pourraient comprendre vos désirs et comment vous pourriez entrer en contact avec elles.
- De quel soutien avez-vous besoins pour établir plus de relations dans votre vie?
- Par où allez-vous commencer?

Vos dons, talents et capacités

Le plan comprend des renseignements qui définissent et renforcent vos aspects positifs, notamment :

- vos qualités exceptionnelles
- vos points forts
- les domaines dans lesquels vous excellez - talents
- ce que vous apportez aux autres - vos contributions
- la façon dont vous vous comportez avec les autres - vos dons particuliers
- les choses que vous aimeriez expérimenter
- ce qui est formidable à votre sujet
- les choses pour lesquelles les autres comptent sur vous
- les choses que vous aimez faire

—————

« Jacques manifeste une curiosité et un intérêt considérables concernant l'architecture. L'autisme fait en sorte qu'il est difficile de comprendre son langage. Je savais qu'un architecte comprendrait la fascination de Jacques pour les immeubles. J'ai présenté Jacques à un architecte de la localité qui a accepté avec plaisir de passer quelques heures par mois avec lui. »

Sunita

—————

Passer de la théorie à la pratique

En vue de tirer parti de vos dons et de vos talents, vous pourriez réfléchir à ce qui suit ...

- Qui sont les personnes et quels sont les endroits dans votre collectivité qui apprécieraient la valeur des dons, talents et capacités que vous avez?
- Quelles personnes ont réellement besoin de votre aide pour faire ce qu'elles font?
- Qu'est-ce que vous et d'autres personnes devez faire pour que ce soit possible? (présentations, échange de renseignements, CV)

Comment communiquez-vous?

Il importe que les autres comprennent votre façon de communiquer vos décisions concernant ce que vous voulez et ce dont vous avez besoin. Il importe aussi que vous sachiez que les autres comprennent votre façon de communiquer les choix que vous faites dans votre vie. Vous aimeriez peut-être que les personnes qui vous soutiennent pensent à des façons d'améliorer cette compréhension. Vous utilisez peut-être ou non des mots, mais d'une façon ou d'une autre, les personnes qui vous écoutent attentivement seront en mesure de vous comprendre.

Votre participation et contribution

Connaître et étudier à fond votre collectivité est une bonne façon de découvrir des possibilités. Un plan décrit les activités auxquelles vous participez maintenant dans votre collectivité et celles auxquelles vous pourriez participer à l'avenir. La planification gérée par la personne est une façon de lancer des idées, d'analyser et d'intensifier les rôles que vous jouez déjà et ceux que vous aimeriez jouer dans votre collectivité.

Le plan comprendrait les endroits :

- que vous fréquentez maintenant régulièrement;
- où vous pourriez apprendre;
- où vous pourriez faire du bénévolat;
- où vous pourriez travailler;
- dont vous pourriez devenir membre;
- qui sont à proximité dans votre quartier;
- qui vous procurent un sentiment d'appartenance.

Passer de la théorie à la pratique

En planifiant votre participation et votre contribution, vous pourriez réfléchir à ce qui suit ...

- communauté – quels endroits de la collectivité fréquentez-vous?
- apprendre – quelles sont les choses que vous avez besoin d'apprendre ou que vous aimeriez apprendre et comment le faire?
- travail ou bénévolat – qui pourrait utiliser vos talents, ou avec qui pourriez-vous les partager?
- quartier - comment pourriez-vous être plus actif dans votre quartier?
- affiliation - à quel club ou organisme aimeriez-vous adhérer dans votre collectivité?
- travail - quels sont les endroits où vous aimeriez travailler dans votre collectivité?
- activités – à quel genre d'activités aimeriez-vous participer?

Vos besoins

Le plan comprend des renseignements sur ce qu'il vous faut pour vous créer une vie satisfaisante dans la collectivité. Vous aurez des besoins qui vous seront particuliers. En voici quelques exemples :

- routines quotidiennes
- santé
- services de transport
- expérience
- sûreté et sécurité
- apprentissage et formation
- encadrement
- relations
- soutien
- compétences

« C'est souvent au cours du processus de planification que beaucoup de personnes déterminent exactement leurs besoins et comment y répondre. Lorsque la personne est claire concernant le soutien dont elle a besoin pour entreprendre sa journée, cela facilite la tâche de tout le monde. »

Berthe

Passer de la théorie à la pratique

En évaluant vos besoins, vous voudrez peut-être ...

- réfléchir comment définir vos besoins par rapport à votre vision et à vos objectifs
- déterminer les services nécessaires pour répondre à vos besoins
- définir les obstacles à la vie que vous désirez avoir
- contribuer à créer une action affirmative

Objectifs

Se fixer des objectifs est une façon de changer ses rêves, ses espérances et ses désirs en réalité. Vous commencerez à réfléchir à la façon que vous accomplirez les choses que vous voulez dans votre vie puis, vous déterminerez ce que vous voulez entreprendre aujourd'hui et ce que vous ferez à l'avenir. Vous commencerez à définir les personnes qui peuvent vous aider, les façons de surmonter les obstacles et ce que vous espérez réaliser (résultats).

Passer de la théorie à la pratique

En élaborant vos objectifs, vous pourriez réfléchir à ce qui suit ...

- Avec qui voulez-vous partager votre temps et où?
- Comment mettre à profit vos dons et vos talents?
- Quels rôles pourriez-vous jouer dans la collectivité (par ex., employé, bénévole, membre d'un club ou d'un groupe, etc.)
- Quelles expériences aimeriez-vous acquérir?
- Qui a besoin de vous, de vos compétences et de vos capacités?
- Que vous reste-t-il à apprendre?
- À quoi occuperez-vous vos journées, vos soirées et vos fins de semaine?

