

## Informations complémentaires

### pour la MDPH

A joindre lors d'une demande à la Maison Départementale des Personnes Handicapées

filieres de santé  
maladies rares



Avec le soutien de la  
Caisse nationale de  
solidarité pour l'autonomie



#### Pourquoi remplir ce document ?

- ⇒ Ce document est facultatif. Il a pour objectif de transmettre plus d'informations à la MDPH sur les conséquences de la maladie ou du handicap rare sur la vie quotidienne.
- ⇒ Ces informations complètent celles données dans le formulaire de demande à la MDPH et dans le certificat médical. Elles permettront d'aider les MDPH à mieux comprendre la situation et les besoins.
- ⇒ Ce document concerne les adultes et les enfants.
- ⇒ La MDPH est seule décisionnaire dans la réponse.

#### Qui peut remplir ce document ?

- ⇒ La personne en situation de handicap ou les personnes qui interviennent auprès d'elle :
  - les membres de la famille,
  - les proches (amis, voisins...),
  - les membres d'une association,
  - les professionnels autres que les médecins (par exemple : kinésithérapeutes, orthophonistes, infirmiers, auxiliaires de vie, éducateurs, assistants sociaux...).
- ⇒ La personne en situation de maladie ou de handicap rare remplit le document ou se fait aider pour le remplir. Il est aussi possible qu'une ou plusieurs personnes qui interviennent auprès d'elle, remplissent le document ou se coordonnent pour remplir les informations sur le même document .

#### Comment remplir ce document ?

- ⇒ Complétez le document avec des informations récentes. Vous pouvez ne remplir que les questions qui vous semblent pertinentes ou qui vous concernent.
  - ⇒ Renvoyez-le de préférence en même temps que le formulaire MDPH.
  - ⇒ Vous pouvez joindre des documents utiles pour mieux comprendre la situation (par exemple : un compte rendu de visite à domicile, un compte rendu d'essais de matériels...).
- Conservez une photocopie du document rempli et des documents utiles que vous joignez.
- ⇒ Les items qui ne sont pas concernées par la personne en situation de handicap doivent être cochés sur la case « E »
  - ⇒ Les items non proposés mais que vous souhaitez aborder sont à rajouter dans la case « autre » ou à préciser dans la case vierge « observations »
  - ⇒ Aidez-vous des annexes en fin de document, ou [cliquer ici](#).

### Identité de la personne concernée par le dossier MDPH

Mr  Mme

Nom :

Prénom :

Date de naissance (JJ/MM/AAAA) :

## Comment réalisez-vous les activités suivantes ?

**Comment remplir ce tableau ?** Ce tableau permet de décrire comment la personne réalise les activités dans sa vie quotidienne en utilisant les codes ci-dessous :

**A = sans difficulté** = réalise sans difficulté et sans l'aide de quelqu'un

**B = avec difficulté** = réalise avec difficulté ou avec une aide matérielle mais sans l'aide de quelqu'un

**C = avec l'aide de quelqu'un** = réalise avec l'aide de quelqu'un qui fait tout ou partie de l'activité à votre place ou vous incite à faire l'activité

**D = ne réalise pas** - **E = sans objet** = pas concerné, ne peux pas ou ne veux pas répondre

Quelles sont les activités concernées ?	A Sans difficulté	B Avec difficulté	C Avec l'aide de quelqu'un	D Ne fait pas	E Sans objet	Notez ici les observations qui vous semblent utiles afin de mieux expliquer la situation (par exemple : une aide matérielle est-elle nécessaire ? la situation change-t-elle selon les jours ? la personne peut-elle faire seulement une partie de l'activité ? laquelle ? est-elle trop jeune pour certaines activités ? plusieurs personnes doivent-elles intervenir ? ...)
<b>Activités concernant la mobilité</b> (les définitions des activités sont en annexe)						
Se mettre debout	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Faire ses transferts	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Se déplacer dans le logement	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Se déplacer à l'extérieur	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Utiliser des escaliers (monter et descendre)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Voyager/utiliser les transports en commun (bus, avion, train...)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Conduire un véhicule	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Utiliser la préhension de la main dominante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Utiliser la préhension de la main non dominante	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Avoir des activités de motricité fine (boutonner, lacer, ...)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Autre : entrer ici.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Autre : entrer ici.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
<b>Activités concernant l'entretien personnel</b> (les définitions des activités sont en annexe)						
Se laver	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Prendre soin de son corps	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Assurer l'élimination, les soins intimes, utiliser les toilettes	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
S'habiller / se déshabiller	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Prendre ses repas	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Prendre soin de sa santé	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Autre : entrer ici.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Autre : entrer ici.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
<b>Activités concernant la communication</b> (les définitions des activités sont en annexe)						
Parler	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Mener une conversation	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Communiquer de manière non verbale (LSF, LPC, gestes, écrit ...)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

