

La mesure des habitudes de vie

(MHAVIE 4.0)

Guide d'utilisation

VERSION POUR ADOLESCENTS, ADULTES ET AÎNÉS



Une réalisation de

Patrick Fougeyrollas
Luc Noreau

En collaboration avec

Monique Beaulieu
Sylvie-Anne Dion
Céline Lepage

Marc Sévigny
Ginette St Michel
Julie Tremblay

Yves Boisvert
Yves Lachapelle
Normand Boucher

Édition juin 2003 – révisé en janvier 2014

Note : Afin de faciliter la lecture du texte, un seul genre a été retenu pour indiquer le féminin et le masculin.

RIPPH

525, boul. Wilfrid-Hamel Est, A-08
Québec (Québec)
Canada G1M 2S8

Courriel : ripph@irdpq.qc.ca
Site internet : www.ripph.qc.ca

© RIPPH, 2002 – Tous droits réservés

Dépôt légal, 2014
Bibliothèque nationale du Québec
Bibliothèque nationale du Canada
ISBN 978-2-922213-46-1

Table des matières

Informations générales sur ce guide d'utilisation	4
Informations générales sur la MHAVIE	5
Informations générales sur les habitudes de vie	6
Informations générales sur le contenu des habitudes de vie	7
Informations générales sur les exemples de cotation en relation avec leurs caractéristiques personnelles	8
Modèle de développement humain et Processus de production du handicap (MDH-PPH 2)	9
Qu'est-ce que la participation sociale?	10
Qui peut répondre à ce questionnaire?	11
Les consignes à l'intention des répondants : indications générales	15
Les étapes et le format du questionnaire	17
Les consignes à l'intention des répondants : Cette habitude fait-elle partie de la vie de la personne?	19
Les consignes à l'intention des répondants : les types d'aide utilisés	20
Les consignes à l'intention des répondants : les degrés d'intensité de l'aide humaine	21
Les consignes à l'intention des répondants : les niveaux de difficulté	22
Les consignes à l'intention des répondants : les niveaux de satisfaction	23
Des exemples de réalisation de certaines habitudes de vie	25
L'identification de la personne et du répondant	29
Questionnaire	31
Vos commentaires	46
Description du contenu et exemples de cotation des habitudes de vie	47

Informations générales sur ce guide d'utilisation

- **Objectif du guide d'utilisation**

Le présent guide a été développé dans le but de faciliter l'utilisation de la Mesure des habitudes de vie (MHAVIE) par les personnes ayant des incapacités, les proches et les intervenants.

- **Contenus du guide d'utilisation**

Le guide d'utilisation comprend douze sections, chacune correspondant à une catégorie d'habitudes de vie de la MHAVIE. Pour chacune d'entre elles, il propose :

- A) une description des tâches comprises dans l'habitude de vie avec, au besoin, des précisions démontrant comment l'habitude de vie peut être réalisée par un adolescent, un adulte ou un aîné ne présentant pas d'incapacités;
- B) des exemples de cotation de la réalisation de l'habitude de vie par un adolescent, un adulte ou un aîné présentant des incapacités.

- **Utiliser le guide d'utilisation**

Le guide d'utilisation doit être utilisé en complément du formulaire MHAVIE. Il ne propose pas une échelle de développement ni une mesure de la performance des adolescents, des adultes et des aînés ayant des incapacités dans le cadre de leurs activités.

Les informations contenues dans ce guide proviennent d'expériences cliniques et personnelles. Elles ne sont présentées uniquement qu'à titre indicatif.

Informations générales sur la MHAVIE

- **Présentation de la MHAVIE**

La MHAVIE est un questionnaire ayant pour but de recueillir de l'information sur le point de vue d'une personne sur la réalisation d'un ensemble d'habitudes de vie dans son milieu (son domicile, son lieu de travail ou d'études, son quartier, etc.). Elle peut être employée auprès de toutes les personnes ayant des incapacités, et ce, peu en importe la cause ou la sévérité.

La MHAVIE ne remplace d'aucune manière les outils disciplinaires employés par les psychologues, les psychoéducateurs, les physiothérapeutes, les ergothérapeutes, les travailleurs sociaux, etc. puisqu'ils visent principalement à mesurer les aptitudes des personnes.

- **Applications de la MHAVIE**

La MHAVIE peut se révéler utile pour toute organisation ou personne s'intéressant à la participation sociale des personnes ayant des incapacités, que ce soit dans les domaines de l'intervention individuelle, de l'évaluation des politiques et des programmes, de la défense collective des droits, de la recherche, etc. Elle permet :

- ✓ d'établir un profil de participation sociale;
- ✓ d'identifier des habitudes de vie perturbées ou non;
- ✓ de prendre connaissance du niveau de satisfaction de la personne ou du répondant.

La MHAVIE s'avère tout particulièrement utile dans le cadre de la réalisation de plans d'intervention individualisés et de plans de services

- **Versions de la MHAVIE**

La MHAVIE est actuellement disponible pour les trois publics suivants :

- ✓ Pour les enfants de la naissance à 4 ans
- ✓ Pour les enfants de 5 à 13 ans
- ✓ Pour les adolescents, les adultes et les aînés

Informations générales sur les habitudes de vie

- **Définition d'une habitude de vie**

Les habitudes de vie sont des *activités courantes* (par ex. : la prise des repas, les communications, les déplacements) ou des *rôles sociaux* (par ex. : occuper un emploi, être aux études). Elles assurent la survie et l'épanouissement d'une personne dans la société tout au long de son existence.

Les habitudes de vie se distinguent des aptitudes, en ce qu'elles sont le résultat de l'interaction entre la personne et son environnement et non seulement « la possibilité [...] d'accomplir une activité physique ou mentale »¹.

La MHAVIE est le seul instrument de mesure de la participation sociale considérant à la fois les activités courantes et les rôles sociaux des personnes ayant des incapacités.

- **Catégories d'habitudes de vie**

La MHAVIE comprend douze catégories d'habitudes de vie, six pour les activités courantes et six autres pour les rôles sociaux.

Activités courantes	Rôles sociaux
Communication	Responsabilités
Déplacements	Relations interpersonnelles
Nutrition	Vie associative et spirituelle
Condition physique et bien-être psychologique	Éducation
Soins personnels et de santé	Travail
Habitation	Loisirs

- **Les facteurs influençant la réalisation des habitudes de vie**

Le niveau et la façon de réaliser des activités courantes et des rôles sociaux varie d'une personne à l'autre. Les facteurs identitaires (âge, sexe, appartenance socioethnique, etc.), les aptitudes motrices, sensorielles, langagières, psychologiques, cognitives et comportementales, de même que les facteurs environnementaux sociaux et physiques présents dans leur milieu de vie influenceront les opportunités et les possibilités de participation sociale qui s'offrent à elles.

¹ FOUGEYROLLAS, P., BERGERON, H., CLOUTIER, R., CÔTÉ, J., & ST MICHEL, G. (1998). *Classification québécoise : Processus de production du handicap*. Québec : Réseau international sur le Processus de production du handicap.

Informations générales sur le contenu des habitudes de vie

- **Description du contenu des habitudes de vie**

La MHAVIE s'intéresse à la façon habituelle pour la personne de réaliser ses habitudes de vie. Ceci implique de ne considérer que les activités faisant partie de sa réalité et ainsi que d'évaluer globalement le niveau de difficulté, le ou les types d'aides requis, ainsi que le niveau de satisfaction général de la personne.

La représentation du contenu des habitudes de vie peut varier d'une personne à l'autre. Un certain nombre d'activités sont proposées pour chacune des habitudes de vie, et ce, afin de faciliter la compréhension et l'utilisation de la MHAVIE.

Cet effort assure une meilleure prise en compte des expériences communes et de la diversité des réalités vécues par les adolescents, les adultes et les aînés ayant des incapacités.

- **Réalisation et évaluation des habitudes de vie**

Les utilisateurs du présent guide peuvent ajouter des descriptions d'activités et des exemples de cotation pour chacune des habitudes de vie à l'aide de leurs expériences et connaissances.

La réalisation d'une habitude de vie par un adolescent, un adulte et un aîné comprend plusieurs activités. Il arrive toutefois que les personnes ne font pas l'ensemble des activités comprises dans une habitude de vie en raison de leur milieu de vie et de leurs caractéristiques personnelles (choix de la personne, identité, systèmes organiques et aptitudes).

La MHAVIE n'a pas pour objectif d'évaluer individuellement la réalisation des activités comprises dans chacune des habitudes de vie d'une personne.

- **Points de repères facilitant l'évaluation de la réalisation des habitudes de vie**

Le présent guide contient des exemples de réalisation d'habitude de vie, et ce, de manière à faciliter l'évaluation de la réalisation des habitudes de vie des adolescents, des adultes et des aînés ayant des incapacités.

Informations générales sur les exemples de cotation en relation avec leurs caractéristiques personnelles

- **Des exemples de cotation pour chacune des habitudes de vie en relation avec différentes caractéristiques personnelles des personnes ayant des incapacités**

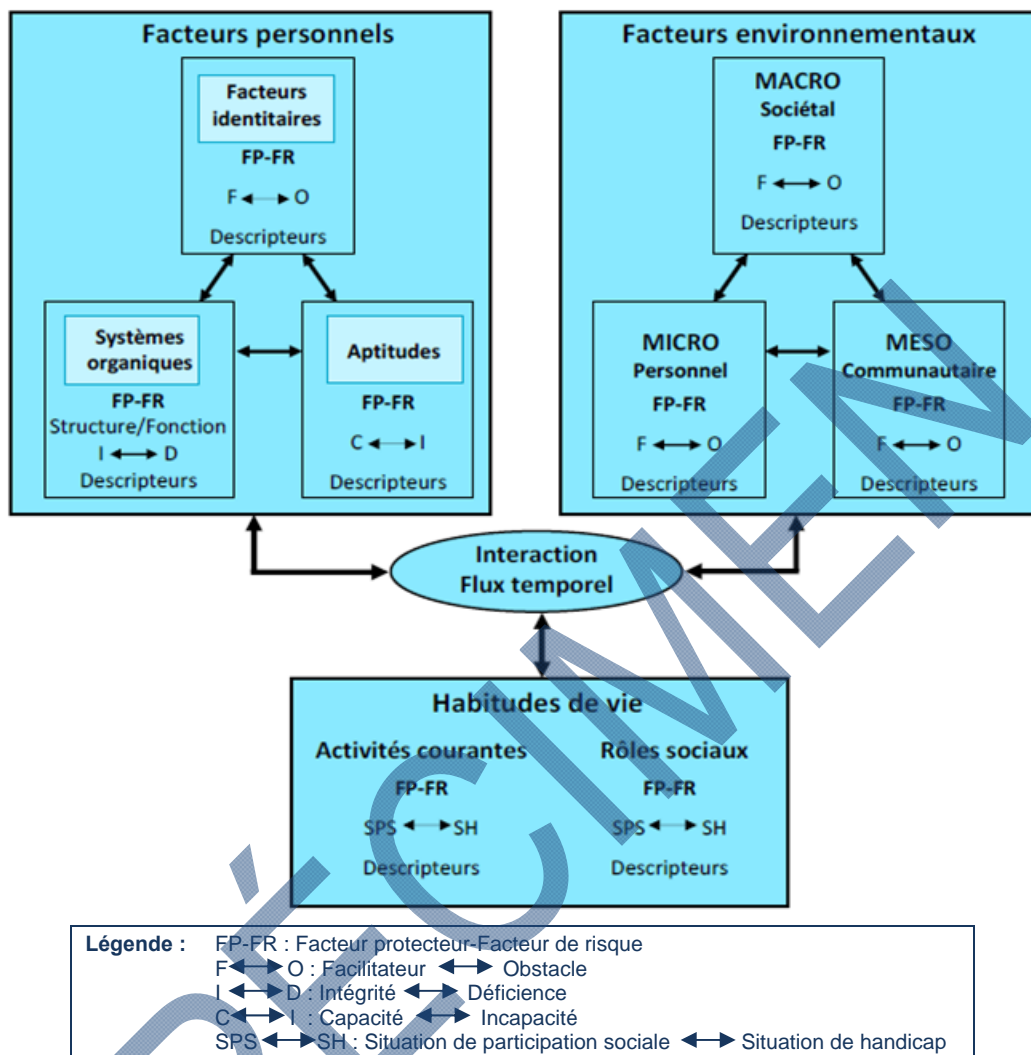
Les exemples de cotation comprennent des réponses possibles quant aux niveaux de réalisation et des types d'aide requis par des personnes présentant différentes caractéristiques personnelles, afin de réaliser leurs différentes habitudes de vie.

L'interprétation des questions et la compréhension des choix de réponse proposés par la MHAVIE peuvent varier d'une personne à l'autre. Un certain nombre d'exemples de cotation sont proposés pour chacune des habitudes de vie, et ce, afin d'assurer la validité des informations recueillies sur la réalisation des activités courantes et des rôles sociaux des adolescents, adultes et aînés ayant des incapacités. Ceci permettra de faciliter la compréhension et l'utilisation de la MHAVIE.

La personne concernée ou son répondant est libre de répondre au questionnaire selon sa perception. Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse.

Cet effort offre quelques-uns des éléments de réponses utiles lors de l'utilisation de la MHAVIE. Certaines situations ne seront donc pas couvertes par le présent guide.

Modèle de développement humain et Processus de production du handicap (MDH-PPH 2)



Ce modèle, connu sous le nom de PPH, permet d'identifier et d'expliquer les causes et conséquences des maladies, traumatismes et atteintes au développement d'une personne.

Le PPH montre que la réalisation de nos habitudes de vie est le résultat de notre identité, de nos choix, de déficiences de nos organes, de nos capacités et incapacités mais également des caractéristiques de notre milieu de vie (environnement).

Ainsi cette réalisation peut être influencée par le renforcement de nos aptitudes et la compensation de nos incapacités par la réadaptation, mais également par la réduction des obstacles dus aux préjugés, au manque d'aide ou de ressources, à l'absence d'accessibilité du domicile ou de l'école.

Ainsi, mesurer la réalisation des habitudes de vie, c'est identifier le résultat de la rencontre entre la personne et son environnement. On parlera alors de la qualité de la participation sociale vécue par la personne.

Le PPH est donc un modèle positif qui ne place pas la responsabilité du handicap sur la personne.

Qu'est ce que la participation sociale?

Selon le cadre conceptuel systémique de la classification québécoise: processus de production du handicap, la participation sociale correspond à la réalisation des habitudes de vie, c'est-à-dire les activités courantes et les rôles sociaux d'une personne. Une habitude de vie est une activité courante ou un rôle social valorisé par la personne ou son contexte socioculturel selon ses caractéristiques (l'âge, le sexe, l'identité socioculturelle, etc.). Elle assure la survie et l'épanouissement d'une personne dans sa société tout au long de son existence.

La qualité de participation est un indicateur qui s'apprécie sur un continuum ou échelle allant de la situation de participation sociale optimale jusqu'à la situation de handicap complète. Il est donc préférable de parler de qualité de participation sociale. La qualité de la participation sociale est le résultat de l'interaction entre les caractéristiques de cette personne et les caractéristiques de son contexte de vie.

La qualité de la participation sociale est situationnelle et ne peut être réduite uniquement aux facteurs personnels ou aux facteurs environnementaux séparément. La qualité de la participation sociale dépend des choix des personnes et des possibilités offertes et valorisées par le contexte de vie. Trois grandes dimensions de facteurs environnementaux influencent la qualité de la participation sociale:

- le microenvironnement personnel : le domicile, les proches, le poste de travail, etc.;
- le méso environnement communautaire : les commerces du quartier, le transport, les attitudes et le degré d'information des personnes avec qui on interagit pour réaliser ses habitudes de vie dans notre communauté; la conception universelle des infrastructures (bâtiments, urbanisme, technologie) de la communauté;
- le macro environnement sociétal : les lois, les politiques, l'organisation des services et les missions des partenaires, les orientations des décideurs et les processus de définition des priorités et budgets de santé et de développement social, l'influence du mouvement associatif de défense de droits, etc.

Trois grandes dimensions de facteurs personnels influencent la qualité de la participation sociale:

- les facteurs identitaires;
- les systèmes organiques;
- les aptitudes.