Fixer vos objectifs

Soyez aussi précis et réaliste que possible concernant ce que vous voulez accomplir. Il est préférable de commencer par seulement quelques objectifs. À mesure que vous les réaliserez, vous pourrez en ajouter d'autres. Il n'est pas nécessaire d'avoir un nombre déterminé d'objectifs. Le nombre approprié d'objectifs sera celui auquel vous croyez pouvoir faire face.

Dans les tableaux suivants, on a donné un sens plus précis à des objectifs généraux par des exemples d'objectifs qu'une personne voudrait réellement atteindre, de personnes qui pourraient l'aider ainsi que de délais de réalisation.

Exemples d'objectifs généraux	Exemples d'objectifs précis pour Jean et établis par Jean et son réseau	Qui fera quoi et quand
Trouver une façon de gagner de l'argent (3/4 du temps)	<ul style="list-style-type: none"> • Communiquer avec une personne préposée au programme local de soutien à l'emploi • Rédiger et distribuer des CV partout en ville • Faire du bénévolat à la bibliothèque 	<ul style="list-style-type: none"> • Julie - 20 juillet • Julie - 20 juillet • Travailleur de soutien - immédiatement
Continuer à apprendre de nouvelles choses	<ul style="list-style-type: none"> • Aller à la bibliothèque 3 fois par semaine pour lire le journal et des magazines de sports • Assister à un atelier de menuiserie • Suivre un cours d'alphabétisation ou de calcul 	<ul style="list-style-type: none"> • Oncle Léo - septembre • Joseph - prochain semestre • Travailleur de soutien - immédiatement

Exemples d'objectifs généraux	Exemples d'objectifs précis pour Suzanne et établis par Suzanne et son réseau	Qui fera quoi et quand
Prendre part quotidiennement à des activités domestiques	<ul style="list-style-type: none"> • Faire quotidiennement des travaux ménagers • Ramasser le courrier chaque jour 	<ul style="list-style-type: none"> • Maman et papa - août • Travailleur de soutien - immédiatement
Prendre part à la vie de mon quartier	<ul style="list-style-type: none"> • Prendre le temps de m'arrêter et de parler avec mes voisins lorsque je les rencontre • Me porter volontaire aux activités de la collectivité locale (p. ex., marathon de marche, collecte d'aliments en conserve, etc.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Tout le monde - immédiatement • Travailleur de soutien - immédiatement

Exemples d'objectifs généraux	Exemples d'objectifs précis pour Lionel et établis par Lionel et son réseau	Qui fera quoi et quand
Organiser une journée qui sera significative pour moi	<ul style="list-style-type: none"> • Avoir la possibilité de connaître de nombreuses choses différentes dans ma collectivité (découvrir d'autres choses que j'aime et que je déteste) 	<ul style="list-style-type: none"> • Tout le monde – immédiatement
Obtenir de l'aide pour rester en santé	<ul style="list-style-type: none"> • Commencer à consommer des aliments sains • Voir le médecin régulièrement • M'inscrire à un programme de conditionnement physique au YMCA (me présenter à quelqu'un qui participerait avec moi) 	<ul style="list-style-type: none"> • Ma décision, toujours • Maman – chaque année • Travailleur de soutien – septembre (3 fois)
Être en sécurité	<ul style="list-style-type: none"> • Acheter un cellulaire avec des numéros d'urgence et numérotation rapide (ou un téléavertisseur) • M'exercer à dire non 	<ul style="list-style-type: none"> • Papa – immédiatement • Avec tout le monde

Action

C'est en précisant les choses que vous voulez faire qu'un plan mènera à l'action. Le processus de planification comprend toujours une activité qui concerne :

- ce qui va arriver;
- comment cela va arriver;
- qui fera en sorte que cela arrive;
- quand cela va arriver.

Les processus de planification gérée par la personne MÈNE TOUJOURS À L'ACTION.

—————

J'ai commencé à aller à la bibliothèque avec mon oncle Léo en septembre. Au début, nous restions assis tout seuls à regarder les livres. Puis, oncle Léo a invité un homme âgé qui était toujours là à se joindre à nous. Maintenant, j'ai hâte d'aller à la bibliothèque avec mon oncle Léo. Nous nous assoyons toujours avec Ken pour lire. Ensuite, nous allons ensemble boire un café après avoir regarder des livres.

Jean

—————



De quels services de soutien avez-vous besoin?

Vous constaterez que vous pourrez réaliser certaines activités vous-même, ou avec l'aide de votre famille et de vos amis. Il peut y avoir des activités pour lesquelles vous aurez besoin de fonds (par ex., l'aide d'une personne ou de services rémunérés). Votre plan indiquera le genre de services de soutien rémunérés et non rémunérés ainsi que le nombre d'heures dont vous aurez besoin pour organiser une journée significative.

Dans l'exemple ci-après, nous avons pris un des objectifs de Jean et nous l'avons réparti selon les activités nécessaires pour lui permettre d'atteindre cet objectif. Jean a recours à l'aide non formelle de ses amis et de sa famille ainsi qu'aux services de soutien rémunérés de travailleurs pour atteindre son objectif.

