

## Journée régionale « C'est ma vie c'est moi qui choisis »



Décider pour soi, avoir des relations, une vie amoureuse  
avoir des activités de loisirs, un travail qu'on aime faire  
c'est important dans la vie  
et c'est un droit pour tout le monde.  
On parle aussi d'autodétermination.



L'autodétermination, c'est quand je décide seul  
de ce qui me concerne  
sans être influencé par quelqu'un d'autre



La CRSA (Conférence Régionale de la santé et de l'autonomie)  
veut aider à réfléchir sur ce sujet.  
La CRSA c'est un groupe de personnes  
qui donne un avis sur les questions de santé  
dans la région Grand Est.



Pour parler de l'autodétermination,  
la CRSA organise des rencontres sur les territoires du Grand Est.  
Ces rencontres s'appellent « C'est ma vie c'est moi qui choisis ! ».  
Elles sont organisées avec le CREAMI.



Le CREAMI c'est le Centre de Recherche d'Etude  
et d'Action d'Information du Grand Est.



Les journées « C'est ma vie c'est moi qui choisis ! » sont gratuites.

Le but de cette journée c'est :



- Vous donner la parole
- Connaître vos souhaits
- Chercher comment faire pour mieux respecter vos choix
- Présenter des projets qui favorisent l'autodétermination

Pendant cette journée, nous réfléchissons ensemble



Ces rencontres sont pour vous et avec vous,  
nous sommes impatients de vous y rencontrer !

### Qui peut participer à cette journée ?



- Les enfants et adolescents en situation de handicap accompagnés par un établissement ou un service médico-social (IME, SESSAD..)
- Les enfants, adolescents et jeunes majeurs accompagnés par les services de la protection de l'enfance.



- Les adultes en situation de handicap accompagnés par un établissement médico-social (Foyer d'hébergement, Foyer de vie, Maison d'Accueil Spécialisé, Service d'Aide à la Vie Sociale..)

Les personnes accompagnées par un établissement médico-social sont prioritaires mais la journée est ouverte aux professionnels.

### Dates et lieux en région Grand Est :

- Mardi 5 novembre à Colmar.  
CREF – 5 rue des Jardins – 68000 COLMAR

## Programme de la journée



9h : Accueil café

9h45 : Présentation de la journée

par Hubert ATTENONT, Président de la CRSA Grand Est

10h : Décider de ma vie, ça veut dire quoi ? Comment faire ?



- Explication sur ce que veut dire l'autodétermination
- Présentation d'une enquête faite par le CREAL
- Discussions avec la salle

10h30 : Atelier participatif : « Je veux qu'on m'écoute ! »



En petite groupes,  
nous allons réfléchir pour répondre à cette question :  
comment mieux décider dans ma vie ?

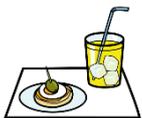


11h15 : Pause-café



11h45 : Résumé des ateliers par les participants

Chaque groupe partage ses idées avec les autres.



12h30 : Déjeuner

Le repas du midi est offert.



14h : Présentation d'expériences qui favorisent

l'autodétermination et la participation.

- Mme Ramdani Keisha :  
Comment l'apprentissage de la gestion des émotions a favorisé mon autodétermination.
- Témoignage de jeunes et de leur famille accompagnés en protection de l'enfance :  
L'individualisation du projet personnalisé,  
une ode à l'autodétermination !
- Témoignage de jeunes accompagnés en IME

15h15 : Conclusion de la journée par :

Jeanne MEYER, Présidente de la commission spécialisée  
« Prévention » CRSA Grand Est

Christian MINET, Président de la commission spécialisée  
« Médico-Sociale » CRSA Grand Est



15h30 : Fin de la journée

Les animateurs de la journée sont :

Thibault MARMONT,  
Directeur du CREAM Grand Est

Isabelle FILLIATREAU,  
Conseillère Technique CREAM Grand Est

Maeva GROSS,  
Cofformatrice Centre de formation ETAPES  
Adapei Papillons Blancs

