

Sommaire

Je le trouve beau quand.....	9
1. Des parents..., comme les autres	
Témoignage : « Rencontrer des enfants semblables m'a aidée à ne pas trop m'inquiéter ».....	12
QUESTIONS D'AVENIR	
Diagnostic, pronostic, comme vivre dans l'attente?.....	14
Un autre regard sur la vie.....	17
CÔTÉ MÈRES/CÔTÉ PÈRES	
Premier enfant différent, des mamans bousculées	21
Parfois je me sens nulle	24
Quand les papas craquent	27
Papa, une maman <i>bis</i> ?	30
QUI FAIT QUOI? UN ÉQUILIBRE À TROUVER	
Elles en font parfois trop.....	34
Papa joue, maman soigne	36
SE MÉNAGER, C'EST VITAL!	
Baisse de moral, vos gris-gris pour aller mieux	40
La fatigue, comment faire avec?	43
Dormir, un rêve?.....	47
PAROLE DE PARENTS	
Ne pas avoir le temps, est-ce une fatalité?.....	51
Papa, maman, c'est quoi la différence?	54
2. Protéger son couple	
Témoignage : « Ensemble, forcément »	58
PAS QUE DES PARENTS	
Lui et moi, un « nous » si précieux	60

Enfin seuls, juste tous les deux	54
Ras le bol des donneurs de leçon!.....	56
Gros soucis de couple, comment préserver Lulu?	69
Surprise: un nouvel amour.....	72

QUESTIONS D'INTIMITÉ

Les réponses de Sheila Warembourg, sexologue	76
--	----

PAROLES DE PARENTS

Et nous deux, dans tout ça?	81
Alcôve: entre vous ça se passe comment?.....	84

3. Savoir s'entourer, trouver du soutien

Témoignage: « Mon père ne s'approchait pas du berceau »	88
---	----

FAMILLE, UN ALLIÉ À GAGNER

Mes parents n'y comprennent rien	90
Quel rôle pour les oncles, tantes et cousins?	93
Suis-je toujours la même pour mes proches?.....	97
Hérédité, le dire sans faire de casse	100

LES AMIS À LA RESCOURSE

Quand l'entourage est aussi désespéré.....	105
Vos amis, vous faites quoi pour les garder?.....	108

RETROUVER MA PLACE, SE FAIRE UNE PLACE

Quitter son job, le prix à payer?	112
Apprendre à jouer des coudes.....	116
Et si vous organisiez une rencontre de parents?	120

PAROLES DE PARENTS

Comment annoncer le handicap autour de nous?	124
Vie sociale: renoncer ou composer?.....	126

4. Ressources pour aller plus loin

Conseils de lecture.....	130
Les principales associations	134
Lexique	138

**Les textes de ce guide sont issus d'articles parus dans le magazine Déclic,
enrichis et actualisés par la rédaction.**

© Déclic, 2010, www.magazine-declic.com

Photo de couverture : © iStockphoto/Damir Cudic

Éditeur : **Handicap International**, 14 avenue Berthelot, 69361 Lyon cedex 07

Toute reproduction quelconque de ce livre, par quelque procédé que ce soit,
et notamment par photocopie, est interdite sans autorisation de l'éditeur.

In medias res pour Handicap International

Imprimé en France par Copie Couleur Service

Dépôt légal : Octobre 2010

ISBN : 978-2-909064-54-3