Appuyer l'objectif financier de Jean

Objectif général : Trouver une façon de gagner de l'argent (3/4 du temps)

Objectifs précis : • communiquer avec une personne préposée au programme de soutien de l'emploi
 • rédiger et distribuer des CV partout en ville

Quels sont les services de soutien que Jean a besoin

1. Julie (la cousine de Jean) sera la personne qui aidera Jean à s'assurer que tous et chacun foront ce qu'ils ont dit qu'ils feraient pour atteindre cet objectif.
2. Chaque membre du réseau de soutien trouvera deux endroits où Jean pourrait présenter une demande d'emploi. La liste avec les noms et les personnes-ressources sera remise à Jean et à Julie dans un délai d'un mois.
3. Jean, avec l'aide de Julie, communiquera par téléphone avec le programme de soutien de l'emploi (la semaine suivante).
4. Jean assistera à la première réunion au bureau de l'emploi avec un travailleur de soutien (personne rémunérée) (selon le calendrier prévu).
5. Jean, avec l'aide du travailleur de soutien, commencera à étudier les recommandations du programme de soutien de l'emploi.
6. Le travailleur de soutien aidera la personne préposée au programme de soutien de l'emploi à élaborer des façons de communiquer avec Jean afin qu'ils puissent travailler ensemble.
7. Jean et Julie discuteront des emplois et de la liste de personnes-ressources.
8. Après avoir décidé quelles possibilités d'emploi Jean aimerait poursuivre, Jean et Julie iront se présenter et laisseront un CV aux endroits indiqués sur la liste créée par le réseau de soutien (dans un délai de deux mois).
9. Jean, avec l'aide de son père, achètera de nouveaux vêtements en vue des entrevues possibles (dans un délai d'un mois).
10. Chacun vérifiera pour voir comment les choses progressent (3 mois).



seekcreative, 2006



Chacun fait-il ce qu'il devrait faire?

La planification gérée par la personne est un processus continu. Avoir un plan ne devrait pas être le résultat visé; ce n'est que la première étape. Jouir d'une bonne qualité de vie est le résultat d'un bon processus de planification. S'assurer que chacun fait ce qu'il a convenu de faire est un élément important du processus de planification continu (surveillance et évaluation).

Il est bon de réunir tout le monde pour discuter du plan et de ce qui a bien ou mal fonctionné et pour déterminer si le plan correspond toujours à

ce que vous voulez dans votre vie. Vous sentirez peut-être le besoin de modifier certains éléments de votre plan ou même de changer votre façon de planifier. L'analyse courante et continue améliorera les résultats de votre plan.



Comment allez-vous utiliser votre plan?

- Commencez par les activités qui ne nécessitent pas de fonds.
- Présentez une demande de fonds dans le cadre du projet Passport pour les activités qui répondent aux critères.
- Joignez le plan à la demande de fonds.



Que devez-vous inclure dans un budget?

Le budget doit prévoir ce que coûteront les services de soutien rémunérés nécessaires pour atteindre vos objectifs. Vous pourriez réfléchir à ce qui suit ...

- Allez-vous embaucher vos propres travailleurs de soutien ou utiliser ceux d'une agence, ou les deux?
- Quel est le nombre d'heures de services de soutien dont vous aurez besoin?
- Quel tarif horaire allez-vous payer?
- Le salaire que vous versez à vos travailleurs de soutien est-il équitable?
- Devez-vous inclure les avantages sociaux?



Vivre dans la collectivité

Il est possible de vous créer une vie dans la collectivité. Une bonne qualité de vie a un sens différent selon les individus. Voici l'histoire de deux personnes (Aida et Kyle) qui ont entrepris le processus de planification avec l'aide de leur famille et de leurs amis. Bien que leurs vies semblent différentes, ils jouissent tout les deux d'une vie satisfaisante comme citoyens de leur collectivité.



Histoire d'Aida racontée par sa mère, Linguai

Je peux dire en toute honnêteté que je n'ai pas consacré beaucoup de temps à aider ma fille Aida à rêver. Il semble que la vie a toujours été trop mouvementée et rêver était un luxe que nous ne pouvions pas nous offrir. Mais cette situation a changé au cours du processus de planification. Je ne dirai jamais assez combien la planification a été créative et positive pour Aida et notre famille.

Aida ne peut pas parler pour elle-même, mais elle le montre clairement lorsque quelque chose ne va pas bien. Il était aussi devenu évident pour nous, sa famille, que l'école secondaire n'allait pas durer toujours. En fait, Aida allait terminer l'école secondaire dans un an. Le temps était venu pour nous de commencer à aider Aida à décider ce qu'elle ferait après l'école secondaire.

À la suggestion de notre animatrice, Aida (par l'intermédiaire de ma voix) a demandé à son frère, à sa cousine et à un ami de la famille de l'aider à décider ce qu'elle ferait l'année suivante. Aida et moi avons

Pour bien vivre dans la collectivité : Guide de la planification gérée par la personne commencé à partager un rêve où, un jour, elle contribuerait à sa collectivité d'une façon significative qui miserait sur ses talents.

Nous avons eu du mal à définir ses talents. Bien que nous l'aimons tous beaucoup, il nous a été difficile de trouver ce qui passionne Aida. Avec l'aide d'autres personnes, nous avons tous convenu qu'elle aimait passionnément les bananes, le plastique, les randonnées en voiture et sa mère. Nous savions aussi qu'elle aimait vraiment avoir des gens autour d'elle. Elle était à son meilleur lorsqu'elle passait du temps avec les autres. Donc, au cours de quelques réunions, nous avons lancé des idées sur toutes les façons possibles qu'Aida pourrait mettre ses talents à contribution. Il nous fallait une assez longue liste parce que la seule façon de savoir ce qui convenait le mieux à Aida était de lui donner la possibilité de toutes les mettre à l'essai.