**A = sans difficulté** = réalise sans difficulté et sans l'aide de quelqu'un

**B = avec difficulté** = réalise avec difficulté ou avec une aide matérielle mais sans l'aide de quelqu'un

**C = avec l'aide de quelqu'un** = réalise avec l'aide de quelqu'un qui fait tout ou partie de l'activité à votre place ou vous incite à faire l'activité

**D = ne réalise pas**

**E = sans objet** = pas concerné, ne peux pas ou ne veux pas répondre

Quelles sont les activités concernées ?	A Sans difficulté	B Avec difficulté	C Avec aide humaine	D Ne fait pas	E Sans objet	<b>Notez ici les observations qui vous semblent utiles afin de mieux expliquer la situation</b> (par exemple : une aide matérielle est-elle nécessaire ? la situation change-t-elle selon les jours ? la personne peut-elle faire seulement une partie de l'activité ? laquelle ? est-elle trop jeune pour certaines activités ? plusieurs personnes doivent-elles intervenir ? ...) 
<b>Activités concernant la communication (suite)</b> (les définitions des activités sont en annexe)						
Utiliser des appareils et techniques de communication traditionnels (téléphone, mail ...)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Utiliser des appareils et techniques de communication alternative (pictogramme, synthèse vocale, ...)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Entendre	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Comprendre des messages simples (oral ou écrit)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Comprendre des messages complexes (oral ou écrit)	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Voir	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Autre : entrer ici.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Autre : entrer ici.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
<b>Activités concernant les tâches ménagères et la vie courante</b> (les définitions des activités sont en annexe)						
Faire ses courses	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Préparer un repas simple	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Faire son ménage	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Entretenir son linge, ses vêtements	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Gérer son budget, faire les démarches administratives	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Vivre seul dans un logement indépendant	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Avoir des loisirs	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
S'occuper de ses enfants	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Autre : entrer ici.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Autre : entrer ici.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
<b>Activités concernant les relations avec les autres et le monde extérieur</b> (les définitions des activités sont en annexe)						
S'orienter dans le temps	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
S'orienter dans l'espace	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Prendre des décisions adaptées	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Mémoriser	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Prendre des initiatives	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Gérer sa sécurité	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Maîtriser son comportement	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Avoir des relations affectives	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

**A = sans difficulté** = réalise sans difficulté et sans l'aide de quelqu'un

**B = avec difficulté** = réalise avec difficulté ou avec une aide matérielle mais sans l'aide de quelqu'un

**C = avec l'aide de quelqu'un** = réalise avec l'aide de quelqu'un qui fait tout ou partie de l'activité à votre place ou vous incite à faire l'activité

**D = ne réalise pas**

**E = sans objet** = pas concerné, ne peux pas ou ne veux pas répondre

Quelles sont les activités concernées ?	A Sans difficulté	B Avec difficulté	C Avec l'aide de quelqu'un	D Ne fait pas	E Sans objet	<b>Notez ici les observations qui vous semblent utiles afin de mieux expliquer la situation</b> (par exemple : une aide matérielle est-elle nécessaire ? la situation change-t-elle selon les jours ? la personne peut-elle faire seulement une partie de l'activité ? laquelle ? est-elle trop jeune pour certaines activités ? plusieurs personnes doivent-elles intervenir ? ...)
<b>Activités concernant les relations avec les autres et le monde extérieur (suite)</b> (les définitions des activités sont en annexe)						
Avoir des relations sexuelles	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Autre : entrer ici.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Autre : entrer ici.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
<b>Activités concernant l'apprentissage et l'application des connaissances</b> (les définitions des activités sont en annexe)						
Lire	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Écrire	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Calculer	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Acquérir un savoir-faire	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Appliquer un savoir-faire	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Autre : entrer ici.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Autre : entrer ici.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
<b>Activités concernant la scolarité et la formation initiale</b> (les définitions des activités sont en annexe)						
Apprendre à lire	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Apprendre à écrire	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Apprendre à calculer	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Respecter des règles de base	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Utiliser des supports	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Autre : entrer ici.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Autre : entrer ici.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
<b>Activités concernant le travail</b> (les définitions des activités sont en annexe)						
Respecter des règles de base	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Organiser son travail	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Assurer l'encadrement	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Travailler en équipe	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Exercer des tâches physiques	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Autre : entrer ici.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	
Autre : entrer ici.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	

**Qu'est-ce qui peut aggraver la situation de handicap ?** (logement inadapté, isolement, difficultés financières, incompréhension de l'entourage, douleur, fatigue, raideur, addictions, effets secondaires du traitement, retentissement psychologique ...)

