

ANNEXE

# FICHE DE RECUEIL D'INFORMATIONS

DESTINÉE À LA PERSONNE EN SITUATION DE  
HANDICAP PSYCHIQUE ET À L'ENTOURAGE POUR  
UNE DEMANDE DE PCH AIDE HUMAINE



UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES  
MALADES ET/OU HANDICAPÉES PSYCHIQUES



# INTRODUCTION

## POURQUOI S'APPUYER SUR CE DOCUMENT ?

Ce document est une aide méthodologique pour faciliter le remplissage du dossier de demande de la Prestation de Compensation du Handicap (PCH). Il est également utile pour toute demande à la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH).

Il a pour objectif de transmettre plus d'informations à la MDPH ou la Maison Départementale de l'Autonomie (MDA) sur les conséquences des troubles psychiques dans la vie quotidienne.

## QUI PEUT UTILISER CE DOCUMENT ?

- **La personne en situation de handicap psychique.** Elle peut se faire aider pour remplir le dossier de demande à la MDPH par la personne de son choix.
- Les personnes qui interviennent auprès d'elle, **si elle en est d'accord** :
  - les membres de la famille
  - les proches (ami, voisin, membre d'une association ...)
  - les professionnels autres que les médecins (par exemple, infirmier, professionnel d'un service ou établissement médico-social, auxiliaire de vie ...)

## COMMENT UTILISER CE DOCUMENT ?

Ce document peut être utilisé de deux manières possibles :

- Vous pouvez **cocher les cases proposées** et **joindre ce questionnaire** au dossier de demande.
- Sinon, vous pouvez aussi vous **appuyer sur ce questionnaire** pour rédiger sur une feuille de papier libre, à joindre au dossier, **une description des retentissements des troubles psychiques et des besoins d'aide identifiés.**

Si vous utilisez ce document, ou un papier libre à en-tête, et que vous le transmettez à la MDPH, pensez à bien **rappeler le nom, prénom, l'adresse et le n° de dossier de la personne en situation de handicap ainsi que la date et sa signature.**

## QUELQUES QUESTIONS PRÉALABLES POUR GUIDER LA RÉFLEXION ET AIDER À L'UTILISATION DU QUESTIONNAIRE

Voici quelques questions à se poser pour renseigner la manière dont les activités sont réalisées.

Ces questions permettent d'**apprécier la capacité physique et/ou psychique** à initier, réaliser, mener à terme chaque activité, en l'absence de toute aide (humaine ou technique). Ces questions sont là pour **appréhender la démarche et guider la réflexion pour répondre au questionnaire**.

- Est-ce que la personne peut **entreprendre l'activité spontanément, de sa propre initiative, sans aide extérieure, sans stimulation** de la part d'un tiers ou sans rappel par une personne ou un instrument de l'opportunité de faire l'activité ?
- Est-ce qu'elle **réalise totalement l'activité** sans aucune aide ?
- Est-ce qu'elle réalise **l'activité sans variabilité** dans le temps liée à son état de santé ou aux circonstances (non exceptionnelles) ou quel que soit le lieu dans lequel elle se trouve ?
- Est-ce qu'elle réalise **l'activité selon les procédures appropriées** de réalisation ? Dans des **temps de réalisation acceptables** ? **Sans inconfort, sans douleur, sans efforts disproportionnés** ?
- Est-ce qu'elle **mène l'activité à terme** ?
- Est-ce que le résultat de **l'activité respecte les règles courantes de la société** ? est-il normal ou altéré ?

(Le résultat de l'activité est altéré **si la difficulté se produit trop souvent, si l'activité ne peut être faite que partiellement, si il est incorrect**).

Ce document vient en **complément du guide Handéo-Unafam** pour aider à construire un dossier de demande de PCH pour les l'élément « aides humaines » auprès de la MDPH (2023) :

- <https://www.handeo.fr/actualit%C3%A9s/guide-daide-la-construction-dun-dossier-de-demande-de-pch-aides-humaines>
- <https://www.unafam.org/sinformer/actualites/guide-unafam-handeo-pour-la-construction-du-dossier-de-demande-de-pch-aides>



**Pour le remplissage, aidez-vous de la grille d'appréciation suivante :**

**A :** Fait de sa propre initiative sans avoir besoin d'être sollicité ou stimulé

**B :** Fait mais avec l'aide d'une personne (sollicitation, aide, surveillance, soutien) ou une aide technique

**C :** Ne fait pas de manière constante ou correctement ou entièrement (dans ce cas, bien préciser dans les observations, la manière dont cela entrave la vie quotidienne et sociale)

**D :** Ne fait pas

**E :** Je ne sais pas

ACTIVITÉS	A	B	C	D	E	OBSERVATION
<b>ENTRETIEN PERSONNEL</b>						
Se laver et prendre soin de son corps (laver et sécher son corps, utiliser l'eau et les produits d'hygiène, se laver les dents, etc.)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
Se laver et prendre soin de son corps (laver et sécher son corps, utiliser l'eau et les produits d'hygiène, se laver les dents, etc.)						
S'habiller / Se déshabiller						
S'habiller selon les circonstances et selon la saison						
Prendre ses repas, manger et boire de façon adaptée						
Prendre soin de sa santé, surveiller son régime alimentaire et sa condition physique, suivre un régime ou un traitement, aller en consultation médicale...						
<b>DEPLACEMENT, MOBILITÉ</b>						
Sortir de son domicile et se déplacer à l'extérieur dans un environnement familier						
Sortir de son domicile et se déplacer à l'extérieur dans un environnement non familier						
Utiliser les transports en commun						
Gérer la nouveauté et les imprévus (chantiers, grèves, etc.)						
Conduire une voiture						
Conduire un autre véhicule (vélo, scooter)						
Motricité fine (écrire aisément, se saisir d'un objet, manipuler de petits objets, boutonner, lacer, etc.)						