18 mois plus tard...

Grâce à des services de soutien rémunérés et non rémunérés, Aida s'est bâti une vie dans la collectivité. Sa passion pour le plastique et les randonnées en voiture et son besoin de créer elle-même des relations ainsi que la possibilité d'expérimenter de nouvelles choses ont contribué à améliorer la qualité de vie d'Aida.

Popote roulante

Aida travaille maintenant comme bénévole à la popote roulante. C'est son travailleur de soutien qui conduit la voiture pour elle. Avec l'aide de sa cousine, Aida a demandé à une femme plus âgée qui n'a pas de permis de conduire si elle aimerait faire du bénévolat avec elle. Elles aiment travailler ensemble.

Centre d'apprentissage

Avec l'aide d'un service de soutien rémunéré, Aida arrose les plantes (avec un arrosoir en plastique, bien sûr!) dans un centre d'apprentissage. C'est là qu'elle a rencontré Dorada qui est aussi bénévole à ce centre. Dorada est venu récemment à la fête d'anniversaire d'Aida. Elle ne savent pas encore tout à fait comment se comporter l'une envers l'autre, mais on voit qu'elles se plaisent bien ensemble.

Recyclage

Pour bien vivre dans la collectivité : Guide de la planification gérée par la personne Aida est devenue le centre de recyclage du quartier pour les choses qui ne doivent pas être déposées dans la boîte de recyclage chaque semaine, mais qui peuvent être recyclées au dépôt municipal. Elle a ainsi la possibilité de protéger l'environnement, mais aussi de faire davantage connaissance avec ses voisins. Cela nous fait sourire, Aida et moi,

lorsque des gens de passage dans notre quartier viennent aussi porter leurs recyclables.

Beaucoup de choses se sont produites pour Aida et pour nous, sa famille. Nous savons qu'elle est heureuse et qu'elle a la possibilité de mettre ses talents au profit des autres. Elle a plus d'amis et elle a un groupe de personnes qui se sont engagées à l'aider à planifier sa vie. Pour Aida, c'est ce qui constitue une bonne qualité de vie.



L'histoire de Kyle (racontée par lui avec l'aide de son frère)

Je rêve au Calgary Stampede depuis la première fois que j'ai vu un film de cowboy et cela fait longtemps. Je répétais à tout le monde que j'allais au Stampede, mais je n'y suis jamais allé. Un jour mon frère Bob m'a dit que je n'irais jamais au Stampede si je ne me trouvais pas un emploi, parce qu'il faut économiser de l'argent pour faire le « voyage de ma vie ».

Lorsque j'avais dix ans de moins, je voulais travailler, mais cela ne s'est pas produit. Cette fois-ci, c'était différent parce j'avais besoin de travailler. J'avais besoin d'argent. Mon frère, ses amis, mon père et deux autres amis (George et Michael) m'ont aidé à penser aux choses que je pourrais faire et à tous les endroits où je pourrais travailler. J'avais maintenant un plan et j'étais prêt à le mettre en pratique.

J'étais tellement nerveux à ma première entrevue d'emploi. J'ai dit que je voulais travailler parce que j'avais besoin d'argent pour faire le « voyage de ma vie ». J'ai eu l'emploi. Chaque jour, j'aide un fermier de la localité dans ses travaux. Je fais bien ce travail. Il y a toujours quelqu'un qui travaille avec moi. Les tâches varient selon la journée. J'aime travailler avec les autres personnes à la ferme et je pense que le travail est OK aussi.

Pour bien vivre dans la collectivité : Guide de la planification gérée par la personne
Mon frère craignait beaucoup que je n'économise pas l'argent pour mon voyage. Ses amis m'ont présenté à un type à la coopérative de crédit. Maintenant, chaque fois que je suis payé, je me rends à la coopérative de crédit et ce gars m'aide à déposer de l'argent dans le compte du « voyage de ma vie ».

