

A photograph of a street sign and a pedestrian crossing light. The sign is white with a black border and the word 'RÉPUBLIQUE' in black capital letters. Below it is a black pedestrian crossing light with a green walking figure illuminated. The background is a blurred street scene with trees and buildings.

RÉPUBLIQUE

AVANCER  
AVEC TOUT  
LE MONDE,  
CEST **NORMAL**,  
NON ?

LE BOOK CITOYEN DES ASSOCIATIONS TRISOMIE 21 FRANCE

*t21somie*  
FRANCE

---



### **Ceci est un livre collaboratif.**

Ses pages attendent d'être remplies par vos témoignages.

L'objectif est qu'il soit transmis au grand public, aux médias et pouvoirs publics à l'occasion de la journée mondiale de la trisomie 21 du 21 mars 2019.

Il est fait pour porter la parole de tous ceux qui sont concernés par la trisomie 21 ou la déficience intellectuelle.

Votre participation, vous, membres des associations trisomie 21, est cruciale pour montrer au grand public ce qu'est la réalité de la trisomie 21 aujourd'hui.

Vous pouvez prendre une demi page vierge pour exprimer votre pensée, vos expériences, vos photos, images et témoignages...

Nous vous proposons d'articuler vos témoignages autour du thème de la CITOYENNETE.

Alors que la place des personnes avec une trisomie 21 ou une déficience intellectuelle dans la cité est encore discutée, notre parole est une arme pour faire réagir et rendre la société plus inclusive !

Aidez-nous à ce que l'exercice, à liberté égale, des droits citoyens soit possible !

### **Ceci est un livre que l'on fait ensemble.**

Chacun écrit une demi page.

Il va être envoyé à tout le monde, aux journalistes et aux hommes politiques pour la journée mondiale le 21 mars 2019. C'est pour dire ce qui est important pour nous.

Il faut que tous sachent ce que vivent aujourd'hui les personnes avec une trisomie ou une différence intellectuelle.

On peut écrire sur une demi page et mettre des photos, des images, ...

### **Il faut parler de notre vie comme citoyen.**

Notre parole est très importante pour que tous changent et que la société soit inclusive.

trisomie  
FRANCE

---

Je veux être citoyen comme vous.

J'ai envie de partager avec vous dans cette page, ce que je fais et ce que je vis à Toulouse.

J'ai suivi des séminaires de formation citoyenne avec trisomie21-France. cela m'a aidé et je me suis présenté au Conseil d'Administration de trisomie21-France. J'ai été élu en 2016, Nous sommes 5 personnes avec trisomie 21 comme administrateurs et nous avons presque chacun un facilitateur qui vient avec nous aux CA.

Nous participons aussi dans les séminaires à la formation des autres personnes avec trisomie, en binôme avec un adulte sans trisomie.

là je suis en premier plan pendant l'assemblée générale de trisomie21 -France



J'ai appris à écrire des slams et j'improvise parfois devant des groupes de personnes qui m'applaudissent.

J'apprends le video montage avec un logiciel spécial et j'ai filmé des séquences de personnes à qui j'ai posé des questions. Mon dvd s'appellera "changer nos regards et nos vies, ..né avec une trisomie". Mon dvd n'est pas terminé.

Elie, j'ai 30 ans.



J'aime voter, je peux choisir le Président de la République, le Maire... Je suis fier je suis français. (Nicolas)

Paroles d'Autoreprésentant :

CHAQUES REPRESENTATIONS  
et une victoire collective !!!

