



© Visio/Phanie

**POUR VOUS ABONNER  
RENDEZ-VOUS P. 41 ET 57**

## ★ L'ÉDITO

### Une permission de sortie, s'il vous plaît!

« Un répit, nous voulons du répit de temps en temps ! Le temps de penser à soi, de flâner, d'aller faire des courses ou tout simplement de souffler et d'avoir le loisir de faire ce qu'on veut. » C'est ce que disent beaucoup de parents parmi ceux que nous rencontrons. Car vivre avec un enfant handicapé est parfois ressenti comme un emprisonnement, et peu de dispositifs offrent des « permissions de sortie ». Ce sentiment est d'autant plus fort quand l'entourage ou la famille élargie ne peuvent ou ne veulent pas prendre le relais.

Cette question n'est pas simple, parce qu'il faut mettre en place des structures d'accueil temporaire réellement agréables, pour ne pas raviver chez les parents tous les sentiments qui tournent autour de la culpabilité. Il faut des lieux bien aménagés, des équipes souriantes... pas des zones de dépôt ! D'autres pays en Europe y parviennent mieux que nous ; cela prouve surtout que c'est possible.

Le challenge, aujourd'hui, est du côté des institutions existantes et éventuellement à créer. À elles de proposer aux enfants accueil et animation de qualité, afin que les temps de liberté que s'autorisent les parents soient également pour eux des moments essentiels d'émancipation et de plaisir.

Claude Simonnot, éditorialiste.

## 5 COURRIER DES LECTEURS

### 9 L'ESSENTIEL DE NOVEMBRE-DÉCEMBRE

#### 9 Regard sur...

**22 Santé** Trisomie 21: pour aider à apprendre, regardez-le!

**EN UNE 25 Se faire plaisir** La Mauritanie en famille

**27 Aides techniques** Quel aménagement choisir pour la voiture ?

### 30 VIE DE FAMILLE

**EN UNE 30 Psychologie** Réunions de famille : pourquoi ça coince ?

**34 Mon histoire** Petits plaisirs : ce jour où j'ai été bluffé

**68 Psychologie** Drogue : dépendant, lui ? Jamais...

**73 Les rendez-vous de Déclic**

**75 La chronique de Thierry Décloître**

**EN UNE 76 Carnets intimes** La famille Fernique

### 38 MÉDECINE

**EN UNE 38 Soin** De A à Z : la toilette d'un ado peu autonome

**60 Comme les pros** Sortie au supermarché : sans crises

**EN UNE 64 Santé** Dépression du jeune enfant : repérer et soigner

**67 Rééducation** La Planète des Alphas

### 43 LES DOSSIERS DE DÉCLIC

**EN UNE** Aménagements de la maison : les plus qui changent la vie

### 79 EN COULISSES

« Médecin, je ne savais rien »

### 81 VIE PRATIQUE

**EN UNE 82 Congés** Je veux m'arrêter sans perdre mon boulot. Comment je fais ?

**83 Planning** Petites vacances : cette année, je m'organise

**85 Allo** Comment choisir un mobile adapté à sa déficience mentale ?

**86 Flocon** Très dépendant ? La montagne en hiver est tout de même possible

**87 D.J.** Mon enfant peut-il pratiquer de la musique assistée par ordinateur à la maison ?

**EN UNE 89 Pieds** Les sept vertus des chaussures orthopédiques

**EN UNE 91 Miam** À Noël, mixé gourmand pour tous : la crème de saumon à l'aneth

**92 SOS** Signaler une discrimination à la Halde, ça vaut la peine ?

**93 Droits** Les réponses aux questions de nos abonnés

### 96 GLOSSAIRE

### 98 PETITES ANNONCES