Qui peut répondre à ce questionnaire?

La Mesure des habitudes de vie (MHAVIE) s'applique à toutes les personnes ayant des incapacités, de tous les contextes socio-culturels, et ce, peu importe si elles présentent des incapacités motrices, sensorielles, intellectuelles ou ayant des troubles de santé mentale. La MHAVIE est donc un instrument à portée universelle, et ce, parce que toutes les personnes, qu'elles présentent ou non des incapacités, sont concernées par les mêmes habitudes de vie, peu importe la façon dont elles les réalisent.

La MHAVIE a été élaborée pour être complétée par la personne elle-même. Les répondants peuvent être aussi les parents, les proches significatifs ou les intervenants désirant employer la MHAVIE, afin de recueillir les données sur la participation sociale de la personne concernée.

Il existe, en effet, des situations où la **complexité des consignes et des énoncés** de la MHAVIE limite ou empêche la possibilité de remplir ce questionnaire. C'est pourquoi trois méthodes de passation sont possibles :

- 1) de manière autonome par la personne, un parent ou un proche significatif;
- 2) par la personne avec le soutien d'un parent, d'un proche significatif ou d'un intervenant;
- 3) par un intervenant.

Le **choix** d'une méthode de passation appropriée garantit la **validité des informations** recueillies sur la qualité de la participation sociale de la personne évaluée.

Qui peut répondre à ce questionnaire? (suite)

Méthode 1 : Critères pour répondre de manière autonome par la personne, un parent ou un proche significatif

Pour répondre de manière autonome au questionnaire, le répondant doit posséder les **compétences suivantes** :

- a) Il peut lire sans difficulté;
- b) Il maîtrise les distinctions sémantiques entre « niveau de difficulté », « type d'aide utilisé », « niveau d'intensité d'aide humaine » et « niveau de satisfaction »;
- c) Il saisit le sens abstrait de termes comme « habituellement », « utiliser », « maintenir », « assumer », etc.;
- d) Il comprend les distinctions sémantiques des niveaux de gradation utilisés à l'intérieur des échelles de mesure et peut les appliquer à sa situation personnelle;
- e) Il présente un niveau d'attention suffisant pour :
 - ✓ Lire au complet chaque énoncé;
 - ✓ Répondre à toutes les questions, sans en omettre;
 - ✓ Cocher la case appropriée.
- f) Il présente un niveau de tolérance à l'effort mental suffisant pour maintenir son attention du début à la fin de l'exercice ou peut reconnaître sa fatigue et reporter la suite à plus tard;
- g) Il présente une autocritique et une autoperception de ses difficultés jugées suffisantes.

À titre d'**indicateurs de ces compétences**, on peut retenir des **comportements significatifs** de la personne, par exemple comment elle répond à des examens écrits si elle est ou a été scolarisée, comment elle traite des documents écrits qu'elle reçoit (comptes à payer, contrats d'achat, etc.), comment elle parle d'elle-même et semble avoir une perception réaliste de sa situation, etc.

Le parent ou le proche significatif doit avoir une connaissance approfondie de la personne visée par l'évaluation et être en mesure de fournir des réponses précises aux questions. Les informations colligées ne devront pas se baser sur une opinion personnelle fondée sur ce que la personne pourrait ou devrait faire, **mais bien sur ce qu'elle fait réellement, dans sa vie de tous les jours.**

Qui peut répondre à ce questionnaire? (suite)

Méthode 2 : Passation par la personne avec le soutien d'un parent, d'un proche significatif ou d'un intervenant

Si les compétences ne correspondent pas complètement aux critères définis à la méthode 1, il est nécessaire de lui offrir un soutien pour lui **faciliter la compréhension des consignes et des énoncés** de la MHAVIE.

Voici quelques **exemples de soutien** qu'un parent, proche significatif ou intervenant peut apporter :

- a)** Explication des consignes et répétition en cours de passation, au besoin;
- b)** Lecture et clarification des énoncés;
- c)** Ajout d'exemples signifiants pour la personne évaluée en fonction de son contexte de vie, au besoin;
- d)** Prise en note des réponses.

Il est important que le parent, le proche significatif ou l'intervenant ne fasse que **faciliter la compréhension des consignes et des énoncés** de la MHAVIE. Les réponses colligées devront toujours représenter l'opinion de la personne interrogée. Il est préférable que le parent, le proche significatif ou l'intervenant **évite d'influencer ou de commenter les réponses données**, et ce, pour limiter les reformulations biaisées.

Qui peut répondre à ce questionnaire? (suite)

Méthode 3 : Passation par un intervenant comme répondant

Dans la mesure où les deux premières méthodes ne peuvent s'appliquer au parent ou au proche significatif, ou que ceux-ci ne connaissent pas bien la réalité de la personne, l'intervenant peut répondre à l'ensemble ou à certaines parties du questionnaire.

L'intervenant doit avoir une connaissance approfondie de la personne visée par l'évaluation et être en mesure de fournir des réponses précises aux questions. Les informations colligées ne devront pas se baser sur une opinion personnelle fondée sur ce que la personne pourrait ou devrait faire, **mais bien sur ce qu'elle fait réellement, dans sa vie de tous les jours.**

SPÉCIMEN

Les consignes à l'intention des répondants : indications générales

Nous vous demandons de lire ces consignes très attentivement. Cela permettra de vous familiariser avec le questionnaire et vous en faciliter l'utilisation.

De façon générale, ce questionnaire a pour but de recueillir de l'information sur un ensemble d'habitudes de vie que la personne réalise dans son milieu (domicile, lieu de travail ou d'études, quartier...).

Les habitudes de vie sont *des activités sociales. Elles comprennent les activités courantes et les rôles sociaux* qui assurent la survie et l'épanouissement d'une personne dans la société tout au long de son existence. La réalisation des habitudes de vie dépend de l'âge chronologique de la personne, des attentes du milieu de vie et aussi des aspects culturels.

Activités courantes	Rôles sociaux
communication	responsabilités
déplacements	relations interpersonnelles
nutrition	vie associative et spirituelle
condition physique et bien-être psychologique	éducation
soins personnels et de santé	travail
habitation	loisirs

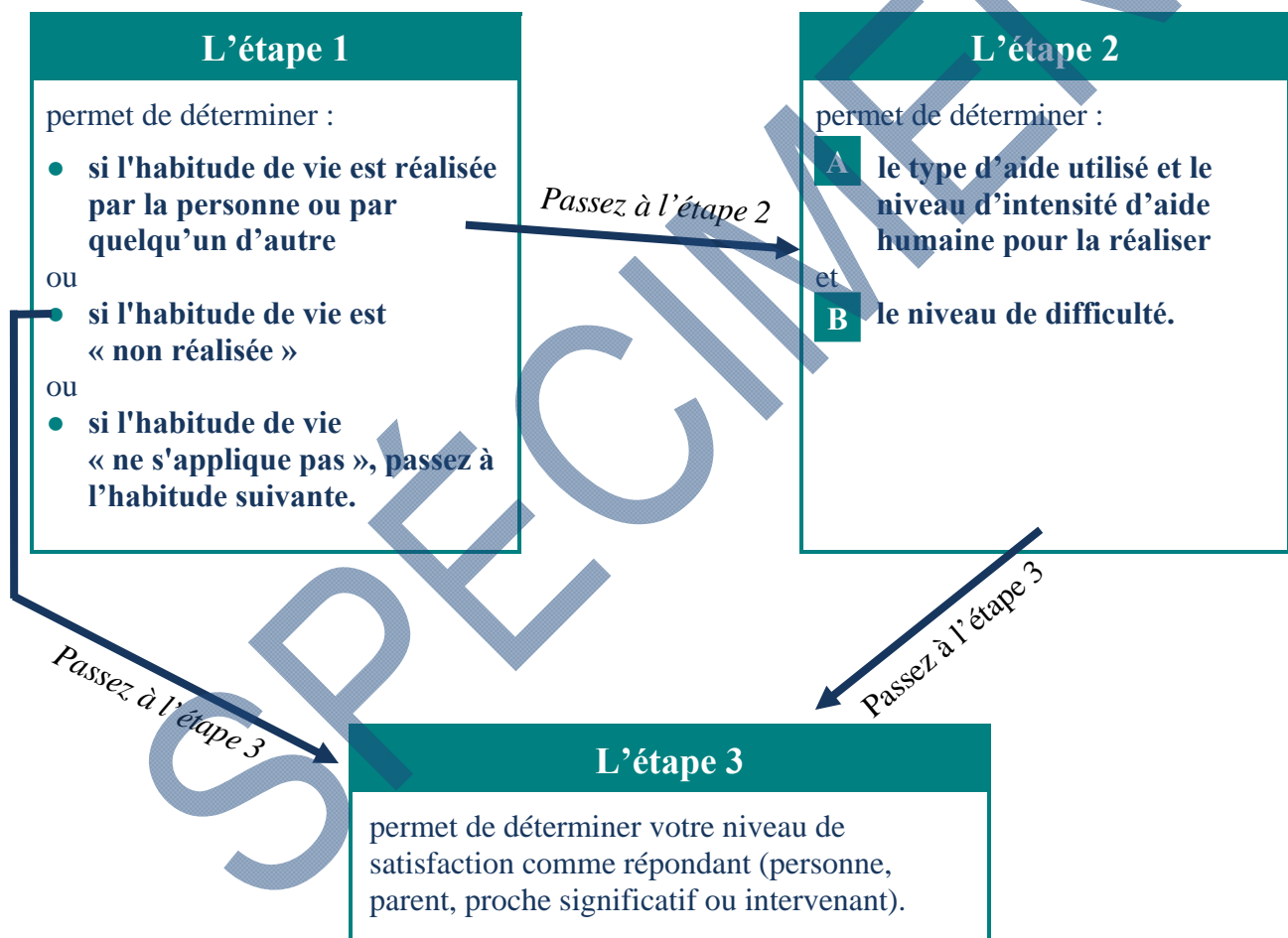
Pour chacune des habitudes de vie, vous devez indiquer de quelle façon la personne la réalise généralement, dans son quotidien. **Il s'agit de la façon la plus habituelle pour la personne de la réaliser.**

Note à l'attention du répondant

Vous répondez librement au questionnaire selon votre perception. Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse. Si certains éléments plus personnels vous indisposent, vous avez le choix de ne pas y répondre.

Les étapes et le format du questionnaire

Pour chacune des habitudes de vie, veuillez suivre ces trois étapes



Voici le format de la grille située dans le haut de chaque page du questionnaire

Suivez les trois étapes suivantes (cochez les cases appropriées)	Étape 1		Étape 2				Étape 3		
	Cette habitude de vie est :		A Type d'aide utilisé (1 réponse ou plus, selon le cas)		B Niveau de difficulté		Niveau de satisfaction		
	Réalisée (par la personne ou quelqu'un d'autre)	Non réalisée (Passez directement à l'étape 3)	Aide humaine * (1 réponse seulement)		Sans ou avec peu de difficulté		Très satisfait		
Note : Ne pas oublier qu'il s'agit de la façon habituelle pour la personne de réaliser ses habitudes de vie.	Ne s'applique pas (Passez à l'habitude de vie suivante)		Aide technique **		Avec une certaine difficulté		Satisfait		
			Aménagement **		Sans ou avec beaucoup de difficulté		Insatisfait		
			Sans aide				Très satisfait		
			Légère				Satisfait		
				Importante				Insatisfait	
				Complète				Très insatisfait	

Les consignes à l'intention des répondants :

Cette habitude fait-elle partie de la vie de la personne?

Étape 1

**Pour chacune des
habitudes de vie
suivantes, indiquez si
elle est réalisée, si elle
est non-réalisée ou si
elle ne s'applique pas.**

Réalisée

L'habitude de vie est réalisée par la personne ou quelqu'un d'autre. Cette habitude de vie fait partie de la réalité actuelle de la personne, et ce, même si elle est réalisée par, le proche significatif ou l'intervenant, en raison de :

- 1) de trop grandes incapacités ou
- 2) d'obstacles trop importants.

Non-réalisée

Cette habitude de vie n'est pas réalisée en raison :

- 1) de trop grandes incapacités;
- 2) d'obstacles trop importants;
- 3) d'un manque d'aide.

Si la personne réside dans un milieu institutionnel qui, par son fonctionnement ou par son personnel, l'empêche de réaliser elle-même, avec ou sans aide, certaines habitudes de vie, les activités concernées seront considérées comme « non réalisées ».

Ne s'applique pas

La catégorie « ne s'applique pas » ne sera utilisée que si l'habitude de vie en question ne fait pas partie de la vie de la personne. Assurez-vous que votre réponse ne peut s'expliquer par la présence de trop grandes incapacités chez la personne, d'obstacles trop importants dans l'environnement ou d'un manque d'aide.

Cette habitude de vie ne fait pas partie de la réalité actuelle de la personne, soit :

- 1) parce qu'elle ne s'est pas encore présentée (prendre l'avion, planifier un déménagement, utiliser le transport en commun);
- 2) en raison de l'âge ou du sexe (planifier un budget pour un adolescent);
- 3) en raison de l'inexistence du facteur environnemental nécessaire à la réalisation de l'habitude de vie;
- 4) par choix personnel, familial ou socioculturel (suivre un cours si la personne n'est pas aux études, pratiquer des activités artistiques comme la musique, la peinture, la danse...).

Les consignes à l'intention des répondants : les types d'aide utilisés

Étape 2-A

Pour chacune des habitudes de vie suivantes, indiquez quel type d'aide est utilisé.

Vous pouvez cocher plus d'une case (dans les types d'aide utilisés), si cela correspond à la façon dont la personne réalise l'habitude de vie. Voici comment nous définissons chaque type d'aide.

Aide technique

Tout soutien (non humain) pour aider à la réalisation des habitudes de vie de la personne tel qu'un fauteuil roulant, une aide visuelle, un appareil auditif, un siège de bain, des médicaments, des cartes de pictogrammes, ou tout autre accessoire. Généralement, **la personne peut les apporter avec elle**. L'« **Aide technique** » doit être cochée seulement lorsque la réalisation de l'habitude de vie par la personne nécessite son utilisation. Les aides techniques spécifiques aux déplacements et à la communication ne devront être considérées que pour les sections *Déplacements* et *Communication*. Ces aides techniques devront être exclues pour toutes les autres catégories d'habitudes de vie. On ne devra cocher « aide technique » que si elle répond à un besoin spécifique dans la réalisation d'une habitude de vie.

Aménagement

Toute modification de l'environnement ou de la tâche de la personne pour faciliter la réalisation de ses habitudes de vie telle qu'une rampe d'accès, une porte élargie, une modification de l'éclairage, un aménagement de la tâche, un aménagement architectural, une modification de l'habitude de vie ou **du temps de réalisation (disposer de plus de temps pour réaliser une habitude de vie)**. Généralement, dans le cas **des aménagements physiques, la personne ne peut pas les apporter avec elle**.

Aide humaine

Cette aide se définit comme toute personne aidant à la réalisation des habitudes de vie de la personne telle que, des proches, des amis, des intervenants, etc. Cela comprend notamment l'aide physique ou la supervision (surveillance), les consignes verbales et l'encouragement. Cette aide doit être nécessaire en raison des « **incapacités de la personne** » ou des « **obstacles de l'environnement** ».

Les consignes à l'intention des répondants : les degrés d'intensité de l'aide humaine

Sans aide humaine

La personne réalise seule l'habitude de vie ou avec l'aide habituellement requise par une personne du même âge sans incapacité.

Aide humaine légère

Globalement, de façon habituelle, la personne :

- réalise l'habitude de vie avec une aide physique ou verbale (incluant la supervision) pour une faible portion de celle-ci;
- réalise l'essentiel de l'habitude de vie mais requiert de la surveillance occasionnelle (rappel de consignes nécessaires pour initier la tâche ou s'ajuster en cours de tâche).

Aide humaine importante

Globalement et de façon habituelle, la personne s'implique dans la réalisation de l'habitude de vie mais de l'aide physique, verbale ou une surveillance est requise pour la majeure ou la presque totalité de l'habitude de vie (plus de 50%).

Aide humaine complète

La personne ne peut pas participer activement à la réalisation de l'habitude de vie qui est entièrement réalisée par l'aide humaine en raison :

- 1) de trop grandes incapacités ou
- 2) d'obstacles trop importants.