ACTIVITÉS	A	B	C	D	E	OBSERVATION
<b>CAPACITE A S'AUTO EVALUER ET PRISE EN COMPTE DE SES PROPRES LIMITES</b>						
Avoir conscience de ses troubles et de ses difficultés						
Evaluer ses capacités et connaître ses limites						
Demander de l'aide en cas de besoin						
Exprimer une demande liée à des soins et coopérer aux soins						
Exprimer une demande liée à ses droits						
Prendre des décisions adaptées						
<b>RELATION AVEC AUTRUI ET COMMUNICATION</b>						
Respecter les règles de vie, les conventions et les règles sociales						
Agir de manière indépendante dans les relations sociales						
Entrer en relation avec autrui						
Mener une conversation						
Avoir des relations de voisinage ou amicales						
Avoir des relations affectives						
S'intéresser à son environnement (lire la presse, regarder les actualités, s'intéresser à des faits de société, etc.)						
Se mettre à la place des autres (comprendre qu'une autre personne a des envies, des croyances ou des manières de faire différentes)						
Percevoir les émotions d'autrui et y réagir de manière adaptée						
Savoir faire confiance à bon escient						
Maîtriser son comportement (émotions, pulsions) dans ses relations avec autrui						
Utiliser des appareils et techniques de communication (téléphone, tablette, ordinateur, etc.)						

ACTIVITÉS	A	B	C	D	E	OBSERVATION
<b>TÂCHE ET EXIGENCES GENERALES</b>						
S'orienter dans le temps (date, heure, jour)						
Réaliser des tâches liées à la prise, l'organisation et l'effectivité des rendez-vous médicaux						
Gérer le stress y compris pour faire face à des situations impliquant de la nouveauté ou de l'imprévu						
<b>S'orienter dans l'espace (se repérer dans les lieux)</b>						
Se repérer uniquement sur un trajet connu						
Se repérer sur des trajets non connus						
<b>Gérer sa sécurité</b>						
Anticiper et repérer une situation de danger et éviter un danger						
Réagir de façon adaptée à une situation risquée						
Se protéger des abus de toute sorte						
Ne pas mettre sa vie ou celle des autres en danger						
<b>Entreprendre des tâches multiples <sup>8</sup></b>						
Prendre l'initiative de soi-même de réaliser une activité						
Anticiper et planifier une activité						
Réaliser des activités dans des délais contraints ou dans l'urgence						
Gérer le temps nécessaire pour mener à bien des activités habituelles ou non, comme se préparer à quitter la maison pour aller à un rendez-vous extérieur						
Enchaîner dans l'ordre toutes les étapes nécessaires à la réalisation de l'activité (exemple : préparer un repas)						
Mener une activité jusqu'au bout et vérifier sa bonne réalisation						
S'organiser dans une activité inhabituelle, qui est nouvelle pour la personne						
Acquérir un savoir faire						
Résoudre des problèmes (par exemple, trouver une solution quand une situation pose des difficultés)						

<sup>1</sup> Une « tâche multiple » est composée de tâches simples, réalisées l'une après l'autre ou simultanément. Par exemple « faire les courses pour s'alimenter » implique de pouvoir suivre le contenu de son frigidaire et de ses placards, les dates de péremption, faire une liste de courses, choisir des aliments qui ne soient pas toujours les mêmes, savoir payer et recevoir la monnaie, recompter quand on rend la monnaie à la personne, utiliser du matériel de cuisine et en connaître la dangerosité (cuisinière à gaz, four, couteau électrique, etc.), utiliser des produits ménagers pour nettoyer la cuisine et en connaître la dangerosité, où jeter la poubelle, etc.

ACTIVITÉS	A	B	C	D	E	OBSERVATION
<b>VIE DOMESTIQUE ET VIE COURANTE</b>						
Entretien son lieu de vie (faire son lit, descendre la poubelle, utiliser l'aspirateur, nettoyer et ranger la vaisselle, utiliser sans risque les produits ménagers, nettoyer les sols, la cuisine, la salle de bain, les toilettes, etc.)						
Gérer son argent et son compte bancaire						
Faire les démarches administratives						
Vivre seul dans un logement indépendant						
Réparer ou faire réparer un objet						
S'occuper de sa famille						
Participer à la vie communautaire, sociale et civique						
Avoir des loisirs (activités récréatives, culturelles etc..)						
S'organiser pour partir en vacances						
<b>Faire ses courses</b>						
Planifier ses courses (dont faire une liste de courses)						
Se rendre dans les magasins appropriés						
Choisir les produits à acheter						
Assurer le paiement des achats						
<b>Préparer un repas simple</b>						
Elaborer un menu simple						
Préparer les ingrédients et ustensiles						
Utiliser les appareils électroménagers						
Faire cuire les aliments						
<b>Entretien son linge et ses vêtements</b>						
Trier le linge propre et le linge sale						
Préparer et faire une lessive en machine						
Mettre à sécher le linge						
Repasser et ranger						





# CONTACTS



 [contact@handeo.fr](mailto:contact@handeo.fr)

 01 43 12 19 29



[www.handeo.fr](http://www.handeo.fr)



UNION NATIONALE DE FAMILLES ET AMIS DE PERSONNES  
MALADES ET/OU HANDICAPÉES PSYCHIQUES

 [servicesocial@unafam.org](mailto:servicesocial@unafam.org)

 01 53 06 30 43



[www.unafam.org](http://www.unafam.org)

avec le soutien de