## Quelles aides régulières sont déjà mises en place ?

<input type="checkbox"/> Des interventions de l'entourage familial ou amical		
Qui intervient pour aider ?	Quelles sont les aides apportées, y compris la nuit ?	Quel est le temps estimé pour cette intervention ? (heures/jour ou /semaine)
<input type="checkbox"/> conjoint <input type="checkbox"/> parent <input type="checkbox"/> enfant (préciser l'âge : . ans) <input type="checkbox"/> frère/sœur <input type="checkbox"/> grand parent : <input type="checkbox"/> ami ou voisin <input type="checkbox"/> Autre : entrer ici.		
<input type="checkbox"/> Service médico-social		
Qui intervient pour aider ?	Quelles sont les aides apportées, y compris la nuit ?	Quel est le temps nécessaire pour cette intervention ? (heures/jour ou /semaine)
<input type="checkbox"/> service d'aide à domicile <input type="checkbox"/> personne salariée par la personne en situation de handicap <input type="checkbox"/> service mandataire <input type="checkbox"/> Autre : entrer ici.		
<input type="checkbox"/> Des interventions pour des soins à domicile		
Qui intervient pour aider ?	Pourquoi cette intervention ?	Quel est le temps nécessaire pour cette intervention ? (fois/semaine)
<input type="checkbox"/> soins infirmiers à domicile (infirmier libéral ou service de soins infirmiers à domicile) <input type="checkbox"/> hospitalisation à domicile (HAD) <input type="checkbox"/> Autre : entrer ici.		
<input type="checkbox"/> Etablissement médico-social		
Qui accompagne ou prend en charge ?	Pourquoi cette intervention ?	Quel est le temps de cet accompagnement ou prise en charge ? (fois/semaine)
<input type="checkbox"/> établissement médico-social modalités : <input type="checkbox"/> accueil de jour <input type="checkbox"/> accueil de nuit <input type="checkbox"/> accueil séquentiel <input type="checkbox"/> accueil temporaire <input type="checkbox"/> autre (préciser) : <input type="checkbox"/> Autre : entrer ici.		
<input type="checkbox"/> Activités pratiquées régulièrement		
Quel type d'activité ?	Pourquoi cette activité ?	Quel est le temps de cet accompagnement ou prise en charge ? (fois/semaine)
<input type="checkbox"/> équithérapie <input type="checkbox"/> arthérapie <input type="checkbox"/> sport adapté <input type="checkbox"/> groupe d'entraide mutuelle (GEM) <input type="checkbox"/> Autre : entrer ici.		

## Comment se déroule votre semaine ? (si vous connaissez ces informations)

- ⇒ Indiquer pour chaque jour de la semaine, en fonction des moments de la journée, les activités réalisées, les types de soins ou prises en charge, les accompagnements et les durées nécessaires pour les réaliser.
- ⇒ Si la situation change selon les périodes, il est possible de compléter ce planning pour chacune des périodes concernées en précisant la durée de chacune de ces périodes.

	Lundi		Mardi		Mercredi	
	activité ou prise en charge	durée	activité ou prise en charge	durée	activité ou prise en charge	durée
Lever						
Matin (y compris petit-déjeuner)						
Après-midi (y compris déjeuner)						
Soir (y compris dîner et coucher)						
Nuit						

## Comment se déroule votre semaine ? (suite)

- ⇒ Indiquer pour chaque jour de la semaine, en fonction des moments de la journée, les activités réalisées, les types de soins ou prises en charge, les accompagnements et les temps nécessaires pour les réaliser.
- ⇒ Si la situation change selon les périodes, il est possible de compléter ce planning pour chacune des périodes concernées en précisant la durée de chacune de ces périodes.