Les consignes à l'intention des répondants : les niveaux de difficulté

Étape 2-B

Pour chacune des habitudes de vie suivantes, indiquez le niveau de difficulté rencontré pour réaliser l'habitude de vie.

À cette sous-question, vous ne devez cocher qu'**un seul niveau de difficulté** pour chacune des habitudes de vie énoncées. Voici comment nous définissons chaque niveau de réalisation.

Sans ou avec peu de difficulté

La personne réalise facilement ou avec peu de difficulté l'habitude de vie même si cela est fait avec aménagement, aide technique ou aide humaine selon le cas.

Avec une certaine difficulté

La personne réalise difficilement (avec passablement d'inconfort et d'efforts...) l'habitude de vie, même si cela est fait avec aménagement, aide technique ou aide humaine selon le cas.

Avec beaucoup de difficulté

La personne réalise très difficilement (avec beaucoup d'inconfort et d'efforts...) l'habitude de vie, même si cela est fait avec aménagement, aide technique ou aide humaine selon le cas.

Lorsque la réponse est « ça dépend » ou « 50/50 » pour ce qui est du « niveau de difficulté » et que l'on hésite entre deux niveaux, on doit choisir le niveau qui indique le plus de difficulté.

Les consignes à l'intention des répondants : les niveaux de satisfaction

Étape 3

Pour chacune des habitudes de vie, choisissez l'une des deux options suivantes :

- vosre perception du niveau de satisfaction de la réalisation des habitudes de vie de la personne;**
- vosre niveau de satisfaction personnelle à l'égard de la réalisation des habitudes de vie de la personne.**

La mesure du niveau de satisfaction pour chacune des habitudes de vie est prise à titre indicateur, notamment pour décider de la pertinence d'une intervention dans la réalisation d'une habitude de vie.

Le degré de satisfaction doit être utilisé avec chacune des habitudes de vie.

Deux options s'offrent à vous :

- Indiquez votre perception du niveau de satisfaction de la réalisation des habitudes de vie de la personne. Vous devez y répondre selon votre vécu quotidien et votre expérience de vie.
- Indiquez votre niveau de satisfaction personnelle à l'égard de la réalisation des habitudes de vie de la personne. Il est important d'indiquer votre choix à la page d'identification du répondant.

Pour certaines habitudes de vie, les niveaux « **Non réalisée** » ou « **Ne s'applique pas** » ne peuvent être cochés (par ex. : s'endormir, dormir et se réveiller). Cela s'explique par l'aspect essentiel de ces habitudes de vie pour la survie d'une personne.

Lorsque l'habitude de vie est réalisée par la personne, vous devez cocher le type d'aide requis, le niveau de difficulté et le niveau de satisfaction.

Pour toutes les habitudes de vie (*pages 25 à 36*), le contenu des parenthèses est placé à titre indicatif et non exhaustif.

De plus, il n'y a pas obligation de réaliser toutes les activités mentionnées, mais seulement ce qui est pertinent pour la personne.

Des exemples de réalisation de certaines habitudes de vie

Suivez les trois étapes suivantes (cochez les cases appropriées)	Étape 1			Étape 2			Étape 3					
	Cette habitude de vie est :			A Type d'aide utilisé (1 réponse ou plus, selon le cas)			B Niveau de difficulté		Niveau de satisfaction			
	Réalisée (par la personne ou quelqu'un d'autre)	Non réalisée (Passez directement à l'étape 3)	Ne s'applique pas (Passez à l'habitude de vie suivante)	Aide technique **	Aménagement **	Aide humaine * (1 réponse seulement)	Sans ou avec peu de difficulté	Avec une certaine difficulté	Avec beaucoup de difficulté	Très satisfait ☺☺	Satisfait ☺	Insatisfait ☹

Note : Ne pas oublier qu'il s'agit de la façon habituelle pour la personne de réaliser ses habitudes de vie.

Préparer des repas simples (sandwich, salade, collation...)

Si la personne participe ou réalise son habitude de vie, cochez la case « Réalisée ». Cochez aussi le type d'aide utilisé, le niveau de difficulté et de satisfaction.	✓				✓		✓			✓			
Si la personne ne peut « préparer des repas simples », en raison d'une trop grande incapacité ou d'obstacles trop importants, cochez la case « Non réalisée » et le niveau de satisfaction.		✓										✓	
Si la personne n'a pas l'habitude de « préparer des repas simples » par choix personnel (et non en raison d'incapacités ou d'obstacles) cette habitude ne fait donc pas partie de son quotidien. Vous devez alors cocher la case « Ne s'applique pas ».			✓										
Si la personne utilise des appareils spéciaux (pinces, orthèses, ouvre-couvercle, etc.) pour « préparer des repas simples » cochez les cases « Réalisée », « Aide technique », le niveau de difficulté et de satisfaction.	✓			✓				✓				✓	
Si la personne dispose de plus de temps pour réaliser cette habitude de vie, cochez les cases « Réalisée », « Aménagement », le niveau de difficulté et de satisfaction.	✓				✓	✓		✓				✓	

Des exemples de réalisation de certaines habitudes de vie (suite)

Suivez les trois étapes suivantes (cochez les cases appropriées)	Étape 1			Étape 2						Étape 3					
	Cette habitude de vie est :			A			B			Niveau de satisfaction					
	Réalisée (par la personne ou quelqu'un d'autre)	Non réalisée (Passez directement à l'étape 3)	Ne s'applique pas (Passez à l'habitude de vie suivante)	Type d'aide utilisé (1 réponse ou plus, selon le cas)						Niveau de difficulté			Niveau de satisfaction		
Note : Ne pas oublier qu'il s'agit de la façon habituelle pour la personne de réaliser ses habitudes de vie.						Aide humaine * (1 réponse seulement)			Sans ou avec peu de difficulté			Très satisfait			
						Avec une certaine difficulté			Avec beaucoup de difficulté			Satisfait			
												Insatisfait			
												Très insatisfait			

Préparer des repas simples (sandwich, salade, collation...) suite...

Si, en règle générale, la personne réalise par elle-même (seule) cette habitude de vie, cochez les cases « Réalisée », « Sans aide », le niveau de difficulté et de satisfaction.	<input checked="" type="checkbox"/>				<input checked="" type="checkbox"/>					<input checked="" type="checkbox"/>				<input checked="" type="checkbox"/>			
Si la personne a l'aide d'une personne en raison de son incapacité ou parce que la cuisine n'est pas adaptée pour « préparer un repas », cochez « Réalisée », le niveau d'« Aide humaine », le niveau de difficulté et de satisfaction.	<input checked="" type="checkbox"/>						<input checked="" type="checkbox"/>			<input checked="" type="checkbox"/>							<input checked="" type="checkbox"/>
Si la personne réalise facilement son habitude de vie, cochez les cases « Réalisée », « Sans ou avec peu de difficulté », le type d'aide utilisé, le niveau de difficulté et de satisfaction.	<input checked="" type="checkbox"/>				<input checked="" type="checkbox"/>					<input checked="" type="checkbox"/>				<input checked="" type="checkbox"/>			
S'il est difficile pour la personne de « préparer des repas simples » tel qu'un sandwich, une salade ou une collation, cochez les cases « Réalisée », « Avec une certaine difficulté », le type d'aide utilisé, le niveau de difficulté et de satisfaction.	<input checked="" type="checkbox"/>				<input checked="" type="checkbox"/>					<input checked="" type="checkbox"/>							<input checked="" type="checkbox"/>
Il se peut que ce soit « Sans aide », même si vous avez coché le niveau de réalisation « Avec une certaine difficulté ». Cochez aussi « Réalisée » et le niveau de satisfaction.	<input checked="" type="checkbox"/>				<input checked="" type="checkbox"/>					<input checked="" type="checkbox"/>							<input checked="" type="checkbox"/>

Des exemples de réalisation de certaines habitudes de vie (suite)

Suivez les trois étapes suivantes (cochez les cases appropriées)	Étape 1			Étape 2			Étape 3						
	Cette habitude de vie est :			A Type d'aide utilisé (1 réponse ou plus, selon le cas)			B Niveau de difficulté			Niveau de satisfaction			
	Réalisée (par la personne ou quelqu'un d'autre)	Non réalisée (Passez directement à l'étape 3)	Ne s'applique pas (Passez à l'habitude de vie suivante)	Aide technique **	Aménagement **	Aide humaine * (1 réponse seulement)	Sans ou avec peu de difficulté	Avec une certaine difficulté	Avec beaucoup de difficulté	Très satisfait ☺☺	Satisfait ☺	Insatisfait ☹	Très insatisfait ☹☹

Vous occuper de votre hygiène corporelle (vous laver les mains, se brosser les dents, prendre un bain ou une douche...)

Si la personne utilise un banc de douche pour réaliser cette habitude de vie, cochez les cases « **Réalisée** » et « **Aide technique** ». De plus, si elle a l'aide d'une personne pour réaliser cette habitude de vie, cochez également le niveau d'« **Aide humaine** » approprié. De même, si la salle de bain de la personne est aménagée, cochez la case « **Aménagement** » ainsi que le niveau de difficulté et de satisfaction.

<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
-------------------------------------	--------------------------	--------------------------	-------------------------------------	-------------------------------------	-------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	-------------------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

Se déplacer dans les lieux de loisirs de son milieu

Si la personne effectue ses déplacements en fauteuil roulant, qu'elle veut avoir accès à un édifice de loisirs mais qu'elle ne peut y avoir accès (absence de rampe d'accès ou d'ascenseur...), son niveau de réalisation est alors « **Non réalisée** ». Cela signifie qu'elle ne réalise pas l'habitude de vie en raison d'obstacles trop importants ou d'un manque d'aide. Cochez aussi le niveau de satisfaction.

Si la personne utilise une rampe d'accès pour réaliser son habitude de vie, cochez les cases « **Réalisée** », « **Aménagement** », le niveau de difficulté et de satisfaction.

<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

Des exemples de réalisation de certaines habitudes de vie (suite)

Suivez les trois étapes suivantes (cochez les cases appropriées)	Étape 1			Étape 2			Étape 3									
	Cette habitude de vie est :			A Type d'aide utilisé (1 réponse ou plus, selon le cas)			B Niveau de difficulté			Niveau de satisfaction						
	Réalisée (par la personne ou quelqu'un d'autre)	Non réalisée (Passez directement à l'étape 3)	Ne s'applique pas (Passez à l'habitude de vie suivante)	Aide technique **	Aménagement **	Sans aide	Légère	Importante	Complète	Sans ou avec peu de difficulté	Avec une certaine difficulté	Avec beaucoup de difficulté	Très satisfait ☺☺	Satisfait ☺	Insatisfait ☹	Très insatisfait ☹☹
Note : Ne pas oublier qu'il s'agit de la façon habituelle pour la personne de réaliser ses habitudes de vie.																

Utiliser un téléphone à votre domicile ou au travail

Si la personne utilise un appareil auditif pour téléphoner, cochez les cases « Réalisée », « Aide technique », le niveau de difficulté et de satisfaction.

<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
-------------------------------------	--------------------------	--------------------------	-------------------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	-------------------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	-------------------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

Utiliser une radio, un téléviseur, un ordinateur, un système de son...

Si la personne utilise une aide visuelle (système télescopique, support à lecture, pointeur agrandi, logiciel d'agrandissement des caractères...), cochez les cases « Réalisée » et « Aide technique ». Si elle a besoin de plus de temps pour accomplir sa tâche, cochez la case « Aménagement ». Si la personne a besoin de consignes verbales ou d'encouragement pour réaliser cette habitude de vie que les personnes de son âge réalisent habituellement seules, cochez un niveau d' « Aide humaine ». Cochez aussi le niveau de difficulté et de satisfaction.

<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
-------------------------------------	--------------------------	--------------------------	-------------------------------------	-------------------------------------	--------------------------	--------------------------	-------------------------------------	--------------------------	--------------------------	-------------------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	-------------------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

Communiquer par écrit (écrire une lettre, un message, une carte de souhaits...)

Si la personne dispose de plus de temps pour réaliser cette habitude de vie, cochez les cases « Réalisée », « Aménagement », le niveau de difficulté et de satisfaction.

<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
-------------------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	-------------------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	-------------------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------	-------------------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

L'identification de la personne et du répondant

1 Nom de la personne : _____ **2** Date de naissance : JJ MM AAAA / /

3 Sexe : féminin masculin **4** Cochez le niveau scolaire actuel de la personne :
Secondaire Ne s'applique pas
Post-secondaire

5 Cochez la situation d'emploi actuelle de la personne :
Régulier à temps plein Régulier à temps partiel Sans emploi
Temporaire à temps plein Temporaire à temps partiel Ne s'applique pas

6 Date de l'évaluation : JJ MM AAAA / /

7 Le répondant est :
 la personne de manière autonome
 la personne avec le soutien d'un parent, d'un proche significatif ou d'un intervenant (père mère ou autre _____)
 un parent ou un proche significatif (père mère ou autre _____)
 un parent ou un proche significatif avec le soutien d'un intervenant (père mère ou autre _____)
 un intervenant (nom et discipline) _____

Si la personne n'est pas présente, veuillez en expliquer les raisons :

8 Le niveau de satisfaction de la personne :
 satisfaction perçue par le répondant
 satisfaction du répondant

9 Autres informations pertinentes :

ÉCHELLE DE MESURE DE LA RÉALISATION DES HABITUDES DE VIE

	Aide humaine				Aide technique	Aménagement
	Sans aide	Légère	Importante	Complète		
Sans ou avec peu de difficulté	0	2	4	7	3	5
Avec une certaine difficulté	2	3	6	9	3	5
Avec beaucoup de difficulté	5	6	7	10	3	5
Non réalisé	20					

Le tableau ci-dessus est fourni à titre indicatif. Le score doit être calculé à partir d'une application informatisée disponible sur le site Internet du RIPPH : www.ripph.qc.ca.

Questionnaire

Suivez les trois étapes suivantes (cochez les cases appropriées)	Étape 1			Étape 2						Étape 3						
	Cette habitude de vie est :			A			B			Niveau de satisfaction						
	Réalisée (par la personne ou quelqu'un d'autre)	Non réalisée (Passez directement à l'étape 3)	Ne s'applique pas (Passez à l'habitude de vie suivante)	Type d'aide utilisé (1 réponse ou plus, selon le cas)			Niveau de difficulté			Niveau de satisfaction						
			Aide humaine * (1 réponse seulement)													
			Aide technique **	Aménagement **	Sans aide	Légère	Importante	Complète	Sans ou avec peu de difficulté	Avec une certaine difficulté	Avec beaucoup de difficulté	Très satisfait		Satisfait	Insatisfait	Très insatisfait
												☺	☺	☹	☹	
Communication																
Communiquer avec une autre personne à la maison ou dans la communauté (faire connaître vos besoins, exprimer vos idées...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1.1
Communiquer avec un groupe de personnes à la maison ou dans la communauté (faire connaître vos besoins, exprimer vos idées...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1.2
Tenir une conversation à la maison ou dans la communauté (donner votre opinion, discuter, argumenter...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1.3
Communiquer par écrit (écrire une lettre, un message, une carte de souhaits...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1.4
Communiquer par internet (courriel, CHAT, Webcam...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1.5
Lire et comprendre de l'information écrite (journaux, livres, lettres, signalisation, consignes...) Note : Si vous lisez avec des lunettes, cochez « Aide technique »	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1.6
Utiliser un téléphone à votre domicile ou au travail	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1.7
Utiliser un téléphone public ou un téléphone cellulaire	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	1.8

* « L'aide humaine » correspond à tout soutien humain supplémentaire (aide physique, supervision, rappel de consignes, encouragement, etc.) apporté dans le cadre de la réalisation des habitudes de vie d'une personne en raison « de ses incapacités » ou « des obstacles présents dans son environnement ». « Sans aide » doit être coché, même si la personne n'a pas besoin d'aide humaine.

