

LA VIE PRATIQUE



“
Lorsqu'ont débuté chez moi les premiers déséquilibres inquiétants, et devant la prise au sérieux de ces symptômes par mon médecin traitant, j'ai rapidement pris contact avec CSC qui m'a fourni ce livret. J'y ai trouvé la réponse à beaucoup de mes questions, des pistes sérieuses pour orienter mes soignants et la preuve que je n'étais pas seul à ressentir ces troubles. Un véritable réseau d'échanges s'ouvrait à moi, c'est ce dont j'avais besoin pour renforcer mon mental qui était largement atteint. Aujourd'hui je suis passé de spectateur de ma maladie à acteur au sein de l'association CSC en devenant Vice-Président de celle-ci. Si ce nouveau livret vous apporte autant de réconfort qu'il m'en a apporté, c'est la preuve qu'on peut être utile malgré la maladie.

”

Pascal

1. L'assistante sociale	60
2. Les maisons départementales des personnes handicapées	61
3. L'invalidité et les autres aides	64
3.1. La mise en invalidité et la pension d'invalidité	
3.2. L'allocation supplémentaire d'invalidité	
3.3. Les aménagements au travail	
4. La prise en charge des soins	65
4.1. L'affection longue durée	
4.2. Une mutuelle ou assurance complémentaire santé	
4.3. Les transports	
5. La grossesse	66
6. L'aménagement du logement	66
7. Le permis de conduire	67
8. La fiscalité, les assurances, les emprunts	67
9. Les loisirs	68
10. Pour en savoir plus	68

La vie pratique

Vivre avec un handicap n'est pas facile : de réelles avancées ont été réalisées dans tous les domaines ces dernières années, mais de nombreux lieux et moyens de transport sont encore inaccessibles, les entreprises peinent toujours à recruter des personnes handicapées. Quant à la scolarisation des enfants handicapés, elle s'est bien améliorée mais peut l'être plus encore. S'il reste donc du chemin à parcourir pour que l'inclusion dans notre société soit totale, de nombreuses aides humaines, financières et matérielles existent pour nous accompagner au quotidien. Voici les principales...

Quand la maladie et le handicap surviennent, nous pouvons nous sentir désemparés et impuissants face à ce bouleversement. Mais, peu à peu, nous reprenons le cours de notre vie. Les impératifs du quotidien nous forcent à réagir et à trouver des solutions pour continuer à aller à l'école ou à l'université, travailler, s'occuper de nos enfants, de notre maison, et aussi s'amuser, faire du sport, partir en vacances.

Grâce à la détermination et à la ténacité d'associations de personnes handicapées, des dispositifs ont été créés pour aider les personnes malades ou handicapées à vivre mieux. C'est en effet en partageant leur expertise, en se faisant l'écho de leurs besoins auprès des décideurs, des instances administratives, des entreprises et du grand public, que ces associations ont et font encore évoluer les prises en charge, les aménagements urbains et le regard sur le handicap.

1. L'assistante sociale

Pilier central de toutes ces solutions,

l'assistante sociale est une précieuse source d'informations et de conseils sur les droits liés à la maladie ou au handicap. Son accompagnement, adapté à chacun, permet d'améliorer la situation sociale et financière du consultant. Elle peut ainsi être sollicitée pour constituer un dossier pour faire valoir les droits du malade, obtenir des aides, trouver une solution de placement en établissement ou une prise en charge adaptée aux besoins de la personne...

Il est possible de rencontrer un assistant de service social dans les services hospitaliers où le malade est suivi dans les MDPH, à la CAF ou auprès des assurances maladie. Certaines mairies proposent des permanences d'assistantes sociales dans le cadre des centres communaux d'action sociale (CCAS), obligatoires pour les communes de plus de 1 500 habitants. Les départements disposent également d'un service social départemental, parfois nommé « Point solidarité », « Maison de la solidarité » ou encore « Maison de la métropole ». Des travailleurs sociaux y tiennent des permanences et des rencontres sur rendez-vous.

