

	De la naissance à 3 ans	De 4 à 6 ans	De 7 à 11 ans	De 12 à 16 ans	De 17 à 21 ans
PARENTÉ	<ul style="list-style-type: none"> Apprenez à votre enfant à avoir confiance dans le monde qui l'entoure. Prenez aussi du temps pour vous-même. Demandez si nécessaire un accompagnement à domicile. 	<ul style="list-style-type: none"> Laissez de temps à autre votre enfant choisir, afin qu'il apprenne à faire des choix. Apprenez à votre enfant quelles sont les conséquences de son comportement et de ses choix. 	<ul style="list-style-type: none"> Votre enfant peut commettre des erreurs. Apprenez à votre enfant à se défendre. 	<ul style="list-style-type: none"> Sachez vous défendre. Parlez de la sexualité. Recherchez un modèle à suivre parmi les plus âgés. Prenez vos parents comme point de référence. 	<ul style="list-style-type: none"> Prenez si nécessaire des dispositions en vue de la minorité prolongée. Informez-vous sur l'allocation d'intégration. Soyez un mentor pour les plus jeunes.
ASPECT SOCIAL	<ul style="list-style-type: none"> Sortez, lancez-vous, intégrez-vous avec votre enfant. Parler avec d'autres parents d'enfants avec ou sans handicap. Allez avec votre enfant au jardin d'enfants ou au parc. 	<ul style="list-style-type: none"> Laissez votre enfant goûter à différentes activités, afin qu'il puisse découvrir ce qui lui plaît. Invitez des camarades de jeu. Organisez des fêtes d'anniversaire. Invitez des amis qui ont des enfants du même âge. 	<ul style="list-style-type: none"> Encouragez les hobbies et les activités extrascolaires. Aidez votre enfant à se faire des amis. 	<ul style="list-style-type: none"> Engagez-vous dans des activités extrascolaires. Organisez des rencontres avec des amis. 	<ul style="list-style-type: none"> Inscrivez-vous dans une association. Entretenez des contacts sociaux avec des amis de l'école ou du camp de vacances par mail, GSM, MSN ou via les sites de socialisation et organisez des rencontres.
SOINS AUTONOMES		<ul style="list-style-type: none"> Apprenez à votre enfant à accomplir certains gestes quotidiens comme se laver les dents et s'habiller. Apprenez à votre enfant à se soigner lui-même, en fonction de son handicap. Laissez votre enfant accomplir certaines petites tâches, selon ses possibilités. 	<ul style="list-style-type: none"> Emmenez votre enfant au magasin. Emmenez votre enfant dans le train, le tram ou le bus. Apprenez à votre enfant à mémoriser ses données personnelles (adresse, numéro de téléphone). Donnez de l'argent de poche à votre enfant. 	<ul style="list-style-type: none"> Assurez vous-même vos soins autant que possible. Faites la cuisine ensemble. Cherchez, parmi les services disponibles, ceux dont vous avez besoin. Parlez avec vos parents de la manière dont vous envisagez votre avenir. 	<ul style="list-style-type: none"> Apprenez les activités instrumentales de la vie quotidienne. Apprenez à cuisiner. Exercez vos aptitudes sur le plan financier. Renseignez-vous sur la possibilité d'aller vivre seul(e), notamment sur les endroits où une assistance pour les activités de la vie quotidienne est disponible.
ENSEIGNEMENT		<ul style="list-style-type: none"> Prenez le temps de bien choisir l'école en fonction des besoins et des possibilités de votre enfant. Constituez un dossier sur le parcours scolaire de votre enfant. 	<ul style="list-style-type: none"> Laissez autant que possible votre enfant faire ses devoirs seul. Apprenez à votre enfant à demander de l'aide pour ses devoirs. Imaginez avec votre enfant ce qu'il voudrait faire plus tard. 	<ul style="list-style-type: none"> Prenez part activement à la discussion sur votre école et vos choix d'études. Parlez de votre avenir professionnel. Organisez votre propre travail scolaire (demandez conseil). Cherchez un travail comme bénévole ou un emploi à temps partiel. 	<ul style="list-style-type: none"> Poursuivre des études? Prenez contact avec le service d'accompagnement pour étudiants handicapés (Dienst voor studeren met een functiebeperking). Travailler? Prenez contact avec le service d'accompagnement spécialisé (GTB) du VDAB (le service d'accompagnement spécialisé du Forem/d'Actiris).
ASPECT MÉDICAL	<ul style="list-style-type: none"> Construisez une relation de confiance avec votre médecin et les autres prestataires de soins. Constituez un dossier médical de votre enfant. 	<ul style="list-style-type: none"> Parlez avec votre enfant de son handicap, nommez les choses telles qu'elles sont. Apprenez à votre enfant quels sont les soins spéciaux dont il a besoin. 	<ul style="list-style-type: none"> Vérifiez ce que votre enfant sait au sujet de ses soins spéciaux et complétez ses connaissances. Apprenez à votre enfant à poser lui-même des questions aux médecins et aux prestataires de soins. 	<ul style="list-style-type: none"> Cherchez l'aide adéquate parmi les soins de santé pour adultes. De temps à autre, allez seul chez le médecin. Prenez vous-même rendez-vous chez le médecin et tenez à jour vos antécédents médicaux. 	<ul style="list-style-type: none"> Passez dans la section pour adultes de l'hôpital. Demandez un résumé de votre dossier médical. 