Suivez les trois étapes suivantes (cochez les cases appropriées)	Étape 1			Étape 2				Étape 3									
	Cette habitude de vie est :			A Type d'aide utilisé (1 réponse ou plus, selon le cas)				B Niveau de difficulté		Niveau de satisfaction							
	Réalisée (par la personne ou quelqu'un d'autre)	Non réalisée (Passez directement à l'étape 3)	Ne s'applique pas (Passez à l'habitude de vie suivante)	Aide technique **	Aménagement **	Aide humaine * (1 réponse seulement)											
			Sans aide	Légère	Importante	Complète	Sans ou avec peu de difficulté	Avec une certaine difficulté	Avec beaucoup de difficulté	Très satisfait		Satisfait		Insatisfait		Très insatisfait	
Communication (suite...)													1				
Utiliser une radio, un téléviseur, un ordinateur, l'internet, un système DVD ou un système de son....													1.9				
Commentaires																	
Déplacements													2				
Entrer et sortir de votre résidence													2.1				
Vous déplacer à l'intérieur de votre résidence													2.2				
Vous déplacer sur le terrain de votre résidence (cour, parterre...)													2.3				
Vous déplacer dans la rue ou sur le trottoir													2.4				
Traverser la rue à une intersection													2.5				
Vous déplacer sur une surface glissante ou inégale (neige, glace, herbe, gravier...)													2.6				
Vous rendre à votre lieu d'occupation principale (travail, études, centre de jour, bénévolat...)													2.7				

** L'« Aide technique » et l'« Aménagement » doivent être cochés seulement lorsque la réalisation de l'habitude de vie par la personne le nécessite. Les aides techniques spécifiques aux déplacements et à la communication ne devront être considérées que pour les sections *Déplacements* et *Communication*.

Suivez les trois étapes suivantes (cochez les cases appropriées)	Étape 1			Étape 2					Étape 3						
	Cette habitude de vie est :			A Type d'aide utilisé (1 réponse ou plus, selon le cas)				B Niveau de difficulté			Niveau de satisfaction				
	Réalisée (par la personne ou quelqu'un d'autre)	Non réalisée (Passez directement à l'étape 3)	Ne s'applique pas (Passez à l'habitude de vie suivante)	Aide technique **	Aménagement **	Aide humaine * (1 réponse seulement)			Sans ou avec peu de difficulté	Avec une certaine difficulté	Avec beaucoup de difficulté	Très satisfait (😊😊)	Satisfait (😊)	Insatisfait (😞)	Très insatisfait (😞😞)
Déplacements (suite...)															
Entrer et vous déplacer dans votre lieu d'occupation principale (travail, études, centre de jour, bénévolat...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2
Se déplacer dans les lieux de loisirs de son milieu	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2.8
Entrer et se déplacer dans les commerces et les services (restaurant, épicerie, cliniques médicales...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2.9
Entrer et se déplacer dans les commerces et les services (restaurant, épicerie, cliniques médicales...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2.10
Vous déplacer à bicyclette (pour vos transports, vos loisirs...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2.11
Utiliser un véhicule à moteur comme conducteur (auto, moto, mobylette...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2.12
Utiliser des moyens de transport comme passager (auto, transport en commun, taxi...) Note : les transports adaptés sont des aménagements	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2.13
Commentaires															

* « L'aide humaine » correspond à tout soutien humain supplémentaire (aide physique, supervision, rappel de consignes, encouragement, etc.) apporté dans le cadre de la réalisation des habitudes de vie d'une personne en raison « de ses incapacités » ou « des obstacles présents dans son environnement ». « Sans aide » doit être coché, même si la personne n'a pas besoin d'aide humaine.

Suivez les trois étapes suivantes (cochez les cases appropriées)	Étape 1			Étape 2				Étape 3							
	Cette habitude de vie est :			A Type d'aide utilisé (1 réponse ou plus, selon le cas)				B Niveau de difficulté		Niveau de satisfaction					
	Réalisée (par la personne ou quelqu'un d'autre)	Non réalisée (Passez directement à l'étape 3)	Ne s'applique pas (Passez à l'habitude de vie suivante)	Aide technique **	Aménagement **	Aide humaine * (1 réponse seulement)		Sans ou avec peu de difficulté	Avec une certaine difficulté	Avec beaucoup de difficulté	Très satisfait	Satisfait	Insatisfait	Très insatisfait	
Nutrition (à partir de cette section, ne plus considérer les types d'aide utilisés spécifiques à la « communication » et au « déplacement »)															
Planifier l'achat de vos aliments (faire la liste d'épicerie)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3.1
Choisir les aliments pour vos repas, selon vos goûts et vos besoins particuliers (quantité, fraîcheur, type d'aliments, diète personnelle, faire l'épicerie...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3.2
Préparer des repas simples (sandwich, salade, collation...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3.3
Préparer des repas complets tels une entrée, un plat principal ou un dessert (incluant la réalisation de recettes et l'utilisation d'appareils électroménagers...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3.4
Manger un repas (incluant l'utilisation de la vaisselle et des ustensiles, respecter les règles de politesse à table selon les habitudes du milieu...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3.5
Manger au restaurant (service aux tables, commander, payer la facture...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3.6
Utiliser une machine distributrice	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	3.7
Commentaires															

** L'« Aide technique » et l'« Aménagement » doivent être cochés seulement lorsque la réalisation de l'habitude de vie par la personne le nécessite. Les aides techniques spécifiques aux déplacements et à la communication ne devront être considérées que pour les sections *Déplacements* et *Communication*.

Suivez les trois étapes suivantes (cochez les cases appropriées)	Étape 1			Étape 2						Étape 3										
	Cette habitude de vie est :			A Type d'aide utilisé (1 réponse ou plus, selon le cas)				B Niveau de difficulté		Niveau de satisfaction										
	Réalisée (par la personne ou quelqu'un d'autre)	Non réalisée (Passez directement à l'étape 3)	Ne s'applique pas (Passez à l'habitude de vie suivante)	Aide technique **		Aménagement **		Aide humaine * (1 réponse seulement)		Sans ou avec peu de difficulté		Avec une certaine difficulté		Avec beaucoup de difficulté		Très satisfait (😊😊)	Satisfait (😊)	Insatisfait (😞)	Très insatisfait (😞😞)	
Condition physique et bien-être psychologique																				
Vous mettre au lit et sortir de votre lit																				4
Vous endormir, dormir et vous réveiller (confort, durée, continuité, qualité du sommeil...)																				4.1
Pratiquer des activités physiques pour maintenir ou améliorer votre condition physique (marche, exercices individuels ou en groupe...)																				4.2
Réaliser des activités pour assurer votre bien-être psychologique (yoga, méditation, écouter de la musique...)																				4.3
Exécuter des activités d'attention ou de concentration (échecs, jeux de mémoire, mots croisés...)																				4.4
Commentaires																				4.5

* « L'aide humaine » correspond à tout soutien humain supplémentaire (aide physique, supervision, rappel de consignes, encouragement, etc.) apporté dans le cadre de la réalisation des habitudes de vie d'une personne en raison « de ses incapacités » ou « des obstacles présents dans son environnement ». « Sans aide » doit être coché, même si la personne n'a pas besoin d'aide humaine.

Suivez les trois étapes suivantes (cochez les cases appropriées)	Étape 1			Étape 2						Étape 3						
	Cette habitude de vie est :			A Type d'aide utilisé (1 réponse ou plus, selon le cas)				B Niveau de difficulté		Niveau de satisfaction						
	Réalisée (par la personne ou quelqu'un d'autre)	Non réalisée (Passez directement à l'étape 3)	Ne s'applique pas (Passez à l'habitude de vie suivante)	Aide technique **	Aménagement **	Aide humaine * (1 réponse seulement)			Sans ou avec peu de difficulté	Avec une certaine difficulté	Avec beaucoup de difficulté	Très satisfait	Satisfait	Insatisfait	Très insatisfait	
Soins personnels et de santé																
Vous occuper de votre hygiène corporelle (vous laver les mains, se brosser les dents, prendre un bain ou une douche...)																
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	5.1
Utiliser les équipements sanitaires de votre domicile (incluant lavabo, toilettes et tout autre matériel nécessaire à l'élimination...)																
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	5.2
Utiliser les équipements sanitaires autre que ceux de votre domicile (incluant lavabo, toilettes et tout autre matériel nécessaire à l'élimination...)																
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	5.3
Vous habiller et vous déshabiller (choisir et mettre vos vêtements incluant boutons, fermeture éclair, lacets de chaussures, bijoux...)																
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	5.4
Changer vos vêtements lorsqu'ils sont souillés ou salis																
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	5.5
Mettre, enlever et entretenir vos orthèses, prothèses, lentilles, lunettes, appareil auditif...																
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	5.6
Vous soigner (appliquer un pansement, prendre vos médicaments, renouveler vos prescriptions, suivre les consignes thérapeutiques, demander de l'aide...)																
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	5.7

** L'« Aide technique » et l'« Aménagement » doivent être cochés seulement lorsque la réalisation de l'habitude de vie par la personne le nécessite. Les aides techniques spécifiques aux déplacements et à la communication ne devront être considérées que pour les sections *Déplacements* et *Communication*.

Suivez les trois étapes suivantes (cochez les cases appropriées)	Étape 1			Étape 2						Étape 3						
	Cette habitude de vie est :			A			B			Niveau de satisfaction						
	Réalisée (par la personne ou quelqu'un d'autre)	Non réalisée (Passez directement à l'étape 3)	Ne s'applique pas (Passez à l'habitude de vie suivante)	Type d'aide utilisé (1 réponse ou plus, selon le cas)						Niveau de difficulté						
			Aide humaine * (1 réponse seulement)													
			Aide technique **	Aménagement **	Sans aide	Légère	Importante	Complète	Sans ou avec peu de difficulté	Avec une certaine difficulté	Avec beaucoup de difficulté	Très satisfait	Satisfait	Insatisfait	Très insatisfait	
Soins personnels et de santé (suite...)																
Utiliser les services de santé (une clinique médicale, un centre hospitalier ou de réadaptation, une clinique dentaire...)																
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	5.8
Commentaires																

Habitation																
Choisir une résidence selon vos besoins (maison, appartement, centre d'hébergement...)																
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	6.1
Aménager votre résidence selon vos goûts et vos besoins (incluant l'adaptation du domicile, décoration, choix du mobilier...)																
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	6.2
Entretenir l'intérieur de la résidence où vous habitez (ménage, lavage, faire des réparations mineures...)																
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	6.3
Entretenir l'extérieur de la résidence où vous habitez (gazon, neige, feuilles, jardin...)																
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	6.4

* « L'aide humaine » correspond à tout soutien humain supplémentaire (aide physique, supervision, rappel de consignes, encouragement, etc.) apporté dans le cadre de la réalisation des habitudes de vie d'une personne en raison « de ses incapacités » ou « des obstacles présents dans son environnement ». « Sans aide » doit être coché, même si la personne n'a pas besoin d'aide humaine.

Suivez les trois étapes suivantes (cochez les cases appropriées)	Étape 1			Étape 2				Étape 3						
	Cette habitude de vie est :			A Type d'aide utilisé (1 réponse ou plus, selon le cas)				B Niveau de difficulté		Niveau de satisfaction				
	Réalisée (par la personne ou quelqu'un d'autre)	Non réalisée (Passez directement à l'étape 3)	Ne s'applique pas (Passez à l'habitude de vie suivante)	Aide technique **	Aménagement **	Aide humaine * (1 réponse seulement)		Sans ou avec peu de difficulté	Avec une certaine difficulté	Avec beaucoup de difficulté	Très satisfait (😊)	Satisfait (🙂)	Insatisfait (😞)	Très insatisfait (😡)
Habitation (suite...)	6													
Vider les poubelles et sortir les ordures	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	6.5
Faire votre grand ménage (vitres, murs...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	6.6
Laver, repasser, plier et ranger le linge	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	6.7
Utiliser l'ameublement et les équipements de la résidence où vous habitez (bureau, rangement, chauffage...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	6.8
Commentaires														
Responsabilités	7													
Faire des achats (choisir la marchandise, payer, achats par téléphone ou internet, accès intérieur des commerces...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7.1
Utiliser les cartes bancaires ou le guichet automatique	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7.2

** L'« Aide technique » et l'« Aménagement » doivent être cochés seulement lorsque la réalisation de l'habitude de vie par la personne le nécessite. Les aides techniques spécifiques aux déplacements et à la communication ne devront être considérées que pour les sections *Déplacements* et *Communication*.

Suivez les trois étapes suivantes (cochez les cases appropriées)	Étape 1			Étape 2				Étape 3					
	Cette habitude de vie est :			A Type d'aide utilisé (1 réponse ou plus, selon le cas)				B Niveau de difficulté			Niveau de satisfaction		
	Réalisée (par la personne ou quelqu'un d'autre)	Non réalisée (Passez directement à l'étape 3)	Ne s'applique pas (Passez à l'habitude de vie suivante)	Aide technique **	Aménagement **	Aide humaine * (1 réponse seulement)		Sans ou avec peu de difficulté	Avec une certaine difficulté	Avec beaucoup de difficulté	Très satisfait	Satisfait	Insatisfait
Note : Ne pas oublier qu'il s'agit de la façon habituelle pour la personne de réaliser ses habitudes de vie.													

Responsabilités (suite...)

Planifier votre budget et respecter vos obligations financières (répartir vos dépenses et vos économies, paiement des comptes...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7
Respecter les droits et biens d'autrui, voter, respecter les lois et règlements	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7.3
Faire respecter vos droits (prendre sa place, revendiquer, exprimer votre opinion...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7.4
Prendre soin et soutenir les membres de votre famille incluant votre conjoint	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7.5
Accepter l'aide des membres de votre famille, d'un proche, incluant votre conjoint	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7.6
Assurer l'éducation de vos enfants	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7.7
Prendre soin d'un animal de compagnie	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7.8
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7.9

Commentaires

* « L'aide humaine » correspond à tout soutien humain supplémentaire (aide physique, supervision, rappel de consignes, encouragement, etc.) apporté dans le cadre de la réalisation des habitudes de vie d'une personne en raison « de ses incapacités » ou « des obstacles présents dans son environnement ». « Sans aide » doit être coché, même si la personne n'a pas besoin d'aide humaine.

Suivez les trois étapes suivantes (cochez les cases appropriées)	Étape 1			Étape 2						Étape 3						
	Cette habitude de vie est :			A Type d'aide utilisé (1 réponse ou plus, selon le cas)				B Niveau de difficulté		Niveau de satisfaction						
	Réalisée (par la personne ou quelqu'un d'autre)	Non réalisée (Passez directement à l'étape 3)	Ne s'applique pas (Passez à l'habitude de vie suivante)	Aide technique **	Aménagement **	Aide humaine * (1 réponse seulement)			Sans ou avec peu de difficulté	Avec une certaine difficulté	Avec beaucoup de difficulté	Très satisfait	Satisfait	Insatisfait	Très insatisfait	
<p>Note : Ne pas oublier qu'il s'agit de la façon habituelle pour la personne de réaliser ses habitudes de vie.</p>	Relations interpersonnelles															
	Maintenir des relations affectives avec votre conjoint (intimité, encouragement, soutien moral...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	8.1
	Maintenir des relations affectives avec votre famille autre que le conjoint (intimité, encouragement, soutien moral...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	8.2
	Maintenir des liens avec des amis	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	8.3
	Maintenir des liens sociaux avec votre entourage (voisins, collègues de travail, d'études ou de loisirs...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	8.4
	Gérer des conflits avec autrui	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	8.5
	Avoir des relations sexuelles	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	8.6
Utiliser une ou des méthodes de prévention (contraception, protection contre les maladies transmises sexuellement...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	8.7	
Commentaires																

** L'« Aide technique » et l'« Aménagement » doivent être cochés seulement lorsque la réalisation de l'habitude de vie par la personne le nécessite. Les aides techniques spécifiques aux déplacements et à la communication ne devront être considérées que pour les sections *Déplacements* et *Communication*.