	Jeudi		Vendredi		Samedi		Dimanche	
	activité ou prise en charge	durée						
<b>Lever</b>								
<b>Matin</b> (y compris petit-déjeuner)								
<b>Après-midi</b> (y compris déjeuner)								
<b>Soir</b> (y compris dîner et coucher)								
<b>Nuit</b>								

---

**Remarques ou observations sur le caractère imprévisible/évolutif/invisible de la maladie ou du handicap rare** *(Pour la fatigabilité, préciser le temps que vous avez besoin pour faire une activité, le temps de repos nécessaire, les efforts que cela vous demande pour réaliser une activité, ...)*

**Remarques ou observations sur l'impact de la maladie ou du handicap rare** *(Exemples : sur l'entourage (organisation du travail, moins de temps pour la fratrie, suivi psychologique, participation à un groupe de parole, ...), sur le retentissement financier (frais supplémentaire de garde, perte de revenus suite à modification du temps de travail, ...), sur l'esthétique, sur la scolarité (activités scolaires et extra-scolaires de l'enfant ou de la fratrie), soutiens mis en place, sorties (aménagées, réduites, ...), sur les déplacements (permis aménagé, perte du permis, nécessité de l'utilisation d'un transport adapté, ...), activité professionnelle (modification temps de travail, recherche d'emploi, perte d'emploi, ...), etc...)*

**Activités non exprimées dans ce document qui vous sont « inaccessibles » ou que vous ne pouvez pas réaliser du fait de la maladie ou du handicap rare**

---

Avez-vous été aidé pour remplir le document ?  oui  non

Si oui, qui vous a aidé ?

Quel est son lien avec vous ?

Si vous en êtes d'accord, la MDPH pourra se mettre en relation avec cette personne.

Merci de nous donner ses coordonnées.

Téléphone :

e-mail :

**Document rempli par :**

**Nom, Prénom**

**Téléphone ou mail**

Document complété le :

, fait à :

Signature(s)

