

Préparation à la vie en autonomie

Préparer l'autonomie d'un membre de votre famille

Lorsque votre proche ayant une déficience intellectuelle quitte le domicile familial pour emménager dans son nouveau logement, c'est une étape importante pour tout le monde. Voici quelques conseils pour aider votre proche – et vous-même – à réussir cette transition !

Préparez-vous

Pour commencer :

- Planifiez tôt et effectuez la transition progressivement
- Découvrez le nouveau quartier avant l'emménagement
- Dressez une liste de contrôle des éléments à mettre en place pour le déménagement



Processus

Les aider à se préparer :

- Évaluer les tâches que vous accomplissez pour ce membre de votre famille
- Dresser la liste de ses objectifs et de ses compétences
- Élaborer ensemble une liste de contrôle des éléments indispensables pour qu'il s'épanouisse et réussisse dans son nouveau foyer

Soutien

Facilitez la transition :

- Placez votre proche au cœur des discussions
- Respectez ses sentiments et ses opinions
- Impliquez-le. Rien ne doit se décider à son sujet sans lui !



C'est normal d'avoir beaucoup d'émotions à ce sujet, mais canalisez votre énergie pour soutenir ce changement ! La préparation est un parcours, pas une destination. N'oubliez pas qu'il s'agit d'un travail en cours... alors.

Allons-y !



AIDECanada.ca
Reena.org

 **aide**
canada

Pacific Autism
Family Network

Reena




Public Health
Agency of Canada

Agence de la santé
publique du Canada

Nous remercions tout particulièrement l'organisme qui a financé ce projet, l'Agence de la santé publique du Canada