Suivez les trois étapes suivantes (cochez les cases appropriées)	Étape 1			Étape 2				Étape 3							
	Cette habitude de vie est :			A Type d'aide utilisé (1 réponse ou plus, selon le cas)				B Niveau de difficulté		Niveau de satisfaction					
	Réalisée (par la personne ou quelqu'un d'autre)	Non réalisée (Passez directement à l'étape 3)	Ne s'applique pas (Passez à l'habitude de vie suivante)	Aide technique **	Aménagement **	Aide humaine * (1 réponse seulement)		Sans ou avec peu de difficulté	Avec une certaine difficulté	Avec beaucoup de difficulté	Très satisfait (☺)	Satisfait (☺)	Insatisfait (☹)	Très insatisfait (☹)	
				Sans aide	Légère	Importante	Complète								
Vie associative et spirituelle															
Participer à titre de membre à des associations étudiantes (conseil d'école, conseil de classe, comité parascolaire...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	9.1
Participer à titre de membre à des associations sportives ou de loisirs (club de hockey...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	9.2
Participer à titre de membre à des associations, groupes culturels et artistiques (théâtre, danse, cinéma...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	9.3
Participer aux activités d'un organisme de promotion des droits (droits de la personne, écologie, syndicats...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	9.4
Participer aux activités d'un parti politique	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	9.5
Participer aux activités de groupes sociaux (club Lions, Âge d'Or...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	9.6
Participer aux activités de groupes d'entraide	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	9.7

* « L'aide humaine » correspond à tout soutien humain supplémentaire (aide physique, supervision, rappel de consignes, encouragement, etc.) apporté dans le cadre de la réalisation des habitudes de vie d'une personne en raison « de ses incapacités » ou « des obstacles présents dans son environnement ». « Sans aide » doit être coché, même si la personne n'a pas besoin d'aide humaine.

Suivez les trois étapes suivantes (cochez les cases appropriées)	Étape 1			Étape 2						Étape 3			
	Cette habitude de vie est :			A			B			Niveau de satisfaction			
	Réalisée (par la personne ou quelqu'un d'autre)	Non réalisée (Passez directement à l'étape 3)	Ne s'applique pas (Passez à l'habitude de vie suivante)	Type d'aide utilisé (1 réponse ou plus, selon le cas)						Niveau de difficulté			
			Aide technique **			Aide humaine * (1 réponse seulement)			Niveau de difficulté				
			Aménagement **						Sans ou avec peu de difficulté				
									Avec une certaine difficulté				
									Avec beaucoup de difficulté				
									Très satisfait				
									Satisfait				
									Insatisfait				
									Très insatisfait				
Vie associative et spirituelle (suite...)													9
Participer à des activités reliées à des pratiques religieuses ou spirituelles (au domicile, à l'église ou autres lieux de culte, les cérémonies...)													9.8
Commentaires													
Éducation													10
(Si vous n'êtes pas aux études, cochez ici <input type="checkbox"/> et passez à la catégorie « Travail »)													
Participer à des activités d'apprentissage scolaire ou de formation professionnelle (cours, travaux, examens,...)													10.1
Suivre des cours spécialisés													10.2
Participer à des travaux d'équipe													10.3
Utiliser les services et les infrastructures scolaires (cafétéria, locaux, gymnase, services pédagogiques...)													10.4

** L'« Aide technique » et l'« Aménagement » doivent être cochés seulement lorsque la réalisation de l'habitude de vie par la personne le nécessite. Les aides techniques spécifiques aux déplacements et à la communication ne devront être considérées que pour les sections *Déplacements* et *Communication*.

Suivez les trois étapes suivantes (cochez les cases appropriées)	Étape 1			Étape 2						Étape 3						
	Cette habitude de vie est :			A Type d'aide utilisé (1 réponse ou plus, selon le cas)				B Niveau de difficulté		Niveau de satisfaction						
	Réalisée (par la personne ou quelqu'un d'autre)	Non réalisée (Passez directement à l'étape 3)	Ne s'applique pas (Passez à l'habitude de vie suivante)	Aide technique **	Aménagement **	Aide humaine * (1 réponse seulement)			Sans ou avec peu de difficulté	Avec une certaine difficulté	Avec beaucoup de difficulté	Très satisfait	Satisfait	Insatisfait	Très insatisfait	
Éducation (suite...) (Si vous n'êtes pas aux études, cochez ici <input type="checkbox"/> et passez à la catégorie « Travail »)	10															
Réaliser des travaux scolaires à la maison	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	10.5
Participer à des activités organisées par l'école (activités parascolaires, journées spéciales...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	10.6
Commentaires																
Travail	11															
Choisir un métier ou une profession	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	11.1
Rechercher un emploi	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	11.2
Réaliser des activités de travail rémunérées Note : si vous ne travaillez pas actuellement et que vous désirez travailler, cochez « Non réalisée »	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	11.3
Fréquenter un centre de jour comme occupation principale	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	11.4

* « L'aide humaine » correspond à tout soutien humain supplémentaire (aide physique, supervision, rappel de consignes, encouragement, etc.) apporté dans le cadre de la réalisation des habitudes de vie d'une personne en raison « de ses incapacités » ou « des obstacles présents dans son environnement ». « Sans aide » doit être coché, même si la personne n'a pas besoin d'aide humaine.

Suivez les trois étapes suivantes (cochez les cases appropriées)	Étape 1			Étape 2				Étape 3						
	Cette habitude de vie est :			A Type d'aide utilisé (1 réponse ou plus, selon le cas)				B Niveau de difficulté		Niveau de satisfaction				
	Réalisée (par la personne ou quelqu'un d'autre)	Non réalisée (Passez directement à l'étape 3)	Ne s'applique pas (Passez à l'habitude de vie suivante)	Aide technique **	Aménagement **	Aide humaine * (1 réponse seulement)		Niveau de difficulté		Niveau de satisfaction				
				Sans aide	Légère	Importante	Complète	Sans ou avec peu de difficulté	Avec une certaine difficulté	Avec beaucoup de difficulté	Très satisfait	Satisfait	Insatisfait	Très insatisfait
Travail (suite...)													11	
Réaliser des activités de stages en milieu de travail non rémunérées	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	11.5
Réaliser des activités bénévoles	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	11.6
Réaliser des tâches familiales ou domestiques comme occupation principale	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	11.7
Utiliser les services de votre milieu d'occupation principale (cafétéria, services au personnel, salle de repos...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	11.8
Commentaires														
Loisirs													12	
Choisir vos activités sportives, physiques et récréatives	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	12.1
Pratiquer des activités sportives ou récréatives (marche, sports et jeux...)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	12.2

** L'« Aide technique » et l'« Aménagement » doivent être cochés seulement lorsque la réalisation de l'habitude de vie par la personne le nécessite. Les aides techniques spécifiques aux déplacements et à la communication ne devront être considérées que pour les sections *Déplacements* et *Communication*.

Description du contenu et exemples de cotation des habitudes de vie

1. COMMUNICATION

1.1 Communiquer avec une autre personne à la maison ou dans la communauté

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant faire connaître ses besoins, exprimer ses idées... auprès des parents, de la fratrie, des amis, des professeurs et du personnel du lieu d'étude, des personnes du lieu de travail, des employés de commerces et autres qui ont un contact régulier avec l'adolescent, l'adulte ou l'aîné.

Exemples de cotation :

Si la personne a recours à des objets, des images, des photos ou un tableau de communication pour se faire comprendre (aide technique).

Si la personne a besoin d'une aide physique ou verbale occasionnelle de la part d'une autre personne pour se faire comprendre tel, décoder les mots ou les gestes qu'il utilise (aide humaine légère).

Si la personne a besoin de plus de temps (aménagement).

Si la personne utilise un geste de la main pour qu'on la suive au lieu de le demander verbalement (sans ou avec un peu de difficulté).

Si la personne exprime l'ensemble de ses besoins d'une seule et même façon (ex. crier, prendre par la main) (avec une certaine difficulté).

1.2 Communiquer avec un groupe de personnes à la maison ou dans la communauté

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant faire connaître ses besoins, exprimer ses idées, avoir des échanges sur un même sujet comprenant des mots, signes, expressions, gestes...

La personne participe à des échanges sur des sujets variés (réalisations, activités, goûts, intérêts...), puis sur un même sujet, selon les exigences reliées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne utilise des objets, des images, des signes, des gestes ou des photos pour se faire comprendre du groupe de personnes (aménagement).

Si la personne a besoin d'utiliser un support visuel ou un tableau de communication (aide technique).

Si la personne doit deviner et poser des questions pour comprendre (sans ou avec peu de difficulté).

Si un proche ou personne significative doit interpréter ou intervenir (aide humaine additionnelle).

Si la personne a besoin de plus de temps (aménagement).

1.3 Tenir une conversation à la maison ou dans la communauté

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant donner son opinion, discuter, argumenter... dans des groupes comprenant entre 4 et 10 personnes.

Excluant les situations où la personne utilise des comportements imités des autres personnes participant à la conversation qui indiquent que la consigne n'est pas maîtrisée mais simplement reproduite par imitation (avec une certaine difficulté).

Exemples de cotation :

Si l'interlocuteur doit attirer l'attention de la personne en disant son nom (avec une certaine difficulté, aide humaine additionnelle – aménagement si prévu à titre de consigne).

Si l'interlocuteur a besoin de monter le ton de la voix, de parler plus lentement ou de mettre l'accent sur des mots clés (aménagement).

Si l'interlocuteur a besoin de répéter l'information plus qu'habituellement nécessaire (avec une certaine difficulté et aide humaine importante).

1.4 Communiquer par écrit

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant écrire une lettre, un message, une carte de souhaits, selon les exigences reliées à l'âge.

Exemples de cotation :

Si la personne utilise un crayon adapté ou un ordinateur (aide technique).

Si la personne a besoin d'accompagnement pour l'aider à la rédaction d'un message (aide humaine).

Si la personne a besoin de plus de temps (aménagement).

1.5 Communiquer par Internet

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant les aspects reliés à l'utilisation du courriel, du CHAT, de la Webcam et des échanges sur des réseaux sociaux.

Exemples de cotation :

Si la personne a besoin de plus de temps pour se connecter et naviguer sur Internet (aménagement).

Si la personne a besoin d'accompagnement ou de supervision dans la tâche (aide humaine).

Si la personne a besoin d'un soutien visuel afin de faciliter sa participation aux échanges sur le CHAT et dans les réseaux sociaux (aménagement).

Si la personne a besoin de réponses déjà préparées (aménagement).

1.6 Lire et comprendre de l'information écrite

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant la réception et la compréhension des consignes et de la signalisation écrite, la lecture de journaux, livres, lettres, pictogrammes, instructions écrites, publicité, signalisation...

Exemple de cotation :

Si la personne a besoin d'accompagnement afin de comprendre l'information qui lui est transmise (aide humaine).

Si la personne a besoin de plus de temps (aménagement).

Si la personne nécessite un système télescopique ou des lunettes (aide technique).

Si la personne utilise l'écriture en Braille (aménagement).

Note : Si vous lisez avec des lunettes, cochez « Aide technique »

1.7 Utiliser un téléphone à votre domicile ou au travail

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant ouvrir l'appareil, composer un numéro, parler avec la personne et fermer l'appareil.

Exemples de cotation :

Si la personne a besoin d'une photo/image de la personne pour qu'elle sache à qui elle téléphone ou avec qui elle parle (aménagement).

Si la personne a besoin de l'accompagnement d'une autre personne pour l'aider à savoir quoi dire et comment le dire (aide humaine).

Si la personne utilise un appareil auditif pour téléphoner (aide technique).

1.8 Utiliser un téléphone public ou un téléphone cellulaire

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant ouvrir l'appareil, composer un numéro, parler avec la personne et fermer l'appareil.

Exemples de cotation :

Si les numéros de téléphone cellulaire doivent être pré-programmés dans le téléphone (aménagement).

S'il faut avoir recours à l'assistance d'une téléphoniste pour faire des appels avec un téléphone public (aide humaine).

S'il faut avoir recours à l'assistance d'une autre personne significative pour interpréter, aider à savoir quoi dire et comment le dire (aide humaine).

1.9 Utiliser une radio, un téléviseur, un ordinateur, un système DVD ou un système de son...

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant ouvrir et fermer l'appareil, mettre la cassette, le CD ou le DVD, montrer des éléments sur l'écran, utiliser certaines touches du clavier, choisir des sites, utiliser la souris. Utiliser des logiciels...

Exemples de cotation :

Si le clavier de l'ordinateur doit être adapté (présenter moins de touches) (aménagement).

Si la personne a besoin d'un écran tactile ou d'une interface vocale (aménagement).

Si la personne a besoin de plus de temps (aménagement).

Si la personne a besoin d'accompagnement pour l'utilisation de l'ordinateur, télévision, système de son... (aide humaine).

2. DÉPLACEMENTS

2.1 Entrer et sortir de votre résidence

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant les escaliers et les marches extérieures, ouvrir et fermer la porte extérieure et utiliser une clé.

Exemples de cotation :

Si les portes doivent être barrées en tout temps (aménagement).

Si l'aide d'une autre personne est requise pour entrer et sortir de la maison (aide humaine).

Si la personne est en fauteuil roulant (aide technique).

Si la résidence est munie d'une rampe d'accès (aménagement).

2.2 Vous déplacer à l'intérieur de votre résidence

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant se déplacer d'une pièce à l'autre dans la résidence, d'un étage à un autre, ouvrir et fermer les portes intérieures, s'orienter, monter et descendre les escaliers.

Exemples de cotation :

Si la personne demande de la supervision ou de l'aide en raison d'incapacités motrices, sensorielles ou de difficultés comportementales (avec une certaine difficulté et aide humaine).

Si la personne nécessite l'utilisation d'une rampe à sa hauteur dans les escaliers parce qu'elle a les jambes plus courtes (ex. : les personnes ayant une trisomie 21) (aménagement).

2.3 Vous déplacer sur le terrain de votre résidence

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant le balcon, la cour, le parterre, le déplacement de la rue à l'entrée de la résidence, en été comme en hiver, s'orienter...

Le déplacement sur le terrain de la résidence peut se faire avec aide ou avec supervision ou sans supervision si l'environnement est sécuritaire.

Exemples de cotation :

Si la personne a tendance à fuguer et qu'il faut sécuriser l'environnement (aménagement).

Si la personne est en fauteuil roulant (aide technique).

Si une rampe d'accès est nécessaire (aménagement).

2.4 Vous déplacer dans la rue ou sur le trottoir

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant marcher sur les trottoirs, se déplacer dans la rue quand il n'y a pas de trottoir...

Exemples de cotation :

Si la personne se montre trop imprévisible, non sécuritaire et nécessite une attention soutenue (avec une certaine difficulté et aide humaine).

Si la personne se fatigue trop vite et doit être transportée dans un fauteuil roulant (avec une certaine difficulté, aide technique, aide humaine).

2.5 Traverser la rue à une intersection

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant traverser à une intersection avec ou sans feu de circulation.

Exemples de cotation :

Si la personne se montre trop imprévisible et nécessite une attention soutenue (avec une certaine difficulté et aide humaine).

Si la personne a un champ de vision restreint, lorsqu'elle se déplace sur la rue, elle devrait traverser à une intersection avec un avertisseur sonore ou avec l'aide d'une personne (aménagement et aide humaine).

2.6 Vous déplacer sur une surface glissante ou inégale

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant les surfaces enneigées, la glace, l'herbe, le gravier, le sable, les petites dénivellations du terrain.

Exemples de cotation :

Si la personne doit avoir de crampons sous ses bottes (aide technique).

Si l'entrée et le trottoir doivent être complètement déblayés l'hiver (aménagement).

2.7 Vous rendre à votre lieu d'occupation principale

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant le lieu de travail, le lieu d'étude, le lieu de stage, le centre de bénévolat...

Exemples de cotation :

Si la personne a besoin d'un carnet de pictogrammes (aide technique).

Si la personne nécessite plusieurs rappels car dans ses déplacements pour arriver à son lieu d'occupation principale, elle s'arrête pour parler à toutes les personnes qu'elle rencontre (avec une certaine difficulté et aide humaine légère).

2.8 Entrer et vous déplacer dans votre lieu d'occupation principale

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant le lieu de travail, le lieu d'étude, le lieu de stage, le centre de bénévolat...

Exemples de cotation :

Si la personne a besoin de pictogrammes muraux (aménagement).

Si la personne a besoin d'un avertisseur sonore pour se rappeler les heures de pause, de dîner et de fin du travail (sans aide humaine et avec aide technique).

2.9 Se déplacer dans les lieux de loisirs de son milieu

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant les déplacements à la piscine, le centre communautaire, le centre de jour, les centres de bénévolat, les parcs, le cinéma...