## Annexe

Nom de l'activité	Définition de l'activité
<b>Activités concernant la mobilité</b>	
<b>Se mettre debout</b>	Se mettre debout en partant d'une autre position (se relever du sol, d'une chaise ...), quitter la position debout pour aller vers une autre position (s'asseoir, s'allonger ...).
<b>Faire ses transferts</b>	Se déplacer d'une surface à une autre sur le même plan (d'un fauteuil au lit ...).
<b>Se déplacer dans le logement</b>	Se déplacer d'un endroit à un autre dans le logement (dans la maison, une pièce, d'une pièce à l'autre ...).
<b>Se déplacer à l'extérieur</b>	Se déplacer d'un endroit à un autre en dehors du logement, sans utiliser de moyen de transport.
<b>Utiliser des escaliers</b>	Monter et descendre les escaliers, franchir un obstacle.
<b>Utiliser les transports en commun</b>	Etre passager d'un transport en commun.
<b>Conduire un véhicule</b>	Conduire un moyen de transport quel qu'il soit (conduire une voiture, faire du vélo ...).
<b>Utiliser la préhension de la main dominante</b>	Approcher la main, prendre un objet, le tenir et le lâcher avec la main dominante.
<b>Utiliser la préhension de la main non dominante</b>	Approcher la main, prendre un objet, le tenir et le lâcher avec la main non dominante.
<b>Avoir des activités de motricité fine</b>	Manipuler de petits objets, les saisir et les lâcher avec les doigts (dont le pouce) avec une ou deux mains (manipuler les pièces de monnaie, tourner une clé dans une serrure ...).
<b>Activités concernant l'entretien personnel</b>	
<b>Se laver</b>	Laver et sécher son corps, en entier ou certaines parties, en utilisant de l'eau et les produits ou méthodes appropriées (prendre un bain ou une douche, se laver les mains et les pieds, le dos, le visage, les cheveux, et se sécher avec une serviette).
<b>Prendre soin de son corps</b>	Prendre soin de parties de son corps, comme les dents, le cuir chevelu, les ongles...qui exigent plus qu'un lavage et un séchage.
<b>Assurer l'élimination, les soins intimes, utiliser les toilettes</b>	Prévoir et contrôler l'élimination urinaire et fécale par les voies naturelles, par exemple en exprimant le besoin, et en réalisant les gestes nécessaires (se mettre dans une position adéquate, choisir et se rendre dans un endroit approprié, manipuler les vêtements avant et après, et se nettoyer). Coordonner, planifier et apporter les soins nécessaires au moment des menstruations, par exemple en les prévoyant et en utilisant des serviettes hygiéniques.
<b>S'habiller / se déshabiller</b>	Effectuer les gestes coordonnés nécessaires pour mettre et ôter des vêtements et des chaussures dans l'ordre et en fonction du contexte social et du temps qu'il fait.
<b>Prendre ses repas (manger, boire)</b>	Coordonner les gestes nécessaires pour consommer des boissons et des aliments qui ont été servis, les porter à la bouche.
<b>Prendre soin de sa santé</b>	Assurer son confort physique, son bien-être physique et mental (avoir un régime équilibré, un niveau d'activité physique approprié, se tenir au chaud ou au frais, avoir des rapports sexuels protégés, se faire vacciner, prendre son traitement ...).
<b>Activités concernant la communication</b>	
<b>Parler</b>	Produire des messages qui ont un sens composés de mots et/ou de phrases (exprimer un fait ou raconter une histoire oralement).
<b>Mener une conversation</b>	Commencer, poursuivre et finir un échange de réflexions et d'idées, à l'oral, par écrit, par des signes ou tout autre langage, avec une ou plusieurs personnes que l'on connaît ou non.
<b>Communiquer sans parler (par la LSF, par gestes, écrit ...)</b>	Utiliser des gestes, des symboles ou des dessins pour transmettre des messages (hocher de la tête pour indiquer un désaccord ou dessiner un schéma pour expliquer quelque chose) ; comprendre la signification de messages reçus sous forme de gestes, de symboles et/ou de dessins.
<b>Utiliser des appareils et techniques de communication (item en 2 parties sur le document pour les professionnels)</b>	Utiliser des appareils, des techniques et autres moyens pour communiquer, qu'ils soient traditionnels (téléphone, mail ...) ou alternatifs (pictogramme, synthèse vocale, commande oculaire...).
<b>Entendre</b>	Percevoir les sons et comprendre la signification de messages en langage parlé.
<b>Comprendre des messages simples (oral ou écrit)</b>	Réagir de manière appropriée par des actes ou des mots à des messages parlés simples (2 ou 3 mots) comme des demandes (« donne-moi » ...) ou des ordres (« viens ici » ...).
<b>Comprendre des messages complexes (oral ou écrit)</b>	Réagir de manière appropriée par des actes ou des mots à des messages parlés complexes (phrases complètes) comme des questions ou des consignes.
<b>Voir</b>	Percevoir la présence de la lumière, la forme, la taille, le contour et la couleur du stimulus visuel.
<b>Activités concernant les tâches ménagères et la vie courante</b>	
<b>Faire ses courses</b>	Comparer la qualité et les prix des produits pour les choisir (nourriture, boissons, produits d'entretien, articles ménagers, vêtements ...), les acheter et les transporter, payer les services nécessaires à la vie quotidienne.
<b>Préparer un repas simple</b>	Prévoir, organiser, préparer et servir des repas simples et les boissons pour soi, en établissant un menu, en choisissant des aliments et des boissons, en réunissant les ingrédients pour préparer le repas, en cuisant et en préparant les aliments et les boissons froides, en servant le repas.