Séminaire de formation à la participation  
citoyenne : novembre 2018



en 2019  
Tout le monde  
sont mélangé  
et Travail ensemble  
la vie continue  
sans  
discrimination  
ça sera un  
Bon cadeau  
pour l'avenir

☆  
PAROLE ET ÉCRIT  
DE PERSONNES AVEC  
TRISOMIE

AVEC TOUS LES VŒUX DE **trisomie**  
FRANCE

**j'ai l'habitude de pendre la parole  
devants les médias télé et  
interwieu et de parlé au non des  
autres  
antoine fontenit vice-président de  
trisomie 21 france**



**Pour mon fils, je souhaite ce que tout parent souhaite pour son enfant : du bonheur, une vie riche de belles rencontres, d'évènements incroyables, son épanouissement...**

**Pour l'avenir, j'aimerais que mon fils, ce citoyen, car oui, c'est un membre du peuple à part entière, puisse accéder à une instruction, à des formations, à une carrière professionnelle, à des loisirs, qu'il puisse rire, tomber amoureux, avoir des amis, être respecté...qu'il puisse exprimer ses choix et avoir les moyens de les réaliser, sans entrave, sans que personne d'autre que lui ne décide s'il en est capable.**

**Un avenir où chacun laisserait une place à l'autre, sans jugement, sans peur et où la différence serait une richesse, une rencontre, une opportunité d'être encore plus en conscience, de voir plus loin, plus grand...**

**Aujourd'hui, j'ai presque envie de parler de "prouesses" des personnes avec Trisomie tant ce qu'elles accomplissent leur demande davantage d'efforts, d'une part parce qu'il faut sans cesse composer avec le handicap mais aussi parce qu'il faut braver toutes les difficultés qui naissent de la peur, des "a priori" qui persistent depuis des décennies et des exigences d'une société presque élitiste tant il nous est demandé d'être "rentable". Il me semble que ce n'est pas en ces termes que l'on doit penser l'Humain.**

**Ce qui semble évident pour certains doit être clamé très haut et très fort par les personnes avec Trisomie pour qu'elles soient entendues. Elles ne cessent de devoir "prouver" qu'elles sont capables de mener la vie qu'elles ont choisies et il leur faut justifier de tout ce qui constitue un droit acquis pour les autres.**

**J'espère pour demain que les choses évoluent, que chacun prenne le temps d'ouvrir les yeux et de regarder ce qui se passe en réalité de façon à apprécier les personnes à leur juste valeur, de façon à reconnaître les droits, l'intérêt, les compétences...qui leur reviennent.**

**Je souhaite que tout ce qui mobilise notre énergie et notre attention de parents d'un enfant en situation de handicap soit demain une évidence afin que nous puissions tous vivre en parfaite harmonie.**

**Alors, mon petit garçon deviendra un homme dans un monde où rire, aller à l'école, faire du sport, se rendre au cinéma, aller au centre de loisirs, chanter, travailler, prendre les transports...seront des banalités, sans bataille, sans déceptions, sans pleurs, sans rejet...car c'est tout ce qu'il demande mon fils, pouvoir faire "comme les autres". (J.T, 95)**





Bonjour,  
Je m'appelle Maud  
J'ai 21 ans et demi, bientôt 22 ans  
C'est important pour moi de parler.  
Je suis vice-présidente de l'association des Ardennes  
Je suis au Conseil d'Administration de Trisomie 21 France

La trisomie, ce n'est pas une maladie. C'est la vie. Je garde ma trisomie en moi.

L'association, c'est bien. On réunit des personnes. On a des amitiés.

On veut dire qu'on peut aider les personnes à être autonomes et grandir avec leur handicap. Être autonome, ça veut dire pouvoir grandir et s'épanouir.

On peut faire des choix (comme le sport, le métier qu'on veut faire pour avoir de l'argent, avoir son propre appartement.)

Mon projet maintenant, c'est être adulte.

Je veux faire des séminaires. Je rencontre des personnes qui habitent autre part en France. Dans les séminaires, on apprend à se présenter et à faire ses choix.

J'ai été à l'école maternelle. Après j'ai été à l'école primaire. J'étais la seule avec trisomie parmi les élèves. Ensuite, j'ai été au collège.

J'ai fait des stages qui servent à apprendre à travailler sur l'hygiène et comment je dois me comporter.