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite une supervision ou une surveillance accrue (aide humaine légère ou importante).

2.10 Entrer et se déplacer dans les commerces et les services

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant les déplacements au restaurant, à l'épicerie, au dépanneur, à la pharmacie, aux cliniques médicales, au centre d'achats...

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite une supervision ou une surveillance accrue (aide humaine).

Si la personne nécessite l'utilisation de matériel modifié (aménagement).

Si un membre de la famille ou toute autre personne significative interprète ou intervient (aide humaine).

2.11 Vous déplacer à bicyclette

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant les déplacements pour ses transports et ses loisirs.

Exemples de cotation :

Si la bicyclette ou l'appareil de locomotion est adapté, par exemple, muni de freins spéciaux (aide technique).

2.12 Utiliser un véhicule à moteur comme conducteur

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant automobile, moto, mobylette, camionnette, mini-fourgonnette...

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite la modification d'un véhicule comme installation d'une plate-forme élévatrice, contrôles manuels de freinage et d'accélération, sièges pivotants pour favoriser les transferts, portes à ouverture électrique... (aménagement).

2.13 Utiliser des moyens de transport comme passager

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant utiliser une voiture (ouvrir et fermer les portières, monter, s'installer, attacher et détacher sa ceinture, descendre...), le transport en commun, le transport scolaire, une voiture-taxi, le train, l'avion, un bateau (traversier), le transport interurbain par autobus.

Exemples de cotation :

Si la personne utilise le transport adapté (aménagement).

Si la personne nécessite une attache spéciale qu'elle ne peut détacher elle-même (aménagement).

Si la personne requiert un accompagnateur dans l'autobus (aide humaine).

Note : les transports adaptés sont des *aménagements*.

3. NUTRITION

3.1 Planifier l'achat de vos aliments

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant la quantité, la variété, le type d'aliments, faire la liste d'épicerie.

Exemples de cotation :

Si la personne a besoin de l'aide d'une personne (aide humaine).

Si la personne montre des réticences sévères (couleur et texture des aliments) ou que son répertoire alimentaire est très restreint (avec beaucoup de difficulté).

Si la personne exprime ses goûts en utilisant des pictogrammes (aide technique).

Si un tableau est apposé sur une armoire avec des photos indiquant les choix et les quantités possibles (aménagement).

3.2 Choisir les aliments pour vos repas, selon vos goûts et vos besoins particuliers

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant la quantité, la variété, le type d'aliments, diète personnelle, faire l'épicerie...

Exemples de cotation :

Si la personne a besoin de l'aide d'une personne (aide humaine).

Si la personne exprime ses goûts en utilisant des pictogrammes (aide technique).

Si un tableau est apposé sur une armoire avec des photos indiquant les choix et les quantités possibles (aménagement).

Si la personne montre des réticences sévères (couleur et texture des aliments) ou que son répertoire alimentaire est très restreint (avec beaucoup de difficulté).

3.3 Préparer des repas simples

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant se servir un jus, un verre de lait, un biscuit, des céréales, faire une tartine, faire cuire un bagel, faire des muffins, un sandwich, une salade...

Exemples de cotation :

Si la personne dispose d'une représentation du temps (ex : sur un carton) pour lui indiquer le moment de la collation (aménagement).

Si les tâches sont décortiquées pour effectuer une recette (aménagement).

Si une autre personne doit préparer les ingrédients et que la personne ne fait que les verser dans un bol (aide humaine).

Si la personne ne peut préparer des repas simples, en raison d'une trop grande incapacité ou d'obstacles trop importants (non réalisée).

Si la personne ne désire pas préparer des repas simples par choix personnel (et non en raison d'incapacités ou d'obstacles) par contre cette habitude fait tout de même partie de son quotidien (aide humaine complète).

3.4 Préparer des repas complets tels une entrée, un plat principal ou un dessert

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant la réalisation de recettes et l'utilisation d'appareils électroménagers...

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite que les tâches soient décortiquées pour effectuer une recette (aménagement).

Si une autre personne doit préparer les ingrédients et que la personne ne fait que les verser dans un bol (aide humaine importante).

Si la porte du réfrigérateur doit être barrée (aménagement).

Si la personne ne peut préparer des repas complets, en raison d'une trop grande incapacité ou d'obstacles trop importants (aide humaine complète).

Si la personne ne désire pas préparer des repas complets par choix personnel (et non en raison d'incapacités ou d'obstacles) par contre cette habitude fait tout de même partie de son quotidien (aide humaine complète).

3.5 Manger un repas

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant l'utilisation de la vaisselle et des ustensiles, respecter les règles de politesse à table, les consignes, selon les habitudes du milieu et ce dans tous les milieux de vie de la personne.

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite qu'une autre personne doit être présente et répète fréquemment les consignes (aide humaine).

Si la personne ne peut rester assise pour un temps raisonnable (avec une certaine difficulté).

Si la personne nécessite l'utilisation d'un cadran pour lui indiquer le temps qu'elle doit demeurer assise à la table (aide technique).

3.6 Manger au restaurant

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant le service aux tables, commander, la sélection des aliments et boissons, l'utilisation de la monnaie et/ou cartes de débit/crédit pour payer...

Exemples de cotation :

Si la personne a besoin de plus de temps pour choisir (commande) ou pour payer (aménagement).

Si une autre personne doit séparer les aliments afin qu'ils ne se touchent pas (aménagement).

Si une autre personne doit répéter fréquemment les consignes (aide humaine importante).

Si la personne nécessite l'utilisation d'un cadran pour lui indiquer le temps qu'elle doit demeurer assise à la table (aide technique).

Si la personne ne peut rester assise pour un temps raisonnable (avec une certaine difficulté).

3.7 Utiliser une machine distributrice

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant la sélection des aliments et boissons, l'utilisation de la monnaie et/ou cartes de débit/crédit pour payer...

Exemples de cotation :

Si la personne a besoin de plus de temps pour choisir ou pour payer (aménagement).

Si une autre personne doit l'aider à choisir ou à payer (aide humaine).

Si une autre personne doit répéter fréquemment les consignes (aide humaine importante).

4. CONDITION PHYSIQUE ET BIEN-ÊTRE PSYCHOLOGIQUE

4.1 Vous mettre au lit et sortir de votre lit

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant les aspects moteur et comportemental.

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite un lit adapté (aménagement).

Si la personne nécessite une couverture lourde (aménagement).

Si la personne se réveille plusieurs fois par nuit, souffre d'insomnie et a besoin d'être rassurée (aide humaine importante).

4.2 Vous endormir, dormir et vous réveiller

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant le confort, la durée, la continuité, la qualité du sommeil et les changements de position au lit.

Exemples de cotation :

Si la personne prend un médicament (aide technique).

Si la personne refuse d'aller au lit (avec beaucoup de difficulté).

Si la personne doit dormir avec quelqu'un en raison de problèmes particuliers (avec beaucoup de difficulté et aide humaine importante).

Si la personne requiert une diète sensorielle, un massage ou des exercices de détente (aménagement et aide humaine importante).

4.3 Pratiquer des activités physiques pour maintenir ou améliorer votre condition physique

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant des activités intérieures : natation, marche, exercices individuels ou de groupe, gymnastique... ou extérieures : hockey, soccer, ski, glissade sur la neige, glissade d'eau... incluant réchauffement, étirement, posture.

Exemples de cotation :

Si malgré son âge, la personne a toujours besoin d'une autre personne pour pratiquer des activités physiques pour maintenir ou améliorer sa condition physique et ne le fait pas lorsqu'elle est seule (aide humaine importante).

Si la personne ne fait pas d'activités physiques pour maintenir ou améliorer sa condition physique par choix personnel (ne s'applique pas).

4.4 Réaliser des activités pour assurer votre bien-être psychologique

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant écouter de la musique, yoga, méditation, regarder ou lire un livre, regarder une émission à la télévision...

Exemples de cotation :

Si la personne est incapable de s'arrêter de lire, de regarder la télévision ou de jouer à un jeu sur Internet (avec beaucoup de difficulté).

Si la personne ne fait pas d'activités pour assurer son bien-être psychologique à cause d'obstacles trop importants liés à ses incapacités (non réalisée).

4.5 Exécuter des activités d'attention ou de concentration

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant faire un casse-tête, jouer avec des jeux stratégiques, d'association, d'échecs, de mémoire ou des jeux électroniques; lire dans un but de détente ou de concentration.

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite des points de repère pour réaliser un casse-tête (couleur des morceaux déjà sur la table) ou se rappeler les règles d'un jeu (aménagement).

Si la personne lit de façon compulsive (la nuit, le jour...) et nécessite l'intervention d'un proche ou d'un parent (aide humaine importante).

5. SOINS PERSONNELS ET DE SANTÉ

5.1 Vous occuper de votre hygiène corporelle

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant entrer et sortir du bain ou de la douche, se laver et s'essuyer le corps, les mains ou le visage, se laver et se sécher les cheveux, les peigner ou les brosser, se raser, s'épiler, mettre du déodorant, se moucher, se nettoyer et se tailler les ongles, se maquiller, se préparer et préparer ses effets personnels ainsi que la planification/organisation de la tâche.

Exemples de cotation :

Si la personne utilise un banc de douche pour réaliser cette habitude de vie (sans ou avec peu de difficulté et aide technique).

Si la personne reçoit l'aide d'une autre personne qui réalise la majeure partie de cette habitude de vie à sa place (aide humaine complète).

Si la salle de bain de la personne est adaptée avec un bain plus grand ou plus petit (aménagement).

Si la personne a besoin de points de repère visuels lui permettant de procéder par étapes (aide technique ou aménagement).

Si la personne a besoin de plus de temps (aménagement).

Si la personne utilise une brosse à dents électrique pour pallier à une incapacité motrice (aide technique).

5.2 Utiliser les équipements sanitaires de votre domicile

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant se déshabiller et s'habiller à la toilette, s'essuyer, utiliser le lavabo, les toilettes et tout autre matériel nécessaire à l'élimination...

Exemples de cotation :

Si la personne a besoin d'une aide ou de supports visuels lui permettant de procéder par étapes (aménagement).

Si la personne nécessite qu'on la supervise (aide humaine légère).

Si la personne doit arrêter l'eau de couler par une poignée sous le lavabo (aménagement).

Si une personne doit formuler des rappels pour éviter l'incontinence (aide humaine importante).

Si la personne requiert plus de temps (aménagement).

Si la personne doit porter des vêtements adaptés ou modifiés (aménagement).

5.3 Utiliser les équipements sanitaires autres que ceux de votre domicile

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant se déshabiller et s'habiller à la toilette, s'essuyer, utiliser le lavabo, les toilettes et tout autre matériel nécessaire à l'élimination...

Exemples de cotation :

Si la personne a besoin de plus de temps (aménagement).

Si la personne porte des vêtements adaptés ou modifiés (aménagement).

5.4 Vous habiller et vous déshabiller

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant les vêtements d'intérieur et d'extérieur, les chaussures, les boutons, les fermetures éclair, les lacets de chaussures, les bijoux, l'accessibilité des vêtements (garde-robe, crochet à l'école, casier).

Excluant s'habiller et se déshabiller pour les activités liées à l'élimination.

Exemples de cotation :

Si la personne utilise des couches pour incontinence urinaire (aide technique).

Si la personne nécessite une adaptation de ses vêtements par du velcro ou le grossissement des attaches (aide technique).

Si la personne utilise une séquence imagée ou des pictogrammes (aide technique).

Si la personne requiert plus de temps (aménagement).

5.5 Changer vos vêtements lorsqu'ils sont souillés ou salis

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant se déshabiller, mettre ses vêtements souillés ou salis à l'endroit désigné pour le lavage, choisir des vêtements de rechange et se rhabiller.

Excluant s'habiller et se déshabiller pour les activités liées à l'élimination.

Exemples de cotation :

Si la personne refuse de changer ses vêtements lorsqu'ils sont souillés ou salis parce qu'elle ne reconnaît pas qu'ils sont sales (avec beaucoup de difficulté).

Si la personne nécessite des rappels d'une autre personne plus qu'habituellement requis pour changer ses vêtements lorsqu'ils sont souillés (aide humaine).

5.6 Mettre, enlever et entretenir vos orthèses, prothèses, lentilles, lunettes, appareil auditif...

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant mettre, enlever et entretenir ses orthèses, prothèses, lentilles, lunettes et/ou appareils auditifs.

Exemples de cotation :

Si la personne a besoin d'aide supplémentaire ou de rappels plus fréquents (aide humaine).

Si la personne nécessite que la tâche soit décortiquée (aménagement).

5.7 Vous soigner

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant reconnaître et signaler une blessure ou un malaise, accepter de prendre des médicaments ou des vitamines, renouveler ses prescriptions, suivre les consignes thérapeutiques, mettre un pansement, prendre sa température, accepter une diète, les exercices à domicile, le port d'équipements spécialisés.

Exemples de cotation :

Si la personne a besoin d'aide supplémentaire ou de rappels plus fréquents concernant la prise de médicaments, le respect de l'ordonnance, le changement de pansement, le renouvellement de l'ordonnance... (aide humaine).

Si le traitement à appliquer doit être décortiqué (aménagement).

Si une personne significative intervient (aide humaine) en utilisant, par exemple, des pictogrammes pour montrer ce qu'il faut faire (aide technique).

Si la personne refuse les soins de santé ou les consignes thérapeutiques et résiste de façon exagérée (avec beaucoup de difficulté).

5.8 Utiliser les services de santé

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant les cliniques médicales, le centre hospitalier ou de réadaptation, la clinique dentaire...

Exemples de cotation :

Si un proche, un ami ou une personne significative doit préparer la personne à aller chez le médecin ou le dentiste (aide humaine) en utilisant, par exemple des pictogrammes ou des scénarios sociaux (aide technique).

Si la personne a des réticences ou refuse de se faire examiner par le médecin (avec une certaine difficulté).

Si la personne veut aller chez le médecin ou le dentiste uniquement avec un proche ou une personne significative (avec une certaine difficulté).

6. HABITATION

6.1 Choisir une résidence selon vos besoins

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant identifier le type de résidence en fonction de ses besoins et de ses moyens (maison, condominium, appartement, centre d'hébergement...), identifier la ville, le quartier, la localisation, faire les démarches pour louer ou acheter, faire une demande de prêt hypothécaire, signer un bail ou passer chez le notaire...

Exemples de cotation :

Si la personne revient à son domicile suite à une hospitalisation et à un épisode de réadaptation (ne s'applique pas).

Si la personne a de la difficulté à comprendre les différents types de résidence et le choix qu'elle doit faire sans l'aide d'un proche ou d'une autre personne (avec une certaine difficulté et aide humaine importante).

Si la personne ne comprend pas du tout les différents types de résidence et que ce choix doit être fait par un proche ou une personne significative (aide humaine complète).

6.2 Aménager votre résidence selon vos goûts et vos besoins

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant l'adaptation du domicile, la décoration, le choix du mobilier, l'aménagement intérieur...

Exemples de cotation :

Si le domicile doit être modifié pour être accessible et utilisable (aménagement).

Si la personne ne sait pas quoi choisir comme mobilier et comme décoration sans l'aide d'un proche ou d'une personne significative (avec beaucoup de difficulté et aide humaine importante).

Si la personne ne dispose pas de ressources financières suffisantes pour choisir et acheter un nouveau mobilier (non-réalisé si personne aménage la résidence à la place de la personne).

6.3 Entretien l'intérieur de la résidence où vous habitez

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant faire le ménage, le lavage, nettoyer les dégâts, passer le balai ou l'aspirateur, laver les planchers, faire des réparations mineures...

Exemples de cotation :

S'il est nécessaire de rappeler à la personne que la tâche est à faire ou est terminée (avec une certaine difficulté).

Si la personne dispose d'images sur une armoire illustrant le début et la fin des tâches d'entretien intérieur qu'elle a à faire (aménagement).

Si un proche ou une personne significative doit intervenir pour encourager la personne à terminer ses tâches (avec une certaine difficulté et une aide humaine importante).

6.4 Entretien l'extérieur de la résidence où vous habitez

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant ramasser les déchets sur le terrain et les jeter, nettoyer les dégâts, passer la tondeuse à gazon, ramasser les feuilles mortes, déneiger avec une pelle ou une souffleuse, mettre du sel sur la glace, entretenir le jardin, mettre de l'engrais et de l'insecticide...