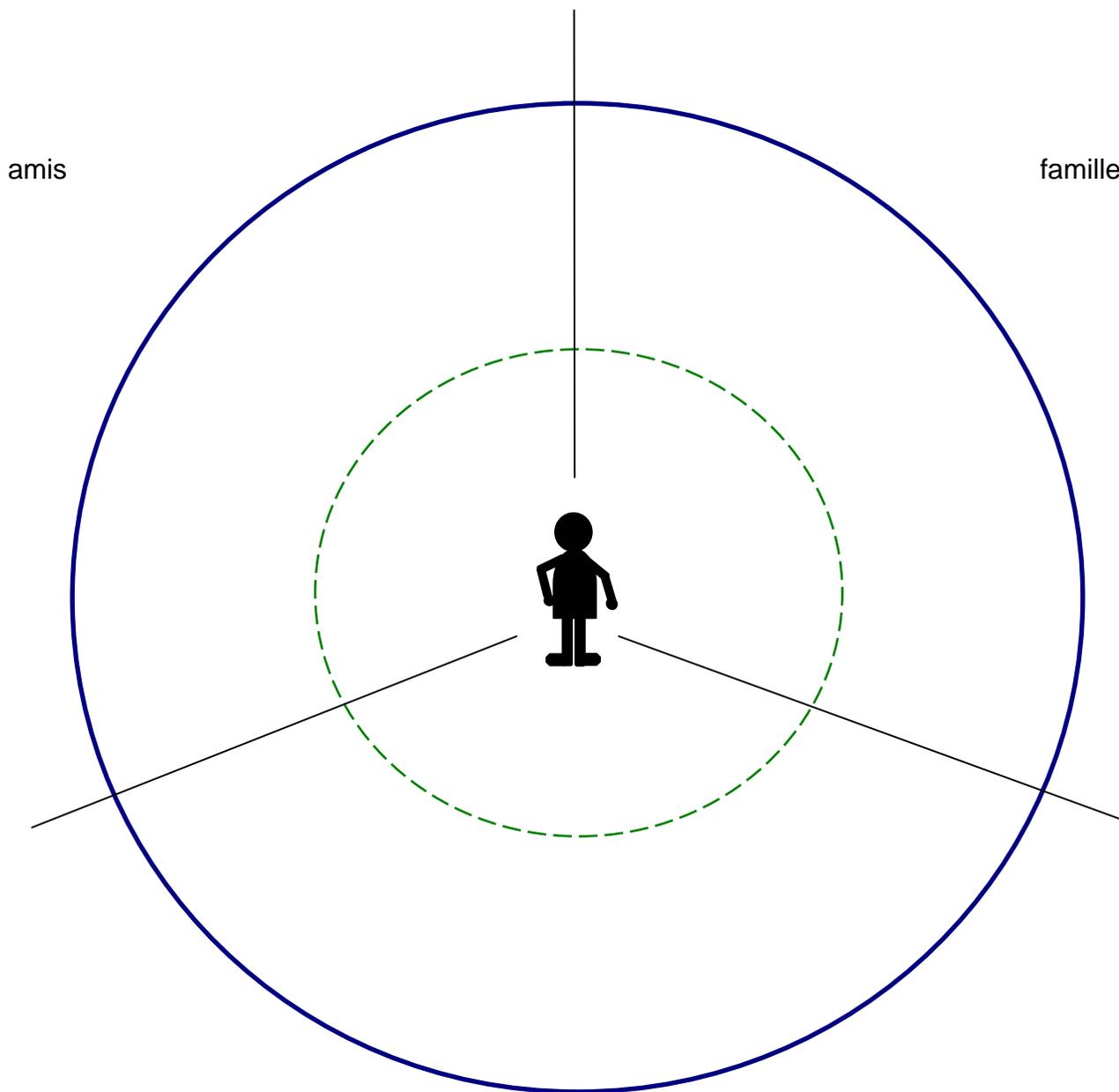
Vous savez quoi? Le fait d'aimer les cowboys m'a aidé à trouver un emploi, à ouvrir un compte spécial et à rencontrer de nouvelles personnes. L'été dernier, je suis allé au Calgary Stampede avec deux amis, George et Michael. Nous avons pris l'avion et nous sommes restés dans un hôtel. Nous n'avons pas beaucoup dormi. Vous savez quoi aussi? Mon frère avait raison. C'est beaucoup plus facile de faire le « voyage de sa vie » si on a un emploi, de l'argent et des amis qui aiment aussi les cowboys!



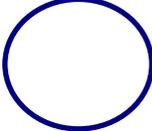
Au sujet des relations

La présente page a été incluse pour vous aider à réfléchir à la collectivité.

- Qui sont les personnes avec lesquelles je passe du temps maintenant?
- Qui sont les personnes dans ma vie que j'aimerais mieux connaître?



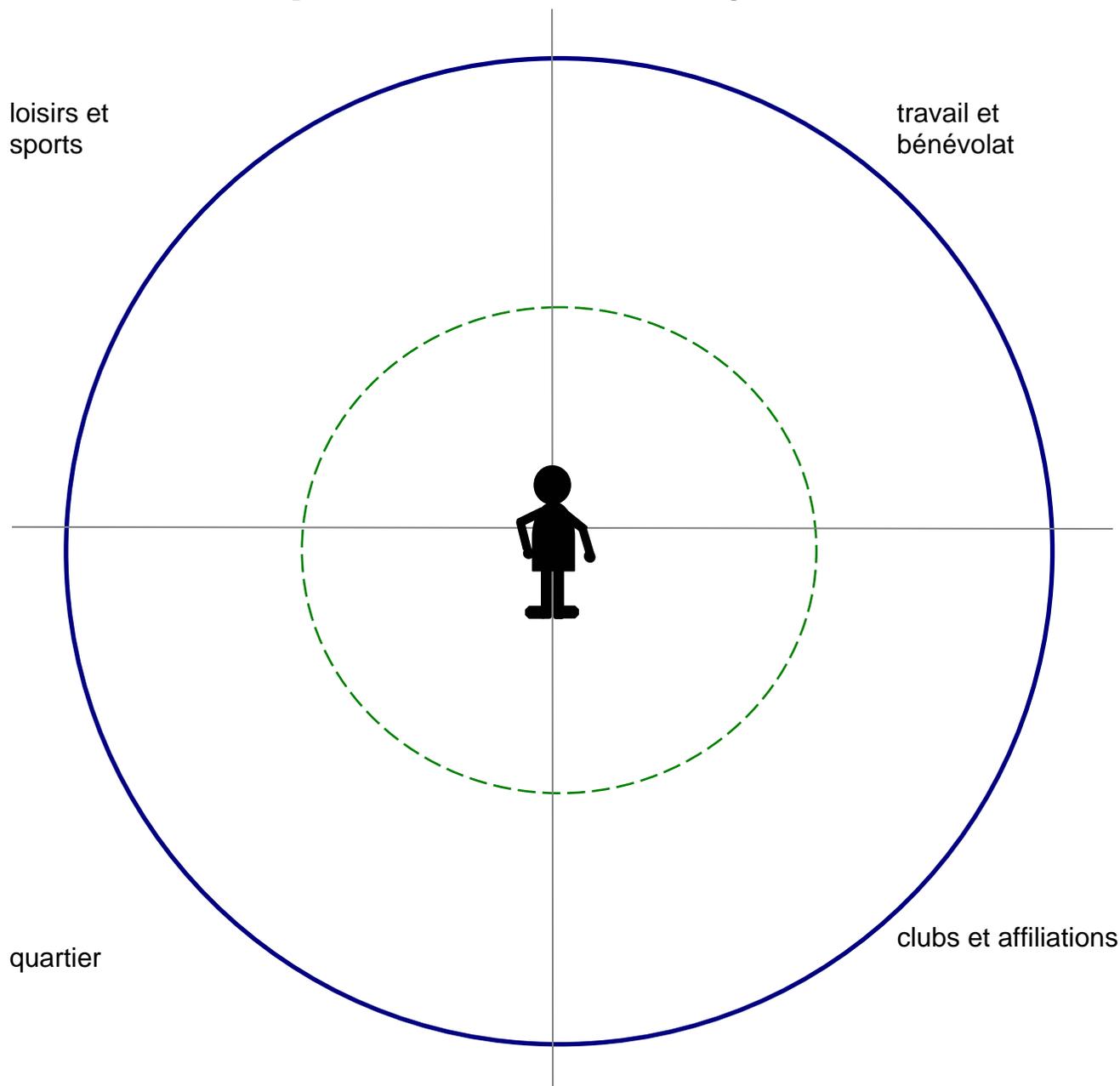
Autres personnes (par ex., membres de mon groupe confessionnel, voisins, membres de la collectivité)