J'ai été dans deux lycées et j'ai eu deux diplômes de CAP.

Je ne suis plus une enfant. Je veux être adulte comme les autres.

On peut être adulte quand on a une trisomie. Je veux être professionnelle avec tout le monde.

C'est important pour moi d'être moi-même.

Maintenant, je travaille et bientôt j'aurai mon appartement.

Je suis citoyenne. Je suis bien comme je suis.



Je ne suis plus une enfant, je veux être une adulte comme les autres. On peut être adulte quand on a une trisomie. Je veux être professionnelle avec tout le monde. C'est important pour moi, d'être moi-même. Maintenant je travaille et bientôt je vais avoir mon appartement.

Je suis citoyenne, je suis bien comme je suis.

Je m'appelle Adrien, j'ai 23 ans.

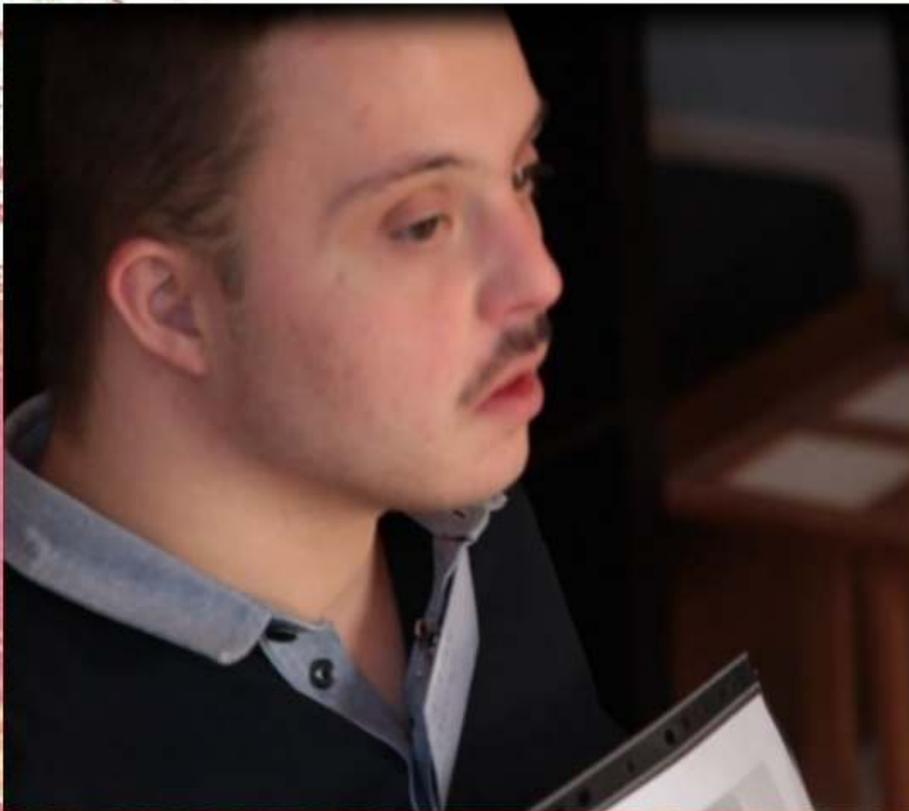
Je vais en formation en séminaire avec Trisomie 21 France pour apprendre à parler en public et connaître la Citoyenneté.

Pendant mon service Civique, j'ai expliqué aux élèves d'un collège ce qu'est la trisomie.

Après le film « Vincent et moi », j'ai répondu aux questions posées par les spectateurs pendant le débat.