Exemples de cotation :

Si l'on doit rappeler à la personne que la tâche est à faire ou est terminée (avec une certaine difficulté).

Si la personne dispose d'images sur un calepin illustrant le début et la fin des tâches d'entretien extérieur qu'elle a à faire (aide technique).

Si un proche ou une personne significative doit constamment intervenir pour encourager la personne à terminer ses tâches (avec beaucoup de difficulté et une aide humaine importante).

6.5 Vider les poubelles et sortir les ordures

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant mettre les détritrus dans la(les) poubelle(s), vider les poubelles et sortir les ordures au(x) jour(s) où ils sont collectés; faire la même chose avec le recyclage et le compostage...

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite qu'on lui rappelle que la tâche est incomplète et qu'elle doit la terminer (avec une certaine difficulté et avec aide humaine légère ou importante selon les circonstances).

Si la personne met les détritrus dans les poubelles, vide les poubelles et sort les ordures (sans ou avec peu de difficulté, sans aide).

6.6 Faire votre grand ménage

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant laver les vitres, les murs, les plafonds, les boiseries...

Exemples de cotation :

Si l'on doit rappeler à la personne que la tâche doit être faite ou est terminée (avec une certaine difficulté).

Si la personne dispose d'images illustrant le début et la fin des tâches qu'elle a à faire (aménagement).

Si un proche ou une personne significative doit intervenir souvent pour encourager la personne à terminer ses tâches (avec une certaine difficulté et aide humaine importante).

6.7 Laver, repasser, plier et ranger le linge

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant laver (à la main ou à la machine à laver), sécher (corde à linge ou sècheuse), plier le linge sec et ranger le linge.

Exemples de cotation :

Si l'on doit rappeler à la personne de ranger son linge lorsqu'il est lavé et séché (avec aide humaine légère).

Si l'on doit laver ou ranger le linge de la personne parce qu'elle ne veut pas ou est incapable de le faire (aide humaine complète).

Si l'on utilise des pictogrammes pour rappeler les étapes du lavage, séchage et rangement du linge (aménagement et/ou aide technique selon le type de pictogrammes ou dessins utilisés).

6.8 Utiliser l'ameublement et les équipements de la résidence où vous habitez

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant ouvrir et fermer les différentes lumières et fenêtres de la résidence, utiliser le chauffage, utiliser les espaces de rangement (armoires, garde-robe), l'ameublement (chaise, fauteuil, table, robinetterie), les équipements à l'extérieur de la résidence (meubles de patio, piscine, module de jeux, les équipements de sécurité, système d'alarme...).

Si besoin de surveillance de la part d'un proche ou d'une personne significative (aide humaine), si chaise adaptée (aide technique).

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite une chaise adaptée ou un fauteuil ergonomique (aide technique).

Si les portes des chambres doivent être barrées (aménagement).

Si la personne ne ferme jamais la robinetterie (avec beaucoup de difficulté).

7. RESPONSABILITÉS

7.1 Faire des achats

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant choisir la marchandise, payer, achats par téléphone ou Internet, dépanneur, centre d'achats, club...

Exemples de cotation :

Si la personne a besoin de l'aide d'un proche, d'une personne significative ou d'un employé du commerce pour choisir sa marchandise (sans ou avec peu de difficulté et aide humaine légère).

Si les achats sont entièrement faits par un proche, une personne significative ou un employé du commerce (aide humaine complète).

7.2 Utiliser les cartes bancaires ou le guichet automatique

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant à la banque, au supermarché, au centre d'achats... selon les exigences reliées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne a besoin d'un proche, d'une personne significative ou d'un préposé où elle fait ses achats pour utiliser sa carte (sans ou avec peu de difficulté et aide humaine légère).

7.3 Planifier votre budget et respecter vos obligations financières

Description du contenu de l'habitude de vie :

Planifier et faire un budget, gérer vos dépenses, payer vos factures, faire des économies, selon les exigences reliées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne fait faire son budget par un proche, une personne significative ou un ami (aide humaine complète).

Si la personne paie ses comptes toujours avec l'aide d'un proche, d'une personne significative ou d'un ami (avec beaucoup de difficulté, aide humaine importante).

7.4 Respecter les droits et biens d'autrui, voter, respecter les lois et règlements

Description du contenu de l'habitude de vie :

Selon les exigences reliées à l'âge, aux habitudes du milieu et aux règles sociales (ex. : respecte les lois et règlements, exerce son droit de vote, respecte les droits et les biens d'autrui...).

Exemples de cotation :

Si la personne a besoin qu'un proche, un ami ou autre personne significative l'accompagne pour savoir quoi dire et comment le dire (avec une certaine difficulté et aide humaine importante).

Si la personne nécessite qu'un proche, un ami ou autre personne significative interprète ou intervienne à sa place (avec beaucoup de difficulté, aide humaine importante, aide humaine complète).

Si la personne a besoin d'être accompagnée pour voter dans un bureau de vote pour personnes handicapées (avec beaucoup de difficulté, aide humaine importante et aménagement).

7.5 Faire respecter vos droits

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant prendre sa place, s'affirmer, exprimer son opinion, manifester le non-respect de ses droits... selon les attentes/exigences reliées à l'âge (ex. : proteste, défend son point de vue, sa place ou son tour...), les habitudes de son milieu et les règles sociales.

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite qu'un proche, un ami ou autre personne significative l'accompagne pour savoir quoi dire et comment le dire (avec une certaine difficulté et aide humaine légère).

Si la personne requiert qu'un proche, un ami ou autre personne significative interprète ou intervienne à sa place (avec beaucoup de difficulté, aide humaine importante, aide humaine complète).

7.6 Prendre soin et soutenir les membres de votre famille incluant votre conjoint

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant créer des liens et les entretenir... selon les exigences reliées à l'âge, aux habitudes familiales et aux règles sociales.

Exemples de cotation :

Si son conjoint offre à la personne de faire à sa place les tâches d'entretien de la maison qui sont sa responsabilité parce qu'elle peine à les accomplir (aide humaine complète).

Si la personne refuse l'aide lorsqu'elle en a besoin (avec beaucoup de difficulté).

Si votre adolescent doit à l'occasion être guidé afin de faire face aux conflits avec ses camarades de classe à cause de son apparence physique et de ses incapacités (sans ou avec peu de difficulté et avec aide humaine légère).

Si la personne a besoin d'accompagnement pour soutenir un membre de sa famille, à l'école, à la maison, dans les activités de loisir (aide humaine).

Si la personne n'a pas de conjoint ou de famille (ne s'applique pas).

7.7 Accepter l'aide des membres de votre famille, d'un proche, incluant votre conjoint

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant se faire aider pour ouvrir un contenant ou transporter des objets lourds... selon les exigences reliées à l'âge, aux habitudes familiales et aux règles sociales.

Exemples de cotation :

Si le conjoint offre à la personne d'effectuer à sa place les tâches d'entretien de la maison qui sont sous sa responsabilité parce qu'elle éprouve de la difficulté à les accomplir (aide humaine importante ou complète).

Si la personne refuse l'aide qu'on lui offre malgré qu'elle en a besoin (avec beaucoup de difficulté).

Si la personne vit une situation difficile au travail du fait de son apparence physique, de ses incapacités... et que son frère en discute avec elle pour la soutenir (sans ou avec peu de difficulté et avec aide humaine légère).

Si son père conduit la personne au travail tous les matins (aide humaine importante).

7.8 Assurer l'éducation de vos enfants

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant l'acquisition de comportements sociaux appropriés, leur montrer à faire les tâches ménagères, à faire à manger, à répondre à leur besoin de sécurité... selon les exigences reliées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne assure seule, sans aide, l'éducation de ses enfants (sans ou avec peu de difficulté).

Si la personne a besoin d'aide pour assurer l'éducation de ses enfants et qu'elle refuse l'aide qui lui est offerte (avec beaucoup de difficulté).

Si un de ses enfants vit une situation difficile à l'école du fait de son apparence physique et qu'elle discute avec lui pour le soutenir et lui suggérer des moyens d'action (sans ou avec peu de difficulté).

Si la personne a besoin d'accompagnement pour savoir comment aider son enfant qui éprouve des difficultés à l'école (aide humaine importante).

Si la personne n'a pas d'enfants (ne s'applique pas).

7.9 Prendre soin d'un animal de compagnie

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant promener un chien, le nourrir, aller chez le vétérinaire, jouer avec lui, lui donner de l'affection... selon les exigences reliées aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne promène seule son animal de compagnie régulièrement (sans aide).

Si la personne demande sur une base régulière à un proche, à un membre de sa famille ou à une autre personne d'acheter de la nourriture et de la donner à l'animal (aide humaine importante).

Si la personne a besoin d'être accompagnée d'un membre de sa famille ou d'un proche lors de ses visites chez le vétérinaire ou de la promenade de l'animal... (aide humaine importante).

Si la personne n'a pas d'animal de compagnie (ne s'applique pas).

Si la personne souhaite avoir un animal de compagnie mais qu'elle ne peut en avoir un à cause de fortes réactions allergiques (non réalisée).

8. RELATIONS INTERPERSONNELLES

8.1 Maintenir des relations affectives avec votre conjoint

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant établir et maintenir des relations affectives avec votre conjoint. Il s'agit de l'expression de ses émotions et de ses sentiments tels la joie, la colère, le développement d'une intimité, l'encouragement et le soutien de votre conjoint...

Exemples de cotation :

Si la personne a besoin de renforcement, d'encouragement pour exprimer ses émotions et ses sentiments à son conjoint (avec beaucoup de difficulté, aide humaine importante).

Si la personne a besoin d'aide pour apprendre à soutenir son conjoint dans des situations difficiles (aide humaine importante).

Si la personne n'a pas de conjoint (ne s'applique pas).

8.2 Maintenir des relations affectives avec votre famille autre que le conjoint

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant maintenir des relations affectives avec la fratrie, parents de la famille d'accueil ou de la famille substitut. Il s'agit de l'expression de ses émotions et de ses sentiments tels la joie, la colère, le soutien moral...

Exemples de cotation :

Si la personne a besoin d'exagérer ses émotions pour bien être comprise par les membres de sa famille autre que le conjoint (avec une certaine difficulté).

Si la personne doit exprimer ses sentiments à l'aide de signes, d'images ou de pictogrammes (aide technique).

8.3 Maintenir des liens avec des amis

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant créer des liens et les entretenir, selon les habitudes reliées au milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne n'établit aucun contact par elle-même et qu'elle a besoin d'aide (avec une certaine difficulté et aide humaine importante).

Si la personne a besoin qu'un proche ou une autre personne significative l'accompagne lorsqu'elle rend visite à des amis (sans ou avec peu de difficulté et aide humaine légère).

Si la personne a besoin d'un soutien visuel pour donner ou recevoir un cadeau (aide technique).

Si la personne ne peut pas rester longtemps dans la même pièce que les autres personnes lorsqu'elle va chez des amis (avec une certaine difficulté).

8.4 Maintenir des liens sociaux avec votre entourage

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant établir et maintenir des contacts avec les voisins, les collègues de travail, d'études, de loisirs...

Exemples de cotation :

Si la personne a besoin qu'un proche ou autre personne significative l'aide à exprimer ses idées aux voisins (aide humaine légère).

Si la personne exige une attention soutenue lors d'activités sociales (avec une certaine difficulté et aide humaine importante).

8.5 Gérer des conflits avec autrui

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant résoudre des différends dans les relations avec les membres de la famille, les voisins, les collègues de travail, les collègues d'étude...

Exemples de cotation :

Si la personne peut résoudre un conflit ou un différend tout en continuant à rester en contact avec les personnes impliquées dans le différend (sans ou avec un peu de difficulté, sans aide).

Si la personne a besoin qu'un proche ou une autre personne significative l'accompagne, interprète ou intervienne dans la résolution d'un conflit (avec une certaine difficulté et aide humaine légère).

Si la personne n'établit aucun contact par elle-même et qu'elle demande à une autre personne significative ou à un proche de résoudre un conflit à sa place (avec beaucoup de difficulté et aide humaine complète).

8.6 Avoir des relations sexuelles

Description du contenu de l'habitude de vie :

Selon les exigences liées à l'âge, aux habitudes du milieu et aux règles sociales, incluant comportements et questionnements en lien avec les relations sexuelles.

Exemples de cotation :

Si la personne n'a aucune relation sexuelle par choix personnel (ne s'applique pas).

Si la personne n'a aucune relation sexuelle à cause d'incapacités ou d'obstacles trop importants ou d'un manque d'aide (non réalisée).

Si la personne a besoin d'un soutien matériel pour avoir des relations sexuelles (aides techniques).

Si la personne a besoin d'un arrangement particulier de l'endroit où elle a ou veut avoir des relations sexuelles (aménagement).

Si la personne a besoin d'un soutien humain pour avoir des relations sexuelles (aide humaine légère ou importante).

8.7 Utiliser une ou des méthodes de prévention

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant contraception et protection contre les maladies transmises sexuellement, selon l'âge et les habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne n'utilise pas de méthode(s) de prévention des ITS ou de contraception par choix personnel ou qu'elle n'en a pas besoin (ne s'applique pas).

Si la personne n'utilise pas de méthode(s) de prévention des ITS ou de contraception à cause d'incapacités ou d'obstacles trop importants ou d'un manque d'aide (non réalisée).

9. VIE ASSOCIATIVE ET SPIRITUELLE

9.1 Participer à titre de membre à des associations étudiantes

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant siéger au conseil d'établissement, au conseil de classe, à un comité... selon les exigences reliées à l'âge, aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne ne participe pas à ces associations par choix personnel (ne s'applique pas).

Si la personne a besoin d'un soutien matériel pour participer comme une loupe pour grossir les caractères des documents (aides techniques).

Si la personne a besoin d'un accompagnateur pour lui expliquer dans ses mots les points qui sont discutés (aide humaine importante).

9.2 Participer à titre de membre à des associations sportives ou de loisirs

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant siéger au conseil d'administration, participer à l'organisation d'un tournoi de hockey ou de soccer... selon les exigences reliées à l'âge, aux habitudes du milieu des associations sportives ou de loisirs...

Exemples de cotation :

Si la personne ne participe pas à cause d'incapacités ou d'obstacles trop importants ou d'un manque d'aide (non réalisée).

Si la personne a besoin de modifications des lieux où elle participe à titre de membre des associations sportives ou de loisirs (aménagement).

Si la personne a besoin d'un soutien humain pour y participer comme des services d'interprète gestuel (aide humaine légère ou importante).

9.3 Participer à titre de membre à des associations, groupes culturels et artistiques

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant siéger au conseil d'administration, sur des comités, participer à l'organisation d'évènements culturels et artistiques (théâtre, danse, cinéma...), selon les exigences liées à l'âge et aux habitudes des milieux associatifs, culturels et artistiques.

Exemples de cotation :

Si la personne ne participe pas par choix personnel (ne s'applique pas).

Si elle a besoin d'un soutien matériel pour participer (aide technique).

9.4 Participer aux activités d'un groupe de promotion des droits

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant les activités dans des organismes de promotion des intérêts et de défense des droits des personnes vivant des situations de handicap, des groupes écologiques, des syndicats, des organismes de défense des droits des réfugiés... selon les exigences liées à l'âge, aux habitudes des milieux de défense des droits, syndicats...

Exemples de cotation :

Si la personne fait partie d'un comité des usagers et qu'elle nécessite la présence d'un adulte pour lui expliquer la nature des décisions à prendre (aide humaine importante).

Si la personne ne participe pas par choix personnel (ne s'applique pas).

9.5 Participer aux activités d'un parti politique

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant la participation aux assemblées, congrès, réunions de comités, adoption d'orientations et d'un programme politique... selon les exigences liées à l'âge, aux habitudes du milieu des partis politiques...

Exemples de cotation :

Si la personne est préposée à l'accueil lors d'élections et qu'elle réalise ses tâches seule (sans aide humaine).

Si la personne ne participe pas par choix personnel (ne s'applique pas).

