

---

---

# A l'aide, je pense être handi !

— *Les différentes aides sociales pour les  
personnes handi et quelques conseils pour  
élaborer un dossier MDPH* —

---

---

# Handicap selon MDPH : Diagnostic VS Handicap

un handicap au sens de l'article L. 114 du Code de l'action sociale et des familles « Toute limitation d'activité ou restriction de participation à la vie en société subie dans son environnement par une personne en raison d'une altération substantielle, durable ou définitive d'une ou plusieurs fonctions physiques, sensorielles, mentales, cognitives ou psychiques, d'un polyhandicap ou d'un trouble de santé invalidant »

## Détermination des taux d'incapacité :

- forme légère : taux de 1 à 15 % ;
- forme modérée : taux de 20 à 45 % ;
- forme importante : taux de 50 à 75 % ;
- forme sévère ou majeure : taux de 80 à 95 % ;
- taux de 100 % : réservé aux incapacités totales comme par exemple dans le cas d'un état végétatif ou d'un coma.

# Les types d'aides

- Aides financières : AAH (AEEH pour les moins de 20 ans), PCH
- Aides à l'autonomie, aide humaine : PCH, CMI (priorité, stationnement, invalidité / accompagnement)
- Aménagements du lieu de travail, d'étude *etc.* : RQTH
- Orientation vers d'autres structures : vie quotidienne, professionnelle ou scolaire

## Il est possible de cumuler ces aides avec :

- Le statut d'étudiant·es, salarié·es, stagiaire *etc.*
- Les APL, la bourse

# Les critères d'attribution de l'AAH

## Handicap

- Taux d'incapacité permanente d'au moins égal à 80 %
- ou d'au moins 50 et inférieur à 80 % et restriction substantielle pour l'accès à l'emploi du fait du handicap

## Ressources

- Les revenus ne doivent pas dépasser un plafond annuel fixé à 12 fois le montant mensuel maximum (808,46 € au 1<sup>er</sup> avril 2016) soit 9 701,52 € pour une personne seule, 19 403,04 € pour une personne vivant en couple. Ce plafond est majoré de moitié par enfant à charge.
- Les ressources prises en compte sont estimées selon un calcul complexe. L'évaluation des ressources est réalisée au 1<sup>er</sup> janvier de chaque année sur la base des ressources perçues au cours de l'année n-2

## Résidence et nationalité

- L'AAH est versée aux personnes résidant de façon permanente en France métropolitaine ou dans les départements d'Outre-mer ou à Saint-Pierre-et-Miquelon
- Les personnes de nationalité étrangère doivent être en possession d'un titre de séjour régulier sur le territoire national

## Age

- Age minimum : 20 ans ou plus de 16 ans si la personne n'est plus considérée comme à charge pour le bénéfice des prestations familiales
- Age maximum : l'âge légal de départ en retraite (62 ans en 2018) en cas d'incapacité compris entre 50 et moins de 80 %.
- En cas d'incapacité d'au moins 80 %, une AAH peut être versée au-delà de l'âge légal de départ en retraite.

# Faire une demande

**Gardez en tête que les délais de traitement**  
de votre dossier peuvent être très longs  
11 mois en Isère à notre connaissance

- Télécharger le dossier mdph et le certificat médical sur “service-public.fr”
  - Vous pouvez le compléter directement sur le pdf
  - C'est possible de faire la demande en ligne sur le site de la MDPH <https://mdphenligne.cnsa.fr/mdph/38>
- Faire remplir le **certificat médical** par un·e médecin
- Fournir des documents justificatifs (diagnostics, écrits médicaux *etc. tous les documents écrits par les pros qui t'accompagnent*)
- Remplir le dossier (bien écrire son nom sur chaque page)
- Et enfin après 4 mois d'attente : appelle/écrit leur régulièrement pour faire avancer ton dossier

**Il est néanmoins possible possible de raccourcir la procédure** (voir page 4 du dossier)



**Je souhaite bénéficier d'une procédure simplifiée si je suis dans un des cas suivants :**

- Renouvellement d'un droit ou d'une prestation, lorsque ma situation n'a pas évolué,
- Reconnaissance des conditions nécessaires en vue de l'affiliation gratuite à l'assurance vieillesse de l'aidant d'une personne handicapée,
- Attribution d'une reconnaissance de la qualité de travailleur handicapé (RQTH),
- Situation d'urgence.