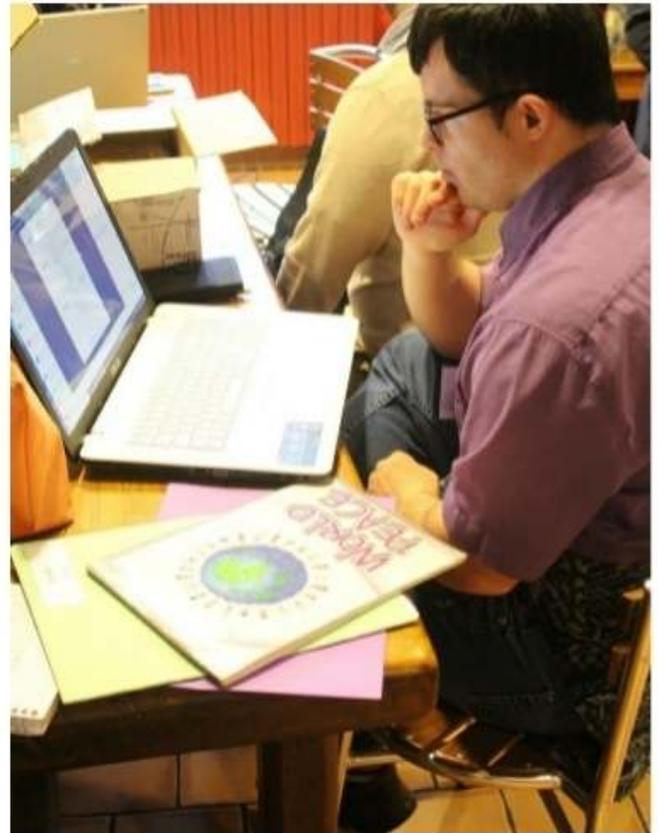
En séminaire à Tilleul-Othon (près de Bernay), nous avons rencontré des maires, et le 11 novembre, nous avons fait une minute de silence.

Je voudrais trouver ma place ...



Je voudrais deffendre l'association  
Parce que elle m'aide à exprimer se que  
je veux  
Et qui je suis vraiment.  
Je me présente je m'appelle vincent cuel  
Je suis secrétaire ajoint trisomie 21  
France  
Je suis serveur à l'hotel ibis Batignolle.  
Je fait du karaté ceinture noire 3° et je  
donne  
Le cour des enfants.

Je sais aller où je veux en métro.  
J'ai une chérie qui s'appelle mathilde  
Je vais prendre un appartement  
partager en début janvier  
Je suis fier d'être autonome  
Les seminaires auto représentant m'on  
beaucoup aidée les autres s'on comme moi  
il faut continuer à aider des Petit à l'ecole  
et les grands à devenir libre  
des séminaires auto-représentant  
l'exposition mes amours c'est super.  
(Vincent)





**Je suis un jeune homme martiniquais de 30 ans porteur de trisomie 21. Je suis dans un environnement familial bienveillant et je suis heureux. Toutefois, au niveau de mon parcours scolaire, il y a eu beaucoup de manquements.**

**J'ai passé de nombreuses années dans une structure spécialisée, mais j'ai appris globalement à lire, à écrire grâce à mes proches. Le désintérêt des enseignants pour mon handicap, à savoir la trisomie 21, m'est aujourd'hui préjudiciable.**

**Je suis adulte maintenant et je suis conscient de mes lacunes, de mes faiblesses. Je souffre de ne pouvoir faire comme les autres. J'aimerais ainsi avoir une activité professionnelle en milieu ordinaire; j'aimerais prendre le bus seul, aller au cinéma, au concert, en boîte de nuit, voyager seul ou avec des amis. J'aimerais avoir une petite copine, j'aimerais avoir mon appartement.**

**Je me sentirais en capacité de faire tout cela, si j'avais été suffisamment accompagné.**

**Je suis différent, et j'accepte ma différence. Je ne suis pas comme les autres mais je veux pouvoir faire comme les autres. Je me dis citoyen, je me veux citoyen. La Citoyenneté pour moi, c'est de pouvoir tout faire comme les autres. Encore faut-il me donner les moyens pour devenir un citoyen à part entière dans une société qui se veut inclusive.**

Je travaille 3 jours par semaine. C'est des horaires un peu pénibles pour la restauration. Tout le monde me dit : Allez, faut y aller, faut se bouger ! Ma mission, c'est la mise en place : les verres, les assiettes, le pain.