9.6 Participer aux activités de groupes sociaux

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant les assemblées, collectes de fonds, activités diverses et repas, galas, comités... selon les exigences liées à l'âge, aux habitudes des milieux des groupes sociaux.

Exemples de cotation :

Si la personne contribue à la collecte de fonds pour une Fondation en étant pairée avec un bénévole (avec aide humaine légère).

Si la personne ne participe pas par choix personnel (ne s'applique pas).

9.7 Participer aux activités de groupes d'entraide

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant les activités réalisées dans des groupes d'entraide : réunions, assemblées, réunions d'entraide, selon les exigences liées à l'âge, aux habitudes des milieux des groupes sociaux.

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite du matériel spécial pour suivre les réunions (aménagement)

Si la personne ne participe pas par choix personnel (ne s'applique pas).

9.8 Participer à des activités reliées à des pratiques religieuses ou spirituelles

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant les activités réalisées au domicile, à l'église ou autre lieu de culte, les cérémonies... (ex. : un baptême, un mariage...), selon les exigences liées à l'âge, aux habitudes des milieux de pratique religieuse ou spirituelle.

Exemples de cotation :

Si la personne doit se faire expliquer à l'avance le déroulement de la cérémonie (aménagement).

Si la personne a besoin d'un livret illustré qu'elle apporte chez elle pour se préparer à une cérémonie (aide technique).

Si la personne ne participe pas par choix personnel (ne s'applique pas).

10. ÉDUCATION

10.1 Participer à des activités d'apprentissage scolaire ou de formation professionnelle

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant les activités dirigées et non dirigées, en individuel ou en groupe (ex. : ateliers, travail individuel, travail, cours, examens...), des échanges avec des étudiants d'autres classes ou d'autres institutions pédagogiques, selon les exigences liées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne a besoin d'un soutien important en orthopédagogie ou éducation spécialisée (avec aide humaine importante).

Si la personne a besoin de plus de temps pour participer aux activités (aménagement).

Si la personne est exemptée à cause d'incapacités ou d'obstacles trop importants (non réalisée).

Si la personne a besoin d'un interprète gestuel ou oral pour comprendre les présentations magistrales faites en classe par le professeur et pour traduire les réponses aux questions du professeur (avec beaucoup de difficulté et aide humaine importante).

Si la personne a besoin d'un matériel adapté (aménagement).

Si la personne doit répondre verbalement au lieu de répondre par écrit à un examen (aménagement).

Si la personne requiert un nombre réduit d'épreuves (aménagement).

10.2 Suivre des cours spécialisés

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant l'éducation physique, la musique...

Exemples de cotation :

Si la personne a besoin d'enseignement adapté (aménagement).

Si la personne a besoin de soutiens visuels pour accrocher son linge ou des photos sur son casier (aménagement).

Si la personne a besoin de plus de temps pour faire un examen (aménagement).

10.3 Participer à des travaux d'équipe

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant planification des travaux, réunions d'équipe, division des tâches entre membres de l'équipe.

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite qu'on la prépare à l'avance d'un changement à l'horaire qui avait été convenu en équipe (aide humaine importante).

Si la personne est exemptée des travaux d'équipe à cause d'incapacités ou d'obstacles trop importants (non réalisée).

Si la personne a besoin des documents en médias substitués et/ou de matériel scolaire adapté ou modifié (aménagement).

Si la personne nécessite un soutien en éducation spécialisée pour reformuler, pour guider la tâche (aide humaine importante).

10.4 Utiliser les services et les infrastructures scolaires

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant les séminaires, les services d'un conseiller pédagogique ou d'orientation, l'utilisation du site web de l'institution d'enseignement, la cafétéria... selon les exigences liées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite qu'on la prépare à l'avance d'un changement à l'horaire qui avait été convenu en équipe (aide humaine importante).

Si la personne a besoin d'un soutien important en orthopédagogie ou éducation spécialisée (avec une certaine ou beaucoup de difficulté et avec aide humaine importante).

Si la personne nécessite l'utilisation des casiers avec tablette abaissée (aménagement).

Si la personne nécessite qu'un ami transporte son plateau à la cafétéria (aide humaine importante).

Si la personne a besoin de plus de surveillance (aide humaine légère).

10.5 Réaliser des travaux scolaires à la maison

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant les travaux de session, la planification des travaux et de l'échéancier, le respect de l'échéancier... selon les exigences liées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite qu'on la prépare à l'avance d'un changement à l'horaire qui avait été convenu en équipe (aide humaine importante).

Si la personne a besoin d'un soutien important en orthopédagogie ou éducation spécialisée (avec une certaine difficulté et avec aide humaine importante).

Si la personne doit inscrire sur un calendrier placé sur un mur dans sa chambre les échéances de ses travaux (aménagements).

Si la personne est exemptée de travaux scolaires à cause d'incapacités ou d'obstacles trop importants (non réalisée).

10.6 Participer à des activités organisées par l'école

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant sorties, activités spéciales, activités parascolaires... selon les exigences liées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite qu'on la prépare à l'avance d'un changement à l'horaire qui avait été convenu par l'école (aide humaine importante).

Si la personne a besoin de plus de temps pour participer aux activités (aménagement).

Si la personne est exemptée de participer à des activités à cause d'incapacités ou d'obstacles trop importants (non réalisée).

11. TRAVAIL

11.1 Choisir un métier ou une profession

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant choisir un métier, une profession... selon les exigences liées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne utilise un matériel adapté, des tests psychométriques ou des procédures d'entrevues adaptées... (aménagement).

Si la personne nécessite la présence d'un proche ou de toute autre personne significative pour choisir un métier (aide humaine importante).

Si la personne utilise une séquence visuelle ou des pictogrammes (aide technique).

Si la personne ne veut pas choisir un métier ou une profession par choix personnel (ne s'applique pas).

11.2 Rechercher un emploi

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant préparer un curriculum vitae et l'expédier par la poste ou par courriel à des employeurs, faire des démarches en personne ou par téléphone, participer à une entrevue et faire des tests de sélection... selon les exigences reliées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne utilise un matériel adapté, des tests psychométriques ou des procédures d'entrevues adaptées... (aménagement).

Si la personne nécessite qu'un proche ou toute autre personne significative interprète ou intervienne dans la recherche d'emploi (aide humaine légère à importante).

Si la personne nécessite l'utilisation d'une séquence visuelle ou des pictogrammes dans sa recherche d'emploi (aide technique).

Si la personne ne veut pas rechercher un emploi par choix personnel (ne s'applique pas).

11.3 Réaliser des activités de travail rémunérées

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant réaliser les tâches et fonctions pour lesquelles la personne est embauchée, interagir avec ses collègues de travail, interagir avec ses supérieurs, travailler en équipe, défendre ses droits et son point de vue, par exemple pour une augmentation de salaire, pour l'obtention d'aides techniques et d'aménagements... selon les exigences reliées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne utilise un matériel adapté ou un poste de travail adapté... (aménagement).

Si la personne requiert qu'une personne significative interprète, intervienne ou l'accompagne (aide humaine de légère à importante).

Si la personne nécessite l'utilisation d'une séquence visuelle ou des pictogrammes (aide technique).

Si la personne nécessite plus de temps pour réaliser ses tâches (aménagement).

Si la personne ne travaille pas à cause d'obstacles environnementaux trop importants qui ne peuvent être compensés par une aide humaine, des aides techniques ou des aménagements (non réalisée).

11.4 Fréquenter un centre de jour comme occupation principale

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant choisir le centre de jour et choisir ses activités, selon les exigences reliées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite l'utilisation de matériel adapté, une adaptation des lieux physiques, l'installation d'alarmes sonores ou visuelles... (aménagement).

Si un proche ou toute autre personne significative interprète ou accompagne la personne dans ses activités au centre de jour (aide humaine de légère à importante).

Si la personne utilise une séquence visuelle ou des pictogrammes pour mieux s'intégrer dans le centre de jour (aide technique).

Si la personne ne fréquente pas un centre de jour par choix personnel (ne s'applique pas).

Si la personne ne fréquente pas un centre de jour à cause d'obstacles environnementaux trop importants qui ne peuvent être compensés par une aide humaine, des aides techniques ou des aménagements (non réalisée).

11.5 Réaliser des activités de stages en milieu de travail non rémunérées

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant le choix du lieu de stage et la réalisation du stage, selon les exigences reliées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne utilise un matériel adapté ou un poste de travail adapté (aménagement).

Si la personne requiert la présence d'une personne significative afin qu'elle interprète, intervienne ou l'accompagne dans la réalisation de ses activités (aide humaine de légère à importante).

Si la personne utilise une séquence visuelle ou des pictogrammes (aide technique).

Si la personne nécessite plus de temps ou l'utilisation de matériel adapté (aménagement).

Si la personne ne réalise pas d'activités de stage par choix personnel (ne s'applique pas).

11.6 Réaliser des activités bénévoles

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant faire du bénévolat, des travaux communautaires, selon les exigences liées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne utilise du matériel adapté ou qu'il est nécessaire d'adapter les lieux physiques (aménagement).

Si la personne nécessite qu'une autre personne interprète, intervienne ou l'accompagne (aide humaine de légère à importante).

Si la personne a recours à l'utilisation d'une séquence visuelle ou des pictogrammes (aide technique).

Si la personne requiert plus de temps pour réaliser une activité bénévole (aménagement).

Si la personne ne réalise pas d'activités bénévoles à cause d'obstacles environnementaux trop importants qui ne peuvent être compensés par une aide humaine, des aides techniques ou des aménagements (non réalisée).

11.7 Réaliser des tâches familiales ou domestiques comme occupation principale

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant s'occuper des enfants, faire le ménage, faire la cuisine... selon les exigences liées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite une adaptation du domicile (aménagement).

Si la personne requiert qu'un proche ou toute autre personne significative interprète, intervienne ou l'accompagne dans la réalisation de ses tâches (aide humaine de légère à importante).

Si la personne utilise une séquence visuelle ou des pictogrammes (aide technique).

Si la personne a besoin de plus de temps ou utilisation du matériel adapté (aménagement).

11.8 Utiliser les services de votre milieu d'occupation principale

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant la cafétéria, les services offerts au personnel, la salle de repos, l'utilisation d'un programme d'aide aux employés... selon les exigences reliées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite que le matériel soit adapté ou une adaptation des services qui lui sont donnés dans son milieu d'occupation principale (aménagement).

Si la personne nécessite qu'un proche ou toute autre personne significative interprète, intervienne ou l'accompagne dans l'utilisation des services reçus dans son lieu d'occupation principale (aide humaine de légère à importante).

Si la personne a besoin d'utiliser une séquence visuelle ou des pictogrammes (aide technique).

Si la personne a besoin de plus de temps ou doit utiliser du matériel adapté (aménagement).

Si la personne n'utilise pas les services de son milieu d'occupation principale à cause d'obstacles environnementaux trop importants qui ne peuvent être compensés par une aide humaine, des aides techniques ou des aménagements (non réalisée).

12. LOISIRS

12.1 Choisir vos activités sportives, physiques et récréatives

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant la natation, le patinage, les patins à roues alignées, le hockey, la gymnastique... selon les exigences reliées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite qu'on l'oriente vers de nouvelles activités sportives ou récréatives (aide humaine légère, avec une certaine difficulté).

Si la personne doit participer à une première activité avant de faire son choix (aménagement).

Si la personne nécessite qu'un proche ou toute autre personne significative interprète ou intervienne pour l'aider à choisir une activité sportive ou récréative (aide humaine de légère à importante selon la situation) (avec une certaine difficulté ou avec beaucoup de difficulté).

12.2 Pratiquer des activités sportives ou récréatives (marche, sports et jeux...)

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant la natation, le patinage, les patins à roues alignées, le hockey, la gymnastique, la marche... selon les exigences reliées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne prépare seule son sac de vêtements pour l'entraînement ou pour pratiquer un sport (sans aide).

Si la personne nécessite que le matériel soit modifié ou que des règlements soient changés (aménagement).

Si la personne nécessite qu'on lui fournisse une orthèse ou une prothèse pour pratiquer une activité sportive ou récréative (aide technique).

Si la personne ne pratique pas d'activités sportives ou récréatives par choix personnel (ne s'applique pas).

12.3 Pratiquer des activités artistiques, culturelles ou artisanales

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant la musique, la peinture, le bricolage... selon les exigences reliées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite qu'un proche ou toute autre personne significative interprète ou intervienne dans la pratique des activités (aide humaine légère ou importante).

Si la personne utilise une séquence visuelle ou des pictogrammes (aide technique).

Si la personne a besoin de plus de temps (aménagement).

Si la personne utilise du matériel adapté (aide technique).

Si la personne utilise des installations aménagées (aménagement).

Si la personne ne pratique pas d'activités à cause d'incapacités ou d'obstacles trop importants (non réalisée).

12.4 Assister à des événements sportifs

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant participer à des matchs de hockey, soccer, de football, de curling, de boulingrin... selon les exigences reliées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation:

Si la personne nécessite qu'un proche ou toute autre personne significative interprète ou l'accompagne (aide humaine légère ou importante).

Si la personne utilise une séquence visuelle ou des pictogrammes (aide technique).

Si la personne a besoin de plus de temps (aménagement).

Si la personne doit porter un casque antibruit (aide technique).

Si la personne utilise des installations aménagées (aménagement).

Si la personne n'assiste pas à des événements sportifs à cause d'obstacles trop importants, comme par exemple le bruit de la foule, le manque d'accessibilité des lieux où ont lieu les événements sportifs... (non réalisée).

12.5 Assister à des événements artistiques ou culturels

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant assister à des spectacles, aller au théâtre, aller au cinéma, aller au cirque... selon les exigences reliées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite qu'un proche ou toute autre personne significative interprète ou l'accompagne afin qu'elle puisse assister à un événement (aide humaine légère ou importante).

Si la personne doit utiliser une séquence visuelle ou des pictogrammes (aide technique).

Si la personne utilise du matériel adapté (aide technique).

Si la personne utilise des installations aménagées (aménagement).

Si la personne n'assiste pas à ce type d'événements par choix personnel (ne s'applique pas).

12.6 Réaliser des activités de type touristique

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant participer à choisir ses activités (voyages, visite de sites naturels ou historiques, visite de vignobles...), selon les exigences liées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite qu'un proche ou toute autre personne significative interprète ou l'accompagne (aide humaine légère ou importante).

Si la personne a besoin d'être préparé à l'avance (aide humaine).

Si la personne doit éviter des endroits populeux (aménagement).

Si la personne utilise du matériel adapté (aide technique).

Si la personne utilise des installations aménagées (aménagement).

Si la personne ne réalise pas d'activités de type touristique à cause d'incapacités ou d'obstacles trop importants (non réalisée).

12.7 Réaliser des activités de plein air

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant la randonnée pédestre, le camping, la chasse, la pêche... selon les exigences liées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite qu'un proche ou toute autre personne significative interprète ou l'accompagne dans la réalisation de ses activités (aide humaine légère ou importante).

Si la personne utilise une séquence visuelle ou des pictogrammes (aide technique).

Si la personne a besoin de plus de temps (aménagement).

Si la personne utilise du matériel adapté (aide technique).

Si la personne utilise des installations aménagées (aménagement).

Si la personne ne réalise pas d'activités de plein air par choix personnel (ne s'applique pas).

12.8 Utiliser les services de loisirs de votre milieu

Description du contenu de l'habitude de vie :

Incluant participer à choisir ses activités (emprunts de livres, CD, DVD à la bibliothèque, danse, bricolage au Centre de loisirs...), selon les exigences liées à l'âge et aux habitudes du milieu.

Exemples de cotation :

Si la personne nécessite qu'un proche ou toute autre personne significative interprète ou l'accompagne dans la réalisation de ses activités (aide humaine légère ou importante).

Si la personne requiert l'utilisation d'un appareil lui rappelant les étapes à suivre pour choisir et sortir un livre (aide technique).

Si la personne a besoin de plus de temps ou utilise du matériel adapté (aménagement).

Si la personne n'utilise pas les services de loisirs de son milieu à cause d'obstacles environnementaux trop importants qui ne peuvent être compensés par une aide humaine, des aides techniques ou des aménagements (non réalisée).