

☐☐ Top 10 des démarches handicap expliquées simplement

☐ Objectif : vous aider à comprendre rapidement les démarches essentielles liées au handicap.

☐ Ce guide est volontairement simplifié pour être accessible à toutes et tous.

1☐ Faire une demande à la MDPH

☐ C'est souvent la première étape.

☐ Permet de :

- demander l'AAH
- obtenir la PCH
- faire reconnaître un handicap

☐ Comment faire :

- remplir un dossier (formulaire + certificat médical)

☐ À retenir :

Les délais peuvent être longs (plusieurs mois).

2☐ Demander l'AAH (Allocation Adulte Handicapé)

☐ Pour avoir un revenu minimum.

☐ Conditions :

- taux d'incapacité
- ressources

☐ À retenir :

C'est une aide essentielle pour vivre au quotidien.

3 Demander la PCH

□ Pour financer les besoins liés au handicap.

□ Exemples :

- aide humaine
- fauteuil roulant
- aménagement du logement

□ À retenir :

Très utile pour gagner en autonomie.

4 Obtenir la RQTH

□ Pour travailler avec un statut adapté.

□ Permet :

- aménagement du poste
- aides pour l'employeur

□ À retenir :

Facilite l'accès à l'emploi.

5 Faire une demande de Carte Mobilité Inclusion (CMI)

□ Pour faciliter les déplacements.

□ Donne droit à :

- priorité
- stationnement
- avantages spécifiques

□ À retenir :

Très utile au quotidien.

6 Mettre en place des aides à l'école

□ Pour les enfants ou étudiants.

☐☐ Exemples :

- AESH (accompagnant)
- PAP / PPS

☐☐ À retenir :

L'école doit s'adapter aux besoins.

7☐ Demander un aménagement de poste de travail

☐☐ Pour adapter son emploi.

☐☐ Exemples :

- horaires aménagés
- matériel adapté

☐☐ À retenir :

À demander via l'employeur ou la médecine du travail.

8☐ Accéder à un logement adapté

☐☐ Pour vivre dans de bonnes conditions.

☐☐ Possibilités :

- logement social adapté
- aides financières

☐☐ À retenir :

Les délais peuvent être longs.

9☐ Accéder aux transports adaptés

☐☐ Pour se déplacer plus facilement.

☐☐ Exemples :

- TPMR
- services locaux

☐☐ À retenir :

Chaque territoire propose des solutions différentes.

☐ Se faire accompagner par une association

☐ Ne pas rester seul.

☐ Une association peut :

- expliquer les démarches
- accompagner
- orienter

☐ À retenir :

L'accompagnement humain change tout.

☐ Conseils importants

- ✓ Toujours garder une copie des documents
- ✓ Anticiper les délais
- ✓ Ne pas hésiter à demander de l'aide

☐ L'engagement des Étincelles 72

L'association ****Les Étincelles 72**** accompagne les personnes :

- dans leurs démarches
- dans la compréhension de leurs droits
- dans leur parcours de vie

☐ Parce que personne ne devrait rester seul face à la complexité administrative.

☐ Besoin d'aide ?

☐ contact@lesetincelles72.fr

☐ 06 32 53 29 10

☐ Nous pouvons vous orienter vers les bons dispositifs.

Revision #3

Created 2026-04-22 23:03:53 UTC by admin-etincelles72

Updated 2026-04-22 23:31:45 UTC by admin-etincelles72