Les pages de  [Mon carnet d’adresses](http://w3.uqo.ca/transition/tva/?p=235) ont le format d’une photo et peuvent donc être insérées dans un petit album photo (comme on en trouve au Dollorama ou au Dollar ou deux).



**Ta page personnelle**

La première page est pour toi, propriétaire du carnet d’adresses. Ainsi, en cas de perte, ton carnet pourra être retrouvé plus facilement.

**Pages des membres de ton réseau**

Les autres pages sont destinées aux membres de ton réseau.

Tu peux y inscrire l’information appropriée pour chacune d’entre elles : nom, adresse, numéro de téléphone, courriel, date d’anniversaire.

Tu peux aussi insérer une photo, un symbole ou un pictogramme.

Il y a plusieurs façons de faire :

* Écrire une lettre, un mot, un symbole ou faire un dessin directement sur la page;
* Trouver des mots, des images ou des pictogrammes, les découper et les coller;
* Imprimer des mots, images ou pictogrammes sur des autocollants.

**Informations à noter :**

Tu peux inscrire plus d’informations pour les gens qui sont proches de toi (par exemple, famille et amis), mais moins d’informations pour les gens qui sont moins proches de toi (par exemple, services et professionnels).

Pour écrire des informations personnelles au sujet de quelqu’un, cette personne doit être d’accord.

**Catégories**

Les pages du carnet sont regroupées en catégories :

* Famille (encadré rouge)
* Travail et école (encadré bleu)
* Loisirs et vie sociale (encadré vert)
* Services et professionnels (encadré jaune)

(Ces couleurs sont inspirées de la  [Carte de mon réseau social](http://w3.uqo.ca/transition/tva/?p=207))

Bien sûr, tu peux personnaliser le carnet selon tes besoins ! Pourquoi ne pas mettre une photo ou une image que tu aimes sur la couverture?

Les ***Consignes pour créer Mon carnet d’adresses* ainsi que le *Carnet d’adresses* ont été conçus par le Pavillon du Parc, le** Centre de réadaptation en déficience intellectuelle et en troubles envahissants du développement (CRDITED) de l’Outaouais. Les versions présentées dans la Carte routière vers la vie adulte … En route vers mon avenir! **ont été reprises et adaptées avec leur autorisation.**