Ce qui est difficile pour moi, c'est le poids des verres, ça me fait mal aux coudes.

Mon contrat s'arrête le 31/12. J'espère qu'on me garde en 2019. Il faut que je paye mon loyer et mes courses ! (Laetitia)





Bonjour,

Je m'appelle Elinor, j'ai 14 ans. Je suis en 4<sup>ième</sup> dans le collège près de chez moi.

J'adore l'école. J'y vais en bus. Je fais aussi du théâtre et de la natation.

C'est une photo de ma sœur et moi le jour de la rentrée.



Je suis Coraline 11 ans



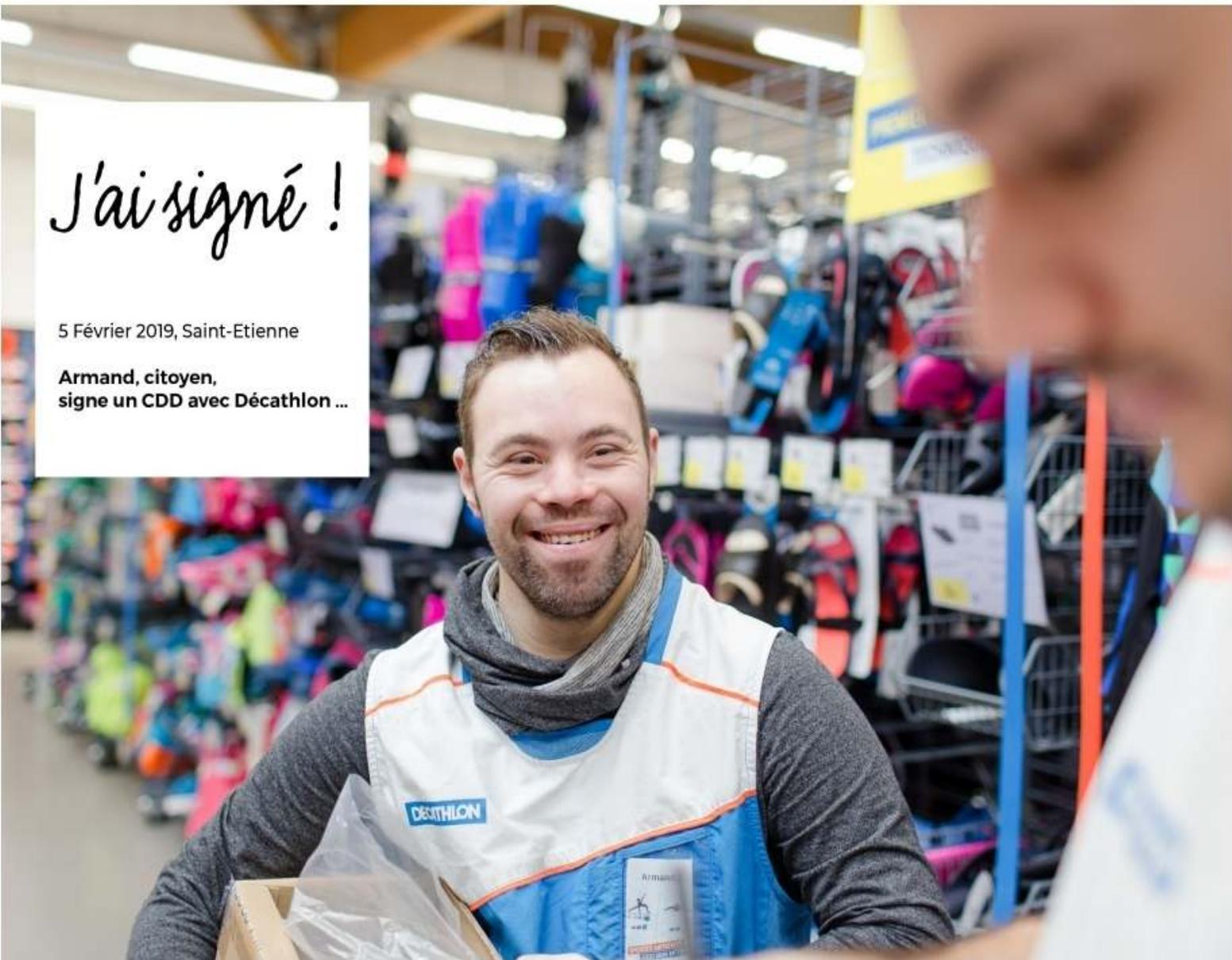
Je suis Talina 10 ans

Nous sommes sœurs et nous adorons la vie  
et nous éclater !!!

*J'ai signé !*

5 Février 2019, Saint-Etienne

**Armand, citoyen,  
signe un CDD avec Décathlon ...**





**Richard, Citoyen du monde, citoyen et musicien porteur d'une grande valeur, autant dans ses différences que dans son savoir être, a pu exprimer à travers sa passion pour le piano, un potentiel vibrant d'humanité. Respects....  
Valérie BELROSE ,sa professeure depuis 25 années.**

***Je suis toujours très émue d'avoir à m'exprimer sur cette rencontre avec Richard, qui m'a tant appris sur la patience, l'amour , l'abnégation et l'acceptation de ses propres limites....***



Je m'appelle Hugo  
, Super Hero de bientôt 6 ans , qui  
deborde d'energie et de curiosité? Je  
supporte un emploi du temps  
hebdomadaire digne de celui d'un  
ministre , a hauteur de 3 seances en  
liberal / semaine en plus d'une scolarité  
temps plein en milieu ordinaire.

Je souhaite temoigner que par ma  
tenacité et mon envie d'apprendre , et  
qu'a force de patience , de perseverance  
et avec les moyens humains et financiers :  