<b>Faire son ménage</b>	Gérer le ménage, en nettoyant la maison, en utilisant les produits d'entretien.
<b>Entretenir son linge, ses vêtements</b>	Laver le linge et les vêtements, les faire sécher et les repasser.
<b>Gérer son budget, faire les démarches administratives</b>	Remplir les formulaires administratifs payer ses factures, comprendre ses relevés bancaires, faire une demande de pièce d'identité, s'inscrire à une activité collective, déclarer ses revenus.
<b>Activités concernant les tâches ménagères et la vie courante (suite)</b>	
<b>Faire son ménage</b>	Gérer le ménage, en nettoyant la maison, en utilisant les produits d'entretien.
<b>Entretenir son linge, ses vêtements</b>	Laver le linge et les vêtements, les faire sécher et les repasser.
<b>Gérer son budget, faire les démarches administratives</b>	Remplir les formulaires administratifs payer ses factures, comprendre ses relevés bancaires, faire une demande de pièce d'identité, s'inscrire à une activité collective, déclarer ses revenus.
<b>Vivre seul dans un logement indépendant</b>	Entreprendre les activités nécessaires pour utiliser un lieu d'habitation, gérer les contraintes liées à la vie quotidienne dans un logement indépendant : payer son loyer, ses charges, éliminer les ordures ménagères ...
<b>Avoir des loisirs</b>	S'investir dans toute forme de jeu, d'activité récréative ou de loisirs (jeux, activités sportives, programmes d'exercice physique, de détente, d'amusement ou de divertissement, visiter des galeries d'art, des musées, aller au cinéma ou au théâtre) ; faire de l'artisanat ou s'adonner à un hobby, lire pour le plaisir, jouer de la musique, faire du tourisme et voyager pour le plaisir.
<b>S'occuper de ses enfants</b>	Devenir ou être un parent, apporter les soins physiques, intellectuels et affectifs nécessaires à son enfant.
<b>Activités concernant les relations avec les autres et le monde extérieur</b>	
<b>S'orienter dans le temps</b>	Avoir conscience du jour et de la nuit, des moments dans la journée, de la date, du mois et de l'année.
<b>S'orienter dans l'espace</b>	Avoir conscience de l'endroit où l'on se trouve, par exemple son environnement immédiat, la ville ou le pays où l'on habite, la pièce où l'on se trouve.
<b>Prendre des décisions</b>	Faire un choix entre diverses options, mettre en œuvre l'option choisie et évaluer les conséquences de ce choix.
<b>Mémoriser</b>	Enregistrer et emmagasiner les informations et au besoin se les remémorer.
<b>Prendre des initiatives</b>	Faire quelque chose de soi-même, sans recourir à l'avis, au conseil de quelqu'un d'autre.
<b>Gérer sa sécurité</b>	Effectuer les actions qu'une personne doit accomplir pour réagir comme il le faut en présence d'un danger : savoir éviter un danger, l'anticiper, réagir, s'en soustraire, ne pas se mettre en danger et ne pas mettre les autres en danger.
<b>Maîtriser son comportement dans ses relations avec les autres</b>	Entretenir et maîtriser les relations avec les autres selon les circonstances et dans le respect des règles et conventions sociales (maîtriser ses émotions, ses pulsions, son agressivité verbale et physique), agir de manière indépendante dans les relations avec les autres.
<b>Avoir des relations affectives</b>	Créer et entretenir des relations basées sur l'attraction affective et physique.
<b>Avoir des relations sexuelles</b>	Créer et entretenir des relations de nature sexuelle, avec un conjoint ou d'autres partenaires.
<b>Activités concernant l'apprentissage et l'application des connaissances</b>	
<b>Lire</b>	Effectuer les activités nécessaires pour comprendre et interpréter des textes écrits.
<b>Écrire</b>	Utiliser des symboles pour transmettre des informations qui ont un sens.
<b>Calculer</b>	Effectuer des calculs selon les règles des mathématiques.
<b>Acquérir un savoir-faire</b>	Acquérir les compétences élémentaires ou complexes nécessaires pour exécuter un ensemble d'actions ou de tâches.
<b>Appliquer un savoir-faire</b>	Appliquer les compétences élémentaires ou complexes nécessaires pour exécuter un ensemble d'actions ou de tâches.
<b>Activités concernant la scolarité et la formation initiale</b>	
<b>Apprendre à lire</b>	Développer les compétences requises pour lire couramment et avec précision un texte écrit (y compris en braille et autres symboles), comme reconnaître des caractères et des alphabets, lire des mots à haute voix en les prononçant correctement, et comprendre les mots et les phrases écrits.
<b>Apprendre à écrire</b>	Développer les compétences requises pour produire des symboles sous forme de sons, mots ou phrases pour transmettre un signifié (y compris en braille et autres symboles), comme épeler efficacement et utiliser la grammaire correctement.
<b>Apprendre à calculer</b>	Développer les compétences requises pour manipuler les nombres et effectuer des opérations mathématiques simples ou complexes, comme utiliser des signes mathématiques pour effectuer des additions et des soustractions, appliquer des opérations mathématiques correctes pour résoudre des problèmes.
<b>Respecter des règles de base</b>	Comprendre et suivre les instructions pour le fonctionnement dans un contexte scolaire.
<b>Utiliser des supports</b>	Savoir se servir des supports permettant l'apprentissage.
<b>Activités concernant le travail</b>	
<b>Respecter des règles de base</b>	Comprendre et suivre les instructions pour le fonctionnement dans un contexte professionnel.
<b>Organiser son travail</b>	Gérer et mener à bien son activité, planifier la réalisation des tâches confiées dans le cadre de l'activité professionnelle, s'adapter et réagir de façon appropriée aux changements, urgences et imprévus.
<b>Assurer l'encadrement</b>	Coordonner et gérer le fonctionnement d'une équipe professionnelle.

<b>Travailler en équipe</b>	Participer au fonctionnement d'une équipe professionnelle.
<b>Exercer des tâches physiques</b>	Réaliser des activités professionnelles nécessitant des capacités physiques de la personne.