Dans tous les cas, pour vous aider au mieux, il est essentiel que ces interlocuteurs aient une bonne connaissance des droits spécifiques des personnes handicapées.

Dans ce contexte, CSC a créé une permanence sociale téléphonique, mutualisée avec deux autres associations, l'AFAF et l'ASL :

- 09 70 46 50 27 tous les mercredis de 15h à 19h

- spataxie.as@gmail.com

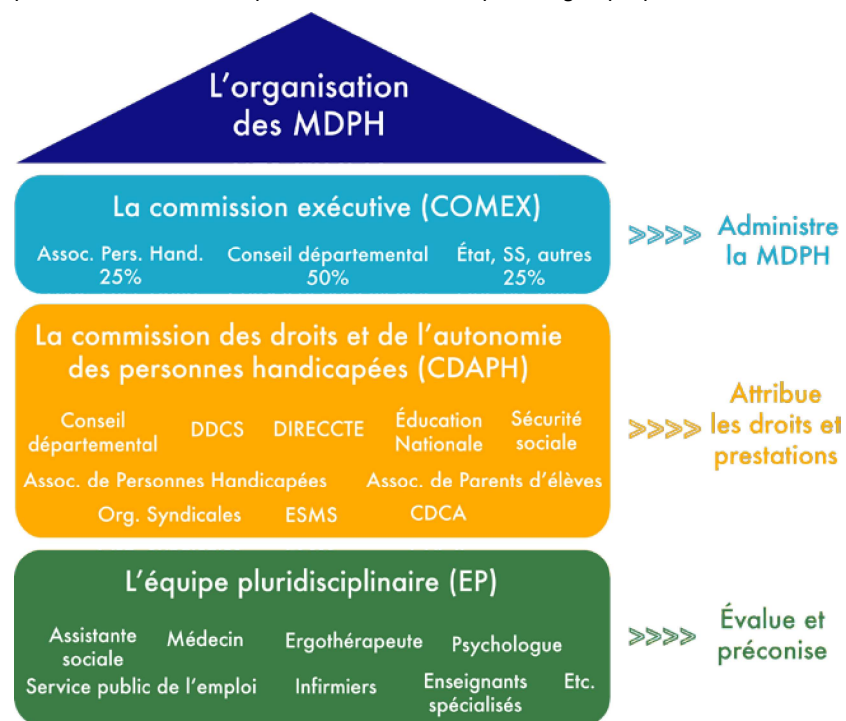
2. Les maisons départementales des personnes handicapées (MDPH)

La loi n° 2005-102 du 11 février 2005 a créé les MDPH dans chaque département. Leur rôle est absolument capital. Administrées par les conseils départementaux,

elles associent l'État, les organismes locaux d'Assurances maladies et le secteur associatif. Leurs missions ? Accueillir, informer, conseiller les personnes handicapées et leur famille, et aussi sensibiliser tous les citoyens au handicap. Chaque conseil départemental étant autonome dans l'organisation de sa MDPH, il peut exister des disparités dans leurs fonctionnements respectifs.

Depuis le 1er janvier 2006, la MDPH de votre département est ainsi le lieu unique d'accueil, d'information et d'orientation pour les enfants et les adultes en situation de handicap. La majorité des demandes passe donc par elle.

La MDPH propose des solutions pour la vie quotidienne, répondant aux conséquences du handicap et non à la pathologie proprement dite. Ces



solutions dépendent du handicap au moment présent sans anticiper l'évolution future de la pathologie. Il est donc de l'intérêt des malades touchés par des syndromes cérébelleux de joindre au dossier adressé à la MDPH une attestation du neurologue précisant que leur maladie est évolutive et sans espoir de consolidation.

