



Mon projet de vie

Le projet de vie permet d'exprimer vos besoins, attentes et difficultés liées à votre handicap. Il constitue une partie essentielle du dossier MDPH, bien que facultative.

Pourquoi rédiger son projet de vie ?

Vous trouverez l'emplacement de rédaction à la page 8 de la partie B du dossier MDPH : « Vous avez des renseignements importants (situation, attentes, projets) concernant votre vie quotidienne, indiquez-les ici : ».

C'est un élément facultatif mais très important du dossier MDPH. Il permet de :

- Décrire votre situation personnelle et les impacts du handicap dans votre vie quotidienne, scolaire ou professionnelle.
- Énoncer de manière exhaustive vos besoins en compensation (aide humaine, technique, financière, etc.).
- Formuler vos attentes pour améliorer votre autonomie et votre qualité de vie.

Rédiger ce document aide grandement la MDPH à comprendre vos besoins spécifiques et à évaluer vos demandes de prestations (AAH, AEEH, PCH, CMI, etc.). C'est pourquoi il est essentiel de le rédiger afin qu'il soit très compréhensible.

Conseils pour bien rédiger votre projet de vie

- **Soyez clair et concis** : Limitez-vous à 2-3 pages.
- **Justifiez vos demandes** : Expliquez en quoi elles amélioreront votre quotidien.
- **Ajoutez des pièces justificatives** : Bilans, devis, certificats, etc., à joindre au dossier MDPH.
- **Demandez de l'aide si nécessaire** : Contactez votre MDPH, une assistante sociale ou une association.

Conseils pratiques pour la rédaction :

Exemple de présentation

Au vu des difficultés que je rencontre pour réaliser des activités qui correspondent à mon quotidien et mes aspirations, je souhaite que la MDPH examine mes demandes et qu'elle

m'aide à trouver des solutions pour améliorer ma vie quotidienne, mon autonomie et réaliser mes projets.

Nom, prénom, adresse, âge, nombre de frères et sœurs, diagnostic(s).

- **Ma situation :**
Décrire la situation familiale, lieu de vie, parcours scolaire et professionnel.
- **Mon handicap/Mes troubles et pathologie(s) associées :**
Décrire son handicap et les symptômes actuels.
- **Les activités pour lesquelles j'ai besoin de soutien :**
Décrire ses besoins dans les différents contextes : déplacements, vie quotidienne, communication, socialisation, scolarisation/formation/emploi, accès aux soins, etc.
- **Mes aides actuelles :**
Décrire les aides reçues et par qui elles sont apportées (professionnels et aidants).
- **Mes attentes :**
Décrire ses attentes et les prestations sollicitées (AEEH/AAH, PCH, CMI priorité ou invalidité et/ou CMI stationnement, AESH et aménagements scolaires, Orientation en ESMS, Dispositifs emploi/Accompagnement professionnel, etc.).
- **Autres :**
Apporter un complément d'informations si nécessaire.

Pour aller plus loin

- CRA Limousin : <https://www.cralimousin.com/wp-content/uploads/2021/10/Guide-pratique-dossier-mdph-CRA-Limousin.pdf>
- Liens ressource vidéo :
 - Dossier MDPH TSA adultes :
<https://www.youtube.com/watch?v=YklEwTBZVg8&t=110s>
 - Dossier MDPH pour handicap/pathologie somatique AP-HP :
<https://www.youtube.com/watch?v=NSaLMQFSAq8&feature=youtu.be>
 - Dossier MDPH TSA enfants :
<https://www.youtube.com/watch?v=NSaLMQFSAq8>
 - https://www.cnsa.fr/documentation/cnsa_19-04_fiches-facilealire_voies-recours_mdpd-demande-refusee.pdf



Si vous souhaitez obtenir des informations supplémentaires, veuillez nous contacter sur contact@craif.org ou au 01 49 28 54 20.