# Composition du dossier

## Le dossier est divisé en plusieurs parties de A à F

- **A** : Votre identité et la liste des documents à joindre à votre demande (renseignements **obligatoires**)
- ➔ **B** : Votre vie quotidienne (**obligatoire** sauf si renouvellement du dossier et situation inchangée)  
**Attention** : il est parfois conseillé de remplir le dossier à nouveau, certaines MDPH sont plus strictes ou refusent plus facilement l'AAH à certaines catégories de personnes
- **C** : Vie scolaire ou étudiante (optionnel)
- **D** : Votre situation professionnelle (optionnel)
- **E** : Expression des demandes de droits et prestation (**obligatoire**)
- **F** : Vie de votre aidant (optionnelle)

**Toutes les parties ne sont pas à remplir, cela dépend de votre demande et de ce qu'elle concerne .**

# Exemples

- Camille est **salarié**, il aurait besoin d'**aménagement au sein de son travail** car il ne s'en sort pas et subit des incompréhensions de ses collègues. **Rester debout est difficile** pour lui.  
→ Demandes possibles : Reconnaissance qualité travailleur handicapé (RQTH), Carte mobilité inclusion (CMI) priorité (pour avoir des places assises, être prioritaire en caisse)
- Lou est **étudiante**, elle dispose déjà d'aménagement d'étude via la mission handicap de sa fac. Sa situation financière est très **précaire**, en raison de ses difficultés elle n'arrive pas à combiner job étudiant et ses études.  
→ Demandes possibles : Allocation adultes handicapé (AAH) , RQTH (automatiquement faite)
- Aloïs utilise un **fauteuil** pour certains déplacements car iel souffre de douleurs chroniques, iel travaille quelques heures dans la semaine et aurait **besoin d'un complément de ressources**.  
→ Demandes possible : AAH, RQTH, CMI priorité et stationnement (accès aux places pour personnes handicapées)
- Maya est **salariée** mais n'arrive plus à gérer le rythme de son travail, elle a l'impression que c'est **impossible de travailler** et garder une bonne santé mentale.  
→ Demandes possibles : AAH, RQTH
- Sam aurait besoin d'un **accompagnement social** pour l'aider à mieux gérer son logement et l'administratif.  
→ Demandes possibles : Prestation compensation handicap (PCH), Orientation vers un établissement ou service médico-social (ESMS) ⇒ Renseigne toi auprès de ton samsah local  
(= service d'accompagnement en milieu ordinaire de vie pour des personnes handicapée)
- Julie a déjà l'AAH mais elle **dépense des sommes importantes** en lien avec ses handicaps.  
→ Demandes possibles : PCH

# Bien compléter le dossier... quelques conseils

- Écriture en script (taille 12) ou manuscrit OU ajouter une annexe (vivement recommandé)
- N'hésitez pas à détailler mais **tentez de rester synthétique** et compartimentez vos écrits par thématique (vie quotidienne, vie scolaire, vie professionnelle *etc.*) (déroulement d'une journée type, prendre des symptômes et détailler le retentissement sur votre vie)

Exemple : vous pouvez regrouper toutes vos annexes sur un document texte.

→ Pensez à numérototer les pages de ce texte et ajouter votre nom

<b>B</b> Votre vie quotidienne	Renseignements obligatoires sauf renouvellement avec situation inchangée
--------------------------------	--

Vous avez d'autres renseignements importants (situation, attentes, projets) concernant votre vie quotidienne, indiquez-les ici :

VOIR ANNEXE 1)



# Bien compléter le dossier ... quelques conseils

- **Partie importante** c'est ici que les personnes auront un aperçu global de votre situation et vos besoins.
- Il faut imaginer ça comme une lettre de motivation et à la fin les gens doivent être convaincu qu'il FAUT vous donner ces aides