Ce dossier est constitué de deux formulaires obligatoires rénovés depuis 2017 où apparaissent l'avis de l'aidant et celui des associations :

- Un formulaire de demandes auprès de la MDPH (Cerfa 15692*1) : <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R19993>
- Un certificat médical complété par le médecin (Cerfa 15695*1) : <https://www.service-public.fr/particuliers/vosdroits/R19996>

Chaque MDPH met en place une équipe pluridisciplinaire (EP) chargée d'établir un plan de compensation, et ainsi d'évaluer et de préconiser différentes demandes. Cette Proposition de Plan de Compensation (PPC) vous est transmise et vous avez 15 jours pour la contester. Au-delà, votre dossier est envoyé à la Commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées (CDAPH), qui l'examine, puis attribue ou refuse le PPC. Sachez que le traitement du dossier prend entre 6 mois et 1 an. Le premier formulaire Cerfa permet au

malade de faire diverses demandes concernant la vie quotidienne, la vie scolaire ou la vie professionnelle. Ne sera abordé ici que le volet relatif à la vie quotidienne, dont les droits et les prestations sont soumises à certaines conditions, notamment d'âge.

Si vous avez moins de 20 ans :

- Allocation d'éducation de l'enfant handicapé (AEEH)
- Prestation de compensation du handicap (PCH)
- Cartes mobilité inclusion (CMI) mention stationnement. Les CMI remplacent progressivement les anciennes cartes d'invalidité et de stationnement. Infalsifiables et d'un format différent, leurs prérogatives restent les mêmes. Depuis le 18 mai 2015, toute personne en situation de handicap disposant d'une carte européenne de stationnement (ou depuis peu d'une CMI) peut donc stationner gratuitement sans limitation de durée sur l'ensemble des places de stationnement ouvertes au public.
- CMI mention invalidité :
 - si le taux d'invalidité est supérieur ou égal à 80%, elle donne droit à son détenteur à une demi-part supplémentaire lors de la déclaration d'impôt sur le revenu. Ce n'est pas lié à l'âge du bénéficiaire.
 - S'il est inscrit *besoin d'accompagnement*, l'accompagnant de son choix peut alors bénéficier de tarifs avantageux de transport

Les droits des proches aidants

Les proches aidants sont reconnus et ont des droits, notamment de répit. Depuis 2017, la partie F du formulaire Cerfa du dossier de demande MDPH leur est destinée. Ils sont en effet éligibles à de nombreux dispositifs. N'hésitez pas à vous renseigner auprès de l'assistante sociale de la permanence téléphonique, en qualité d'aidant, ce service vous concerne aussi.

Vous pouvez aussi joindre le numéro unique des aidants de l'association *Avec Nos Proches* au 01 84 72 94 72. De même, vous avez gratuitement accès au service de l'association *Juris Santé* au 04 26 55 71 60 et <http://www.jurissante.fr/>

- Affiliation gratuite à l'assurance vieillesse des parents au foyer (AVPF)

Si vous avez plus de 20 ans :

- Allocation aux adultes handicapés (AAH)
- Complément de ressources
- Allocation compensatrice pour

tierce personne (ACTP)

- Allocation compensatrice pour frais professionnel (ACFP)
- ESMS : Orientation en établissement ou service médico-social pour adultes (ESMS) et maintien ESMS au titre de l'amendement Creton.

La PCH, une aide à ne pas négliger

La PCH est une aide ponctuelle, sous-utilisée car les personnes cherchent avant tout un revenu mensuel. Elle n'est pourtant pas à négliger car elle touche potentiellement une grande variété de besoins.

Les dépenses concernées visent des aides humaines (nécessaire pour accomplir les actes essentiels de la vie de la personne) et techniques (la PCH couvre, dans certaines limites, l'achat ou la location d'un instrument, d'un équipement adapté ou spécialement conçu pour compenser une limitation d'activité rencontrée par une personne du fait de son handicap, fauteuil ou aménagements du logement...). L'équipe pluridisciplinaire de la MDPH définit le besoin de compensation sur la base du projet de vie de la personne handicapée et de ses attentes, tels que développés dans le volet « Projet de vie » du formulaire de demandes.