	À l'intérieur du petit cercle pointillé, nommez ou dessinez les personnes en qui vous avez confiance pour vous aider à prendre des décisions et à faire des choix.
	À l'intérieur du grand cercle continu bleu, nommez ou dessinez d'autres personnes.

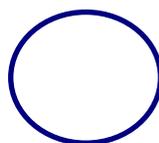
Au sujet de la collectivité

La présente page a été incluse pour vous aider à réfléchir aux endroits où vous passez du temps dans votre collectivité, par exemple

- Où sont les endroits que vous fréquentez présentement et que vous partagez avec d'autres?
- Où sont les endroits que vous aimeriez connaître davantage?



À l'intérieur du petit cercle pointillé, nommez ou dessinez les choses que faites maintenant dans la collectivité.



À l'intérieur du grand cercle continu bleu, nommez ou dessinez les choses que vous voulez faire à l'avenir dans la collectivité.

Au sujet de vos objectifs et des mesures à prendre

Voici une page qui a été incluse pour vous aider à réfléchir à vos objectifs et aux mesures que vous pourriez prendre pour les réaliser. Inscrivez :

- Quels sont mes objectifs pour l'avenir?
- Quelles sont les mesures précises que je peux commencer à prendre aujourd'hui, la semaine prochaine, le mois prochain?
- Qui m'aidera à atteindre mon objectif et quand?

Objectifs généraux	Objectifs précis	Qui fera quoi et quand



Où trouver d'autres renseignements pour m'aider à planifier une vie satisfaisante?

Il existe de nombreuses ressources qui vous fourniraient d'autres renseignements sur la façon d'établir un plan géré par la personne. Certaines sont des méthodes de planification et d'autres sont des ouvrages et des guides plus généraux sur la planification gérée par la personne.

RESSOURCES EN MATIÈRE DE PLANIFICATION GÉRÉE PAR (AXÉE SUR) LA PERSONNE

A Good Life: For You and Your Relative with a Disability

A Good Life a été préparé par Al Etmanski en 2000 et est conçu pour les familles. Ce livre a pour but de vous motiver, de vous inspirer et de vous inciter à entreprendre et à mener à bien un processus de planification à l'intention d'un membre de votre famille.

Vous pouvez obtenir cet ouvrage auprès de Planned Lifetime Advocacy Network (PLAN - www.plan.ca), 101-3790 Canada Way, Burnaby, BC, V5G 1G4

Person Centred Planning Guide Book

Ce guide a été préparé en 2004 afin de donner un aperçu de la planification axée sur la personne en Alberta. Le guide comprend des histoires de familles, des renseignements sur le travail d'élaboration des politiques accompli à ce jour et un sommaire des travaux qui restent encore à accomplir.

Vous pouvez commander ou obtenir cet ouvrage en ligne auprès de l'organisme Persons with Developmental Disabilities Central Alberta Community Board (www.pdd.org), #501, 5010-43 St., Red Deer, AB, T4N 6H2, tél. : (403) 340-5003.

Planning On... A Resource Book for Facilitators

Planning On a été préparé par Susannah Joyce en 2000. Il s'agit d'un manuel de référence à l'intention des animatrices et animateurs et qui présente un processus étape par étape de planification axée sur la personne.

Vous pouvez obtenir cet ouvrage auprès de Realizations Training and Resources, B.P. 1430, Station B, London ON N6A 5M2, tél. : (519) 433-2387.