## B Votre vie quotidienne (projet de vie)

- Une partie sur votre **situation actuelle** (sans emploi, salarié·e, étudiant·e *etc.*), éventuellement **vos projet(s)**
- La **description des handicaps** (mentionner les justificatifs médicaux s'il y en a, le parcours médical réalisé ou en cours)
- **Difficultés quotidiennes** : chez soi, à l'extérieur, au travail, *etc.*
- Les aides que vous avez (ou non) de l'entourage
- Vos **besoins / attentes** de cette demande

Doit contenir



## Vie scolaire ou étudiante

### Doit contenir

- Retracer son parcours scolaire récent (~3 ans)
- Mentionner les **difficultés rencontrées**  
Ex : rythme, travail en groupe, trajet, sortir de chez soi, fatigue, anxiété, concentration, douleurs, examens *etc.*
- Mentionner les **besoins / attentes, aides attendues**



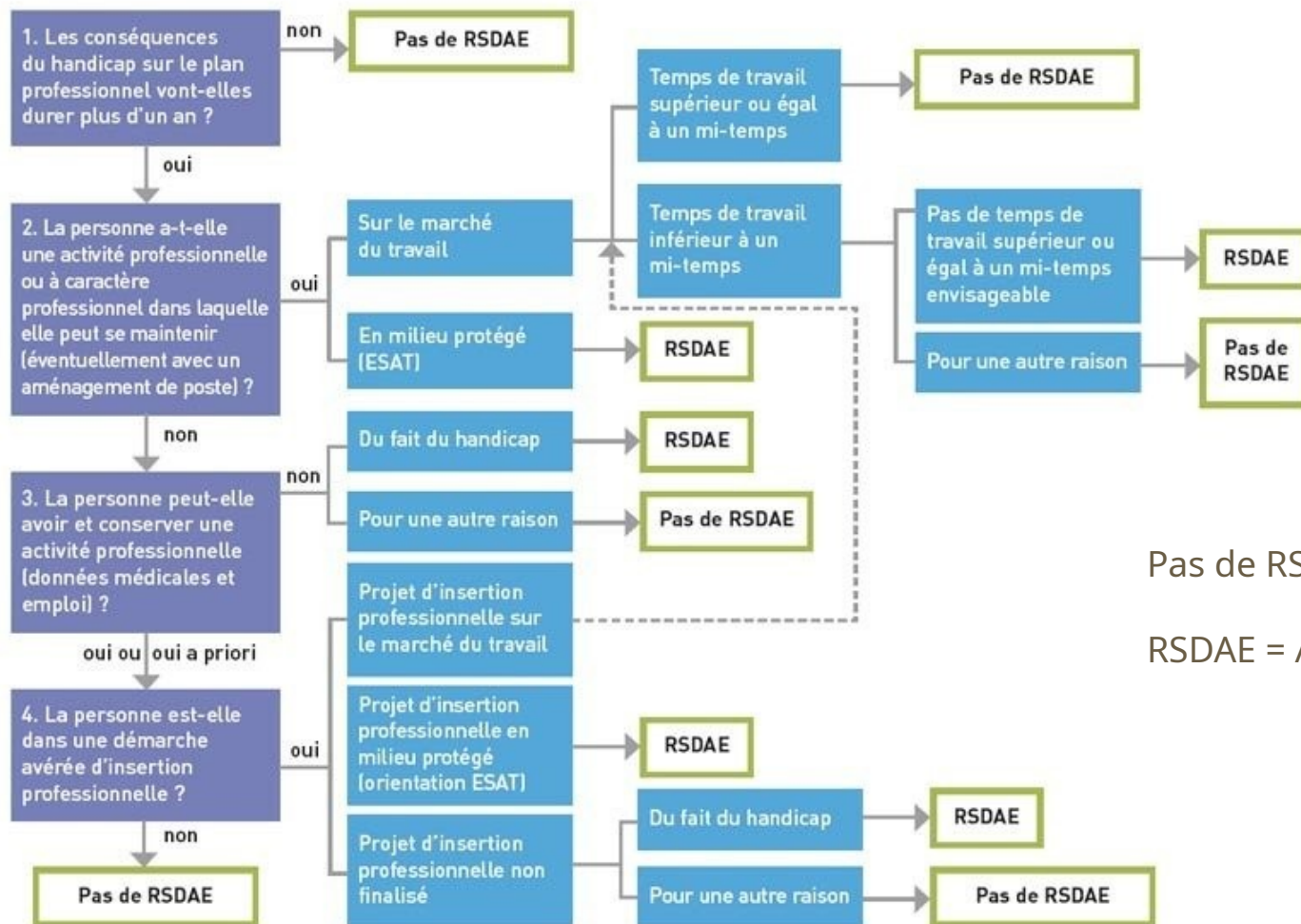
## Votre situation professionnelle

### Doit contenir

- Retracer son parcours professionnel
- Mentionner les **difficultés rencontrées**  
Ex : cadence, relations avec les collègues/client·es, douleurs, fatigue, trajet, sortir, conflit, pression, anxiété *etc.*
- Mentionner les **besoins / attentes, aides** attendues
- Utile si tu demandes l'AAH et que tu es à <80% car tu dois prouver que tu as une RSDAE = Restriction Substantielle de l'Accès à l'Emploi

# LES DIFFÉRENTES ÉTAPES CONDUISANT À LA RSDAE

[ Source : circulaire du 27 octobre 2011 ]



Pas de RSDAE = pas d'AAH

RSDAE = AAH



**Personne ressource** qui vous aide quotidiennement / régulièrement

→ Parents, ami·es, conjoint·es, voisin·es *etc*

Ex : ménage, courses, repas, soutien émotionnel, accompagnement aux rdv, présence, soins; aide à l'organisation, appels téléphoniques *etc*.

Ça peut valoir le coût de parler de ses aidants en burn out pour qu'ils aient une reconnaissance financière de l'aide apportée.

# Certificat médical

A joindre à une demande à la Maison Départementale  
des Personnes Handicapées (MDPH)



- **Obligatoire et important**, il apporte de la légitimité à votre demande
- Privilégier un·e médecin (généraliste, psychiatre) de confiance qui vous connaît et est en capacité d'écouter votre demande
- Le personnel paramédical ou social ne peut pas remplir le certificat  
Ex : Educateurices, psychologues, infirmier.ères

