



# Le parcours de vie

Le parcours de vie c'est tout ce qui passe dans la vie d'une personne.

Dans la vie d'une personne 2 choses sont importantes :

- La personne elle-même  
Par exemple : ses capacités, ses difficultés, ses goûts
- Ce qui l'entoure, on appelle cela son environnement  
Par exemple : les gens qui l'entourent, ses droits, les lieux où elle va

## Le parcours de vie de la personne elle-même

Les personnes franchissent plusieurs étapes dans leurs vies :

- Etre bébé
- Etre enfant
- Etre adolescent
- Etre adulte
- Etre une personne âgée

Une personne apprend des choses à chaque étape de sa vie.  
Elle découvre de nouvelles choses.  
Donc elle change au cours de sa vie.

Par exemple:

A différents moments de sa vie une personne peut apprendre à :

- S'habiller, manger, se laver
- Marcher, parler, manger seule, se faire des amis
- Cuisiner, se déplacer seule, donner son avis
- Avoir un logement, prendre des décisions, se marier, devenir parent.



Dans la vie :

- Une personne apprend des choses différentes à des moments différents.
- Tout le monde n'apprend pas la même chose,
- Chaque personne apprend à son rythme.

Ca dépend de ses envies et de ses capacités.

Donc une personne apprend et change.

## **Ce qui entoure la personne dans son parcours de vie.**

Au cours de sa vie, une personne est dans des lieux différents.

Par exemple :

- La maison
- L'école
- Le travail
- Le club de sport
- La ville, le quartier.
- Les magasins

Au cours de sa vie, une personne va rencontrer d'autres personnes.

Par exemple :

- La famille
- Les professionnels d'accompagnement  
Par exemple : éducateur, curatelle, infirmier, assistante sociale
- D'autres professionnels :  
Par exemple : Le boucher, le boulanger, le vétérinaire
- Les voisins
- Les amis
- Les collègues.



## I SAID

Au cours de sa vie, une personne change de lieux et rencontre d'autres personnes.

Au cours de sa vie, les droits de la personne changent:  
Par exemple :

- Le droit d'aller à l'école
- Le droit de voter
- Le droit de toucher un salaire

Au cours de la vie, les devoirs de la personne changent.  
Ca dépend de l'âge:

Par exemple :

- Le service militaire
- Payer des impôts
- Respecter les limitations de vitesse
- Respecter les lois.

# Les changements dans la vie

Dans la vie, il y a des changements importants.  
Un changement important s'appelle une transition.  
Par exemple :

- Terminer l'école
- Déménager
- Avoir des enfants.

Après une transition beaucoup de choses changent.



## Exemple de transition : changer de lieux

Changer de lieu c'est un changement important.  
C'est une transition.

- Une personne peut être obligée de changer de lieu.  
Par exemple :  
quand les parents déménagent  
les enfants doivent déménager  
ils n'ont pas le choix.
- Une personne peut décider de changer de lieu :  
Par exemple :  
Une personne a envie de changer de maison  
Une personne part à la retraite  
Une personne change de travail.

Quand on change de lieu, beaucoup d'autres choses changent.  
Il n'y a pas que le lieu qui change.

Par exemple quand une personne déménage :

- Elle a une nouvelle maison
- Elle a un nouveau travail
- Elle a aussi des nouveaux voisins
- Les enfants doivent aussi changer d'école  
et se faire de nouveaux amis.

Après un changement il faut du temps pour se sentir bien.  
Même si la personne avait envie de changer.



## Les blocages

Une personne peut décider de changer de vie.  
Mais parfois elle est bloquée.

Par exemple :

- Une personne veut manger seule  
mais ce n'est pas possible  
parce qu'elle n'arrive pas à utiliser ses mains
- Une personne veut changer de foyer  
mais ce n'est pas possible  
parce qu'il n'y a pas de place pour déménager
- Une personne veut acheter des cigarettes  
mais elle est trop jeune  
la loi l'interdit
- Une personne veut acheter un bijou  
mais elle n'a pas assez d'argent

Les blocages sont à cause :

- Du règlement  
Par exemple:  
une personne veut manger seule mais le règlement du foyer  
l'interdit.
- De la loi  
Par exemple:  
Une personne veut acheter des cigarettes mais elle est trop jeune.  
La loi l'interdit.
- De l'argent.  
Par exemple:  
Une personne veut acheter un bijou mais elle n'a pas assez  
d'argent.



# Raconter sa vie, ça sert à quoi ?

Raconter sa vie, c'est parler de ses souvenirs.  
C'est parler de ce qui s'est passé dans sa vie.

Raconter sa vie, ça montre que je suis capable de le faire.  
Ça aide les autres à :

- mieux me connaître
- Connaitre mon passé
- Prendre en compte mes opinions.

## Les parcours de vie dans le projet I Said

Pour le projet I Said,  
les chercheurs vont demander à des personnes avec un handicap  
mental de raconter leurs vies :

- Le passé  
par exemple ce qu'elles ont appris, vécu et décidé
- Le présent  
par exemple ce qu'elles vivent maintenant
- Le futur  
par exemple leurs projets, ce qu'elles ont envie de faire plus tard.

Chaque personne a un parcours de vie différent.  
Par exemple certaines personnes sont en foyer, d'autres non.

Les chercheurs d'I Said vont mieux comprendre les personnes avec un  
handicap mental.