Les autres aides aussi prises en charge dans le cadre de la PCH

Au titre des aides spécifiques ou exceptionnelles, des dépenses permanentes et prévisibles non prises en charge par ailleurs (nutriments pour supplémentation orale, protections absorbantes...) et des dépenses ponctuelles (réparation d'un lit médical, entretien d'un fauteuil...) peuvent être intégrées. Tout comme l'achat et l'entretien des aides animalières maintenant ou améliorant l'autonomie de la personne handicapée. Une aide ne peut toutefois être obtenue pour un chien guide d'aveugle ou un chien d'assistance que s'il a été éduqué dans une structure labellisée par des éducateurs qualifiés.

A retenir

- **Le certificat médical est le document référence. Il doit être rempli méticuleusement par le médecin, lors d'un rendez-vous spécifique et non d'un rendez-vous bilan.**
- **Le projet de vie doit être complété ; il est le point essentiel pour vous permettre de bénéficier de l'aide humaine et/ou matérielle selon le projet d'autonomie que vous souhaitez mettre en place. Les personnes de la MDPH ne connaissent pas vos difficultés. Présentées dans ce projet, ils comprennent mieux vos besoins de compensation. Dans cette partie, vous pouvez demander à être reçu par l'EP.**
- **Vous avez 15 jours pour contester votre PPC.**
- **Chaque évolution faisant naître un nouveau besoin nécessitera une nouvelle demande auprès de la MDPH.**

3. L'invalidité et les autres aides

3.1. La mise en invalidité et la pension d'invalidité

La notion d'invalidité est globale. Elle tient compte de critères médicaux, professionnels et sociaux. L'assurance invalidité accorde à l'assuré une pension pour compenser la perte de salaire résultant de la baisse de sa capacité de travail. Elle est attribuée à titre temporaire et peut être supprimée si cette capacité s'améliore.

La pension d'invalidité est attribuée par l'assurance maladie. Elle est imposable et soumise à la CSG et à la CRDS. Pour en bénéficier, l'assuré doit remplir plusieurs conditions d'ordre médical – l'invalidité doit réduire d'au moins deux tiers sa capacité de travail – et administratif – il doit avoir moins de 60 ans, justifier d'au moins douze mois d'immatriculation au premier jour du mois au cours duquel se situe l'arrêt de travail, à quelque régime que ce soit, et justifier des revenus salariaux sur les douze mois civils précédant la date d'examen des droits ou d'une allocation. Son montant dépend des revenus éventuels et de la catégorie d'invalidité de l'assuré.

Il existe en effet trois catégories de pension d'invalidité, aux taux différents.

- Catégorie I : la personne est capable d'exercer une activité rémunérée. Cette catégorie permet de continuer à travailler à temps partiel, et, dans un certain plafond, de cumuler salaire et pension d'invalidité.
- Catégorie II : la personne est incapable d'exercer une quelconque activité professionnelle.
- Catégorie III : la personne est incapable d'exercer une quelconque activité professionnelle et doit solliciter une tierce personne pour effectuer les actes ordinaires de la vie courante. La majoration pour tierce personne est

forfaitaire et non imposable.

Le titulaire d'une pension d'invalidité bénéficie par ailleurs de l'exonération du ticket modérateur. Il est ainsi remboursé à 100 % pour les soins médicaux, sauf pour les médicaments dits « de confort ».

Il est possible de cumuler une pension d'invalidité avec d'autres prestations ou rentes, à l'exception des indemnités journalières de maladie servies par l'assurance maladie.

3.2. L'allocation supplémentaire d'invalidité (ASI)

Cette allocation complémentaire a été prévue pour compléter les ressources des personnes invalides les plus démunies. Elle est financée par le fonds spécial d'invalidité de l'assurance maladie et n'est pas soumise à l'impôt.

Sa demande se fait auprès de la caisse versant la pension d'invalidité. Cette allocation est supprimée en cas de dépassement de ressources, de résidence à l'étranger, de suspension de la pension d'invalidité et quand l'assuré atteint 60 ans et peut bénéficier d'autres prestations, notamment la retraite.

3.3. Les aménagements au travail

Dans l'entreprise, c'est au médecin du travail qu'il revient de faire des recherches pour adapter le poste, que les aménagements soient physiques, concernent les horaires de travail ou des restrictions de conduite (au sein de l'entreprise). Il est donc fortement conseillé de faire appel à lui.

Si le handicap surgit en cours d'activité professionnelle, généralement, trois cas se présentent :

- L'employeur veut conserver son employé : il peut lui aménager son poste mais il arrive aussi qu'il lui en propose un nouveau ne correspondant pas entièrement à ses souhaits.
- L'employeur amorce un licenciement

pour inaptitude : C'est une procédure très stricte. Un délégué du personnel peut être d'un grand recours et vous renseigner sur les dispositions prises par l'entreprise. Certaines cotisent en effet à une « prévoyance » non obligatoire pour garantir une rente au salarié dans ce cas de figure. Celle-ci doit être activée quand le salarié fait encore partie des effectifs, donc avant le licenciement.

- Le salarié est proche de la retraite : Selon qu'il travaille dans le secteur public ou privé, il peut être avantageux d'envisager une retraite anticipée. Chaque cas est unique et dépendra du temps travaillé avec une RQTH (Reconnaissance de la qualité de travailleur handicapé) ou une pension d'invalidité.

4. La prise en charge des soins

La personne malade bénéficie de la prise en charge de ses frais médicaux, à un taux variant selon les actes et les informations contenus dans son dossier administratif. Ces soins médicaux sont ceux pour lesquels les praticiens sont conventionnés.

4.1. L'Affection longue durée (ALD)

Une maladie est déclarée ALD si elle est grave, évolutive et invalidante. Elle peut faire partie de la liste de 30 maladies déjà répertoriées ou non. Dans ce dernier cas, le service médical devra lui reconnaître les trois caractéristiques précitées. N'étant pas des maladies déterminées, Les syndromes cérébelleux ne figurent pas dans cette liste et sont recensées comme des « formes graves des affections neurologiques et musculaires ». A ce titre, se faire reconnaître en ALD ne pose en général aucun problème.

Une fois le diagnostic de la maladie posé, le médecin traitant ou le médecin du service où est hospitalisé le malade

initie la procédure de « demande de 100 % ». A travers elle, il demande aux assurances maladies de reconnaître la maladie comme une ALD. Ce statut se traduit par une prise en charge à 100 % (sans ticket modérateur) des tarifs conventionnels pour les soins liés à la maladie. Le médecin remplit un document appelé « protocole de soins », le transmet au service du contrôle médical de l'assurance maladie, qui envoie ensuite son accord aux services administratifs de la caisse. Cette dernière adresse une attestation au malade, qui peut alors mettre à jour sa Carte Vitale. Cette reconnaissance administrative n'est soumise à aucune autre condition que celle d'être affilié à un régime de sécurité sociale.

Qu'en est-il des spécialités exercées par des professionnels non conventionnés ? Le remboursement est alors quasiment nul. Et si des soins sont réalisés par des personnels considérés comme « non médicaux », il n'y a aucun remboursement. C'est notamment le cas du psychologue, qui, du point de vue de la sécurité sociale et contrairement au psychiatre ou au neuropsychiatre, n'a pas une activité médicale reconnue car il n'existe pas de spécialité médicale appelée « psychologie ». C'est pourquoi avoir été reconnu en ALD ne dispense pas de continuer de souscrire à une mutuelle ou une assurance complémentaire santé.

4.2. Une mutuelle ou une assurance complémentaire santé

Certains soins ou prestations peuvent en effet faire l'objet de dépassements d'honoraires non pris en charge par les assurances maladie. C'est le cas du forfait journalier en cas d'hospitalisation ou des dépassements de tarifs sur certains matériels médicaux comme les fauteuils roulants. C'est un élément déterminant selon le contrat négocié. Certaines mutuelles proposent également un remboursement de soins

non conventionnés et participent de façon non négligeable à l'achat d'appareillage dès lors que la sécurité sociale y a aussi contribué.

4.3. Les transports

La prise en charge des frais de transport pour se rendre à des soins médicaux, chez un fournisseur ou vers un lieu d'hospitalisation est très restrictive. Un transport doit ainsi toujours être prescrit avant d'être effectué. Certains sont soumis à entente préalable. C'est le cas de ceux dépassant 150 km. Pour les maladies rares, en cas de refus de prise en charge du transport, vous pouvez faire appel de la décision en citant la lettre-réseau de la CNAM LR-DD-GOS-99/2006.

Si le transport envisagé est prescrit dans le cadre de l'ALD et respecte l'entente préalable, il est pris en charge. Mieux vaut toujours se renseigner en amont auprès de sa caisse de sécurité sociale. Il peut en effet exister une convention avec votre département vous permettant de vous rendre dans un hôpital à plus de 150 km sans que l'entente préalable soit requise.

5. La grossesse

Pendant la durée de la grossesse, la future maman doit faire l'objet d'une surveillance particulière, auprès du gynécologue d'une part mais également du neurologue qui la suit. D'autant que ce beau projet ne tient pas seulement compte de l'information rationnelle reçue. Il se concrétise dans l'histoire individuelle du couple parental et répond souvent à une force irrationnelle et indépendante du « risque génétique » ou médical : celle du désir. Le cas échéant, un médecin généticien pourra prescrire des examens complémentaires afin d'évaluer le risque de transmission de la maladie génétique à l'enfant à venir. Pour en savoir plus, CSC, l'AFAP et l'ASL

ont édité une lettre d'information pour les soignants (n° 3 « Recommandations en cas de grossesse »). Elle est téléchargeable sur le site www.csc.asso.fr (rubrique « informer les soignants », « fiches pratiques/la lettre d'informations ») ou <https://www.csc.asso.fr/article/informer/24/>

6. L'aménagement du logement

Le lieu où vous vivez est naturellement un sujet très important et là aussi, il existe de nombreuses solutions pour l'adapter à vos besoins, que vous soyez locataire ou propriétaire.

Vous louez

Si l'état de la personne le justifie, le propriétaire ne peut pas, en théorie, s'opposer à la réalisation d'aménagements. Le coût des travaux ne peut toutefois pas lui revenir et le logement doit être remis dans son état initial lors du départ.

Dans le cas d'une recherche de logement dans le secteur public, vous devez directement vous adresser aux organismes HLM ou à la mairie. L'APF France handicap a aussi créé des logements adaptés : <https://www.apf-francehandicap.org/>

Vous êtes propriétaire de votre logement

Si vous souhaitez aménager un logement existant, n'hésitez pas à prendre conseil auprès de professionnels : agence départementale pour l'information sur le logement, associations locales, ergothérapeute...

Voici quelques pistes pour obtenir des aides afin de se loger ou financer les travaux. Elles sont accordées sous forme de subvention ou de prêt et peuvent être soumises à des conditions de ressources.

- L'aide personnalisée au logement (APL) et l'allocation de logement sociale (ALS) : Pour plus d'informations, contactez votre CAF.

- Les subventions pour le logement des personnes handicapées :
 - au niveau national : prime de l'État (prime à l'amélioration de l'habitat) ou de l'Agence nationale pour l'amélioration de l'habitat (ANAH) ;
 - au niveau départemental : subvention du conseil général, de la caisse primaire d'assurance maladie, des caisses de retraite ou des mutuelles.

- Les prêts pour le logement des personnes handicapées :
 - 1 % patronal (ou 1 % logement) : cette participation des employeurs à l'effort de construction est obligatoire pour les entreprises du secteur privé non agricole d'au moins dix salariés. Elle permet aux salariés d'obtenir un prêt pour acquérir leur résidence principale.
 - Organismes de prestations familiales
 - Caisses de retraite
 - Prêt Pass-Travaux : instauré par le 1 % patronal, il concerne tous les salariés du secteur privé et permet d'obtenir un prêt travaux à un taux réduit.

À ces aides vient s'ajouter la PCH (lire page 63).

Vous faites construire

Plusieurs contraintes sont à intégrer dès la conception du projet :

- le **cheminement extérieur** : revêtement de sols antidérapants ou traitement des sols, largeur de cheminement (0.90 m) et sur les circulations intérieures
- le **stationnement** : largeur et emplacement de parking suffisant (3,3 m)
- les **portes et portails**
- l'accès à la **douche** et aux **WC**
- l'accès aux **équipements du logement**, aux interrupteurs et prises électriques, à l'éclairage, à la boîte aux lettres
- les **équipements et locaux collectifs** dans les ensembles résidentiels comprenant plusieurs maisons individuelles groupées.

Vous trouverez, sur le site de l'AFAP, des informations pratiques pour aménager un logement : www.afaf.asso.fr (rubrique « Vie pratique », puis « Le logement »). L'APF Handicap France a par ailleurs produit un document récapitulatif de toute la réglementation en la matière avec des normes, schémas et plans.

Si l'aménagement de votre habitation s'avère impossible ou est jugé trop coûteux suite à l'évaluation de l'équipe pluridisciplinaire de la MDPH, vous pouvez choisir d'intégrer un logement répondant aux normes d'accessibilité. Les frais de déménagement peuvent alors être pris en charge au titre de la PCH.

7. Le permis de conduire

Si la personne conduit à titre professionnel, il est préférable de demander une régularisation du permis de conduire en passant devant la commission médicale de la préfecture. C'est l'autorité suprême en la matière et la seule à pouvoir interdire à quiconque de conduire pour raison de santé. C'est très rare pour des maladies n'affectant pas les fonctions cognitives. Se déclarer à la préfecture est donc d'autant plus conseillé qu'en cas de sinistre, l'assureur pourrait s'appuyer sur le non-signallement d'un trouble grave pour dénoncer le contrat. Prouver que la personne était bien apte à conduire devient alors bien difficile.

8. La fiscalité, les assurances, les emprunts

La fiscalité

Certaines dispositions étant propres aux personnes en situation de handicap, le magazine de l'Association des paralysés de France, Faire face, édite un guide fiscal spécifique. Il recense les prestations ou allocations à déclarer ou

non, les abattements, le quotient familial, les réductions et crédits d'impôt, et liste les autres sujets fiscaux valables toute l'année. C'est une référence pour les personnes détentrices de la carte d'invalidité. Il est disponible gratuitement sur demande auprès de la délégation départementale de l'APF. Toutes les coordonnées sur www.apf.asso.fr. À consulter également, le Code général des impôts sur www.legifrance.gouv.fr

Les assurances et emprunts

L'état de santé peut constituer un obstacle important à l'accès à l'assurance, en particulier les assurances à la personne visant à se prémunir contre les arrêts de travail, l'invalidité, le décès ou la perte d'autonomie. Signée en juillet 2006 entre les associations, les professionnels de la banque et de l'assurance, ainsi que les pouvoirs publics, la « convention Aeras » doit faciliter l'accès à l'assurance et au crédit (immobilier, à usage professionnel et certains prêts à la consommation) pour les personnes présentant des risques de santé à caractère aggravé. Toutefois, elle ne garantit pas un taux d'intérêt semblable à celui offert aux personnes sans handicap.

Du fait de la nature des risques garantis, les assureurs évaluent en détail l'état de santé des candidats à l'assurance. Cet examen, qui s'inscrit dans un cadre légal, n'est pas sans occasionner des difficultés pour les personnes atteintes par certaines pathologies.

9. Les loisirs

Sortir, pratiquer des activités sportives, sociales ou culturelles, se donner l'occasion de s'évader, de rencontrer d'autres personnes, partir en vacances, s'offrir du bon temps est aussi important pour les personnes en situation de handicap que pour les autres... Et heureusement, les propositions se multi-

plient d'année en année ! Côté sport, la fédération française HANDI SPORT propose ainsi une large gamme de sports adaptés et accessibles aux personnes présentant un handicap physique ou sensoriel.

Pour en savoir plus et trouver la délégation de votre région : <http://www.handisport.org/>

Les mairies sont aussi pourvoyeuses d'activités accessibles comme le yoga, le Qi Gong, la méthode feldenkrais...

L'Etat a également créé le label Tourisme et handicap qui recense les sites accessibles selon les différents handicaps.

L'association Tourisme et Handicaps œuvre par ailleurs pour l'accès aux loisirs et au tourisme des personnes en situation de handicap via deux axes majeurs :

- sensibiliser les professionnels du tourisme et le grand public à leur accueil dans les équipements de tourisme et de loisirs ;
- mettre en œuvre et gérer des dispositifs permettant de promouvoir des politiques favorisant cet accueil.

<https://www.tourisme-handicaps.org/les-labels/>

Et si vous souhaitez côtoyer les grands espaces, l'association Handi Cap Evasion promeut la randonnée en Joëlette. C'est un fauteuil tout terrain à une roue, tracté par deux personnes et au siège adapté au handicap, qui peut aussi bien accueillir des enfants que des adultes. <http://www.hce.asso.fr/>

10. Pour en savoir plus

Pour approfondir les points abordés ici, voici quelques sites internet ressource :

- **Secrétariat d'Etat chargé des personnes handicapées**
<https://handicap.gouv.fr/>

- **Droit de la santé et fiscalité**
<https://www.france-assos-sante.org/sante-info-droits/> ou 01 53 62 40 30
La ligne d'informations juridiques et sociales Santé Info Droits, constituée de juristes et d'avocats, a été créée par le Collectif Interassociatif Sur la Santé (CISS), aujourd'hui France Assos Santé, qui réunit 95 associations de personnes malades, âgées, retraitées, en situation de handicap, de consommateurs et d'associations familiales.
<https://fmh-association.org/>

- **Informations médicales et médico-sociales**
<https://www.alliance-maladies-rares.org/>
<http://brain-team.fr/>

- **Fondation Garches**
<https://www.handicap.org/>

- **Appareillage**
<https://cerahtec.invalides.fr/accueil>
<http://www.handicat.com/>

- **Architecture, Logement, Ergothérapie**
<https://www.plans-maisons.com/maison-adaptee-handicap/>
<http://www.adaptermonlogement.fr/w/index.php>

- **S'évader et rêver**
<https://kristravelweb.wordpress.com/>

Glossaire

ALD : Affection Longue Durée
ASI : Allocation Supplémentaire d'Invalidité
CAF : Caisse d'Allocations Familiales
CCAS : Centre Communal d'Action Sociale
CDAPH : Commission des Droits et de l'Autonomie des Personnes Handicapées
CSG : Contribution Sociale Généralisée
CRDS : Contribution au Remboursement de la Dette Sociale
MDPH : Maisons Départementales des Personnes Handicapées
PPC : Plan Personnalisé de Compensation
RQTH : Reconnaissance de la Qualité de Travailleur Handicapé