# Conseils :

- Lire le document en amont
- Réfléchir aux réponses qu'on donnerait  
→ **Prenez des notes !**
- Remplir et/ou revoir le docu avec lae médecin
- Si vous n'avez pas le même avis, vous avez le droit de le dire, c'est votre réalité/corps
- **Ne pas avoir que des "A"** ce qui signifierait que vous n'êtes pas perçu.e comme ayant des difficultés, des handicaps)
- Détailler au maximum
- Ne pas hésiter à le refaire si besoin

Les rubriques qui suivent sont à compléter en fonction de ce que vous savez ou percevez de la situation de la personne et, **pour les enfants, par comparaison avec une personne du même âge.**

Aidez-vous de la grille d'appréciation suivante :

A	B	C	D	NSP
Réalisé sans difficulté et sans aucune aide	Réalisé avec difficulté mais sans aide humaine	Réalisé avec aide humaine : directe ou stimulation	Non réalisé	Ne se prononce pas

Vie quotidienne et vie domestique	A	B	C	D	NSP
Travaux ménagers, courses, préparer un repas, gérer un budget, faire des démarches... NB : à compléter par comparaison avec une personne du même âge					
Prendre son traitement médical :	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gérer son suivi des soins :	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Faire les courses :	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Préparer un repas :	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Assurer les tâches ménagères :	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Faire des démarches administratives :	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Gérer son budget :	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Autre (préciser) :					
Précisions :					

# Oui, vous êtes légitime

En réalité, vous n'arriverez pas à exagérer votre situation, même si vous écrivez votre pire journée. Nous avons souvent des biais validistes intériorisés



Contrairement ce que vous pouvez penser, décrire factuellement votre situation et difficultés, ce n'est pas faire pitié.

Fais toi aider : pote, médiateur santé, assistante sociale. L'impact psychologique de la violence administrative d'un dossier MDPH n'est pas négligeable

Autres ressources : Harriet de Gouge  
<https://www.harrietdegouge.fr/>  
Ou Hparadoxae la chaîne YT