**TOUT EST POSSIBLE !!**

J'ai la chance d'etre entouré, depuis  
mon plus jeune age , de personnes  
motivées , passionnées, informées mais  
surtout ouvertes d'esprit et qui face aux  
barrieres administratifs et le manque de  
moyen , remontent leurs manches et  
travaillent en cohesion avec les familles et  
les professionnels pour trouver des  
solutions aussi petites soient elles. Un  
objectif commun : me permettre  
d'avancer et d'avoir confiance en moi .  
Je reve d'un avenir plus simple , plus leger,  
plus ouvert a la difference , plus facile. Un  
avenir ou les gens seraient ecoutés ,  
formés , accompagnés. Un avenir ou je  
pourrais m'epanouire sans pre juges ; Un  
avenir ou je serais accueilli avec le sourire  
et non montré du doigt ! Je reve et .... je  
serais !



**Je m'appelle Maël, j'ai 18 ans**

**Je suis content d'être majeur pour voter et avoir une Carte Bancaire !**

**Je vais au lycée et je suis en stage dans une crêperie : je cuisine et je sers les clients, il faut être sérieux et poli. Je déjeune avec mes collègues.**

**Je prends le bus tout seul,**

**Je fais du théâtre avec mes potes et de la danse.**

**Je fais du Judo et suis ceinture marron. En avril, je vais faire le Championnat de France de Judo adapté !**

**Je fais aussi des sorties avec mes copains.**

**J'adore les super héros, Avengers, les comédies musicales, aller à des concerts, M Pokora et j'écoute du rock !**

**Plus tard je voudrais habiter dans un appartement avec ma chérie, faire les courses, manger au restaurant, faire des sorties cinéma et avoir un travail pour gagner de l'argent.**



De retour de Bernay, Clément, Rémi, Clélia, Sofiane, