

## Babillard Vers mon autonomie



Dans ce babillard, tu trouveras quelques sites pour t'aider à évaluer ton niveau d'autonomie.

Tu trouveras aussi quelques idées pour te préparer à vivre de façon autonome.

### Mesures de soutien pour les personnes qui vivent une situation de handicap

Québec 

**Vivre en logement  
pour personnes  
handicapées**

Ce guide contient des renseignements sur les différents programmes et services offerts aux personnes handicapées et à leurs familles par les ministères et organismes du gouvernement du Québec. Il vise à les accompagner dans leurs démarches et à leur faciliter l'accès aux services gouvernementaux.



<http://www4.gouv.qc.ca/FR/Portail/Citoyens/Evenements/personne-handicapee/Pages/accueil.aspx>

### Évaluation des aptitudes à la vie quotidienne

#### ACTIVITIES OF DAILY LIVING (ADL) CHECKLIST

Liste en langue anglaise qui peut vous guider pour connaître ce que vous devez apprendre pour devenir plus autonome.



<http://www.oregon.gov/DHS/STEPS/docs/module1-handouts.pdf?ga=t>

### Entretien ménager



**TrucsMaison**

Nos trucs : Entretien



<http://www.trucsmaison.com/trucs/index.php?categorie=entretien>



## Babillard Vers mon autonomie

### Partir en appartement



... le **CIBES** (Centre d'Intervention Budgétaire et Sociale) de la **Mauricie (ACEF)** vous offre un petit guide intitulé : **Je pars en appartement**. Cet outil est conçu pour les jeunes qui quittent la demeure familiale pour la première fois, que ce soit pour les études, le travail ou pour faire vie commune. Ce guide les aidera à bien planifier leur départ et surtout leur transmettra toute l'information nécessaire pour faire des choix éclairés.



<http://www.consommateur.qc.ca/acef-mau/45.htm>

**Mon**appart,  
**mes**droits!

Vous y trouverez une panoplie d'informations entre autres sur les droits du logement, sur les augmentations de loyer, sur les réparations et travaux à l'intérieur des appartements, sur la résiliation, la cession de bail et la sous-location, sur la Régie du logement et sur les ressources dans votre quartier pour vous aider à mieux vivre en appartement.



<http://www.monappart.ca/statique/>



[http://www.monappart.ca/drupal-4.5.2/files/cahier2008/MonAppart\\_2008.pdf](http://www.monappart.ca/drupal-4.5.2/files/cahier2008/MonAppart_2008.pdf)



**Maître dans mon logement? Pas tout à fait...**



[http://www.jeunepourjeunes.com/droits\\_obligations/droit\\_civil/divers/349/](http://www.jeunepourjeunes.com/droits_obligations/droit_civil/divers/349/)

1 800 668 6868

JeunesseJecoute.ca

Jeunesse, j'écoute

**Trouver un endroit où habiter**

Avoir son propre appartement est un pas très important vers l'indépendance. On en retire également un sentiment de maturité et de satisfaction. Par contre, chercher un logement peut s'avérer fatigant et stressant. Il faut souvent chercher dans des milliers de magazines et de journaux pour des appartements à louer et fixer de nombreux rendez-vous avec les propriétaires et les concierges pour visiter le logement.



<http://www.jeunessejecoute.ca/Teens/InfoBooth/Living-on-Your-Own/Finding-A-Place-To-Live.aspx>



2



## Babillard Vers mon autonomie

espace 

LE PORTAIL JEUNESSE DU  
GOUVERNEMENT DU QUÉBEC



<http://www.espace.j.gouv.qc.ca/vie-citoyenne/logement.asp>



Jeunesse Canada  
Jeunesse.gc.ca

Êtes-vous prêt à quitter la maison familiale? Partez-vous étudier ailleurs? Cherchez-vous à acheter votre toute première maison? Trouver le bon endroit où vivre demande du travail et entraîne beaucoup de décisions. Combien pouvez-vous vous permettre de payer? Envisagez-vous de vivre seul ou en colocation? Est-ce que vivre en résidence serait, pour vous, le bon choix? De quoi avez-vous besoin pour que votre maison fonctionne bien? Les conseils et les liens Internet ci-dessous vous aideront à planifier votre déménagement vers un nouveau domicile.



[http://www.jeunesse.gc.ca/fra/evenements\\_vie/demenager.shtml](http://www.jeunesse.gc.ca/fra/evenements_vie/demenager.shtml)

Québec 

Vivre en logement

Vous songez à vivre en chambre ou en logement? Vous aimeriez savoir à quoi vous vous engagez en signant un bail? Avez-vous des recours si le propriétaire décide d'augmenter votre loyer? Bref, vous souhaitez mieux connaître vos droits et obligations en matière de logements locatifs au Québec?



<http://www4.gouv.qc.ca/fr/Portail/Citoyens/Evenements/vivre-en-logement/Pages/accueil.aspx>



La mission de RÊVANOUS consiste à favoriser l'accès à un logement à loyer modique, à des adultes présentant une déficience intellectuelle légère prêts, avec de l'aide, à quitter le domicile familial afin de réaliser leur projet de vie d'autonomie résidentielle. La réussite d'un tel projet implique une bonne préparation du futur résident ainsi que la nécessité d'offrir à ceux-ci un soutien adapté à leur handicap, tant au plan individuel que collectif



<http://www.revanous.org/>

