

C'est quoi l'autodétermination

Dans le mot **autodétermination**

- Il y a le mot **auto**
Cela veut dire **MOI**
- et le mot **détermination**
qui vient du mot décider

Autodétermination cela veut dire
« je décide » et « je suis capable »



c'est :

Prendre **seul** des décisions pour améliorer
ma vie

Je peux recevoir des informations pour
comprendre les choix possibles

Je peux me faire aider pour comprendre
les informations

Mais c'est **MOI** qui décide

J'ai le droit de me tromper

Attention

Être autodéterminé,
ça n'est pas faire tout ce que j'ai envie



Il faut respecter les règles

Par exemple, les règles :

- de la vie,
- de la société
- de mon établissement...

Je ne deviens pas autodéterminé tout
seul

- la société (par exemple mon pays)
- mon établissement
- les professionnels
peuvent m'aider.

Ils peuvent créer des occasions pour
me permettre :

- de prendre des décisions
- de vivre les mêmes expériences
que tout le monde
- d'apprendre de mes erreurs

PLAN D'ACCES



Avec le soutien
de la Ville de Trélazé



Se rendre à la Salle Louis Aragon :

Depuis la gare de Trélazé
Arrêt Trélazé Gare - Bus Ligne 1
Descente à l'arrêt Lefèvre
Salle Louis Aragon à 220m à pied face à l'arrêt de bus.

Parking :

stationnement possible sur le parking à proximité de la
salle

CONFERENCE

Mercredi 3 Avril 2024

à

17h00

Salle Louis ARAGON

à

Trélazé

L' AUTODETERMINATION

présentée par

Julia BOIVIN

organisée par

HandiCap
ANJOU
Ensemble au cœur de l'action

Inscription obligatoire jusqu'au 18 mars : 5 Euros

sur la plateforme : www.helloasso.com

ou par courrier à l'adresse du siège

(Ce montant sera remboursé aux adhérents sur simple demande)

Une collation et un temps d'échange vous seront proposés
en toute convivialité à l'issue de la conférence (vers 19h)

Le développement du soutien à **l'autodétermination** est devenu un enjeu majeur dans le milieu médico-social.

Cela suppose, pour ne pas risquer de tomber dans un système d'injonctions paradoxales pour l'ensemble des acteurs, de réfléchir collectivement aux défis que cela pose.

Loin d'être un changement de pratiques, c'est bien plutôt une évolution qui appelle des positionnements forts de la part de l'institution.

Cela nécessite, de la part de tous les acteurs - professionnels, personnes accompagnées, parents/proches - une réflexion sur leurs représentations du handicap, de l'accompagnement, du risque...

La conférence du 3 avril sera l'occasion de vous donner un aperçu du concept de l'autodétermination mais également de broser à grands traits les axes de travail qu'il ne manque pas de soulever.

Ou plus simplement

Est-ce que j'ai le droit de dire pour moi, même si je suis en situation de handicap?

Comment je peux faire entendre ma voix et dire ce que je préfère?

C'est parfois compliqué d'être sûr de soi et d'oser dire «non» aux professionnels ou à ses parents.

La conférence du 3 avril parlera du concept d'autodétermination et de comment on peut travailler ensemble - professionnels, parents, personnes accompagnées - pour arriver à mieux se comprendre



Julia Boivin est consultante et formatrice indépendante chez OJDB.

Elle a occupé un poste de chargée de mission «Autodétermination et pair-aidance» à Odynéo.

Elle est également cheffe du projet «Académie des Experts d'Usages» à Paralyse Cérébrale France et vice-présidente du Conseil des Usagers à la Haute Autorité de Santé

Retrouvez Julia Boivin sur
<https://youtu.be/9LNTgKViWTU>
<https://youtu.be/ipey1RefwFA>



Pour être autodéterminé, il faut être capable de 4 choses :



01 L'autoréalisation

L'autoréalisation : cela veut dire être capable de savoir qui je suis

Par exemple :

- ce que j'aime
- ce que je suis capable de faire
- être fier de ce que je fais, de mes progrès



02 L'autorégulation

- C'est savoir réfléchir avant d'agir
- C'est être capable de voir les difficultés
- C'est savoir trouver des solutions
- C'est être capable de m'organiser



03 L'autonomie

C'est être capable de faire seul des choses

Attention, pour être autonome, je peux aussi avoir besoin des autres

Par exemple, j'ai besoin d'un taxi adapté pour aller, tout seul, à un rendez vous médical



04 Le pouvoir d'agir

Cela s'appelle aussi l'Empowerment

Cela veut dire :

- Être capable de prendre des initiatives sans me mettre en danger
- C'est être capable de choisir entre plusieurs choix

C'est aussi

- Pouvoir me tromper et apprendre de mes erreurs



source : Isabelle de Groot / 13 avril 22