Building New Worlds: A Sourcebook for Students with Disabilities in Transition from High School to Adult Life

Ce livre, écrit par Beth Mount et Connie Lyle O'Brien, explique le processus de transition que vivent les élèves ayant une déficience intellectuelle lorsqu'ils quittent l'école secondaire. Il raconte également comment les personnes ayant une déficience intellectuelle et leurs proches ont collaboré pour s'assurer une vie active et participative comme citoyens appréciés dans la collectivité.

Cette ressource est disponible auprès de Capacity Works (www.capacityworks.com), L.L.C., PO Box 271, Amenia, NY, 12501-0271, tél. : 1-888-840-8578.

A Parents' Guide to Transition Planning

Ce guide a été compilé par le Persons with Developmental Disabilities Central Alberta Community Board et il renferme des renseignements précieux pour les familles de personnes sur le point de quitter l'école secondaire. Ces renseignements portent entre autres sur la planification d'un mode de vie, le financement, la façon d'obtenir des ressources, du soutien et des services, la tutelle et la planification successorale.

On peut se procurer cet ouvrage auprès de l'organisme Persons with Developmental Disabilities Central Alberta Community Board (www.pdd.org), #501, 5010-43 St., Red Deer, AB, T4N 6H2, tél. : (403) 340-5003.

Planning Your Support

Ce guide de 2004 a été créé dans le cadre d'un programme intitulé « In Control », qui est relié à Mencap, un organisme situé au RU pour personnes ayant une déficience intellectuelle. Il y a deux versions de ce guide – une version en langage clair et une version en langage courant – et il fournit des détails sur la façon de créer pour l'avenir un plan géré par la personne.

Ce document est disponible dans le site Web « In Control » de Mencap (www.in-control.org.uk), ou directement par Mencap (www.mencap.org.uk): 123 Golden Lane, London, England, EC1Y 0RT, tél. : (044) 020-7454-0454.

TECHNIQUES DE LA PLANIFICATION GÉRÉE PAR (AXÉE SUR) LA PERSONNE

ELP: Essential Lifestyle Planning

Essential Lifestyle Planning est une méthode pour apprendre comment élaborer un plan de vie pour quelqu'un d'après la façon dont cette personne entend vivre. Cette méthode permet d'assurer que la volonté et les désirs de la personne soient catégorisés et organisés selon un plan « convivial ».

Pour obtenir des renseignements sur *ELP*, s'adresser à The Learning Community for Essential Lifestyle Planning, <http://www.elpnet.net>, ou à Allan, Shea, and Associates, (www.allanshea.com) 1780 Third St., Napa, CA, 94559, tél. : (707) 258-1326.

MAPS: Making Action Plans

MAPS a été élaboré par John O'Brien, Marsha Forest, Jack Pearpoint, Judith Snow et David Hasbury. Cet outil sert à poser une série de questions de planification à des personnes et aux membres de leur famille en vue de mettre sur pied un plan d'action qui les sortira de leur cauchemar pour les orienter vers leur rêve.

Des ouvrages sur MAPS sont disponibles auprès de Inclusion Press (www.inclusion.com), 24 Thome Cres., Toronto, ON, M6H 2S5, tél. : 416-658-5363

PATH: Planning Alternative Tomorrows with Hope

PATH a été élaboré par John O'Brien, Marsha Forest et Jack Pearpoint. Cet outil utilise des graphiques pour aider les personnes à trouver un sens à leur vie et à accroître leurs points forts.

Pour bien vivre dans la collectivité : Guide de la planification gérée par la personne
Des ouvrages sur PATH sont disponibles auprès de (www.inclusion.com), 24 Thome Cres., Toronto,
ON M6H 2S5, tél. : 416-658-5363

PFPP: Personal Futures Planning

Personal Futures Planning, une technique mise au point par Beth Mount, comporte une série de questions et de graphiques adaptés aux points forts et aux talents d'une personne. Elle sert aussi à déterminer comment utiliser au mieux ces points forts et ces talents.

Pour obtenir des renseignements sur PFP, communiquer avec Graphic Futures, 25 West 81st St #16B, New York, NY, 10024, tél. : (212) 362-9492.

Discovery Planning: A Guide for Facilitators

Ce guide offre des conseils sur la facilitation, le travail avec des groupes de planification et le développement de collectivités.

On peut se procurer un exemplaire de ce guide auprès de The Collective for Community Action, au (519) 744-7645.

Developing Leisure Identities: A Pilot Project

Ce livre analyse de façon perspicace le soutien dont ont besoin les personnes ayant une déficience pour poursuivre leurs rêves et faire ce qu'elles ont toujours souhaité faire. Il propose des conseils pratiques et des questions qui appellent à la réflexion pour aider les personnes et leurs proches à déterminer les services de soutien nécessaires pour se bâtir une vie captivante. Cet ouvrage donne au lecteur une meilleure compréhension du loisir et comment le loisir peut apporter un sentiment de vitalité et d'équilibre dans notre vie.

Le livre est disponible auprès de Brampton-Caledon Community Living, 34, rue Church Ouest, Brampton (Ontario) L6X 1H3, tél. : (905) 453-8841.

AUTRES RESSOURCES PERTINENTES :

Cercles ou réseaux de soutien

Friends In/Deed

Ce manuel porte sur la planification visant à aider les personnes à établir et à conserver des relations. Vous pouvez l'obtenir auprès de Realizations Training and Resources, C.P. 1430, succursale postale B, London ON N6A 5M2, tél. : (519) 433-2387.

Financement individualisé

Individualized Funding: Definition and Elements

Cet article, rédigé en 2004 par l'Individualized Funding Coalition for Ontario in 2004, est une première étape utile pour comprendre le contexte actuel du financement individualisé en Ontario.

Pour bien vivre dans la collectivité : Guide de la planification gérée par la personne
Pour obtenir cette ressource, s'adresser à l'Individualized Funding Coalition of Ontario
(www.individualizedfunding.ca), 240, chemin Duncan Mill, bureau 403, Toronto ON M3B 1Z4, tél. :
(416) 447-4348, poste 240.

Report of the Ontario Round Table on Individualized Funding: A Pathway to Self-Determination and Community Involvement for People with Disabilities.

Ce rapport a été rédigé par John Lord, avec le concours des membres de l'Individualized Funding Coalition for Ontario en 2000. Les participants à la réunion sur laquelle le rapport est fondé représentaient un certain nombre de personnes qui ont une expérience du financement individualisé à titre de personne ayant une déficience, de famille, d'intervenant, de représentant ou d'animatrice ou animateur, de fournisseur de services ou de chercheur.

Pour obtenir cette ressource, s'adresser à l'Individualized Funding Coalition of Ontario
(www.individualizedfunding.ca), 240, chemin Duncan Mill, bureau 403, Toronto ON M3B 1Z4, tél. :
(416) 447-4348, poste 240.

More Choice and Control for People with Disabilities: Individualized Support and Funding.

Cette étude a été commandée par l'Ontario Federation for Cerebral Palsy en 2000 et rédigée par John Lord, Barbara Zupko et Peggy Hutchison. L'étude avait pour objet de faire connaître et comprendre les stratégies qui pourraient servir à accroître la capacité des Ontariennes et Ontariens à appliquer le financement individualisé aux personnes ayant une déficience.

Cette ressource est disponible auprès de l'Ontario Federation for Cerebral Palsy (www.ofcp.on.ca),
1630, avenue Lawrence Ouest, bureau 104, Toronto ON M6L 1C5, tél. : 1-877-244-9686.

Services de soutien communautaires créatifs

Creative Supports for Vulnerable Citizens: Papers from the Guelph Spring Conference

Ce livre de 80 pages a été élaboré par suite d'une conférence qui eu lieu à Guelph en avril 2005. Les sujets abordés portent les titres suivants : *Creative Supports that Work: Values, Principles and Processes* par John Lord; *Creating Home* par Barbara Leavitt; et *Building Meaningful Supports for Work and Recreation Purposes* par Peggy Hutchison.

On peut commander cette ressource à l'adresse suivante : gbloomfi@uoguelph.ca

Leisure, Integration and Community (2nd edition)

Cet ouvrage, rédigé par Peggy Hutchison et Judith McGill en 1998, renferme une mine de renseignements sur les façons d'utiliser la collectivité comme principale ressource pour les personnes ayant une déficience. Il comprend également des chapitres sur les théories axées sur les personnes, la planification en vue d'un changement et la résistance systémique que rencontrent les familles et les personnes qui choisissent de penser en dehors des sentiers battus.

Cette ressource est disponible auprès de Leisurability Publications, Ltd., par l'intermédiaire de Parks and Recreation Ontario (www.prontario), 1185, avenue Eglinton Est, bureau 406, Toronto ON M3C 3C6, tél. : (416) 426-7142.

Shifting the Paradigm in Community Mental Health: Towards Empowerment and Community

Bien que ce livre écrit en 2001 par Geoff Nelson, John Lord et Joanna Ochocka décrive en détail un nouveau modèle d'intégration communautaire et de renforcement de l'autonomie des personnes ayant des problèmes de santé mentale, les valeurs qu'il préconise ont une application qui s'étend à d'autres groupes marginalisés, notamment les personnes ayant une déficience intellectuelle. Les trois valeurs sont : la participation et le renforcement de l'autonomie (« tout ce qui me concerne me regarde »), le soutien communautaire et l'intégration (« la collectivité n'est pas seulement un endroit pour vivre »); et la justice sociale et l'accès aux ressources importantes (« recevoir notre juste part »).

On peut commander ce livre auprès de l'University of Toronto Press Inc. (www.utpress.utoronto.ca), 5201, rue Dufferin (Toronto) ON M3H 5T8, tél. : 1 800 565-9523.

¹ Ce guide de la planification résulte de l'information obtenue lors de trois séances de groupe de discussion et provenant de nombreuses ressources, y compris des documents écrits et l'expérience de personnes ayant une déficience intellectuelle, de membres de leur famille et d'animatrices et d'animateurs.

² Tiré de « *A Constellation of Tools for Change* », Forest, O'Brien et Pearpoint (1999).

³ Cette formule est conçue d'après celle utilisée dans « *How to Write Your Support Plan* » par In Control, au RU. Elle est disponible à www.in-control.org.uk/downloads/Guide_to_Planning_eVer.doc.

⁴ Les cercles de soutien ont été fondés au début des années 1980 lorsque des personnes ayant une déficience et leur famille ont commencé à se rendre compte du pouvoir et de l'importance des relations. On attribue souvent à Judith Snow l'origine du premier cercle de soutien au Canada. L'histoire de Judith est racontée dans « *Behind the Piano* »; Judith Snow, Jack Pearpoint (1990). Toronto: Inclusion Press.

⁵ D'autres renseignements sont disponibles dans la ressource suivante intitulée « *More Choice and Control For People with Disabilities* », John Lord, Barbara Zupko, et Peggy Hutchison, (2000).

⁶ Tiré de « *Lifestyle Planning Process: Steps for Facilitators, Individuals, Families, and Network Planning Groups* », John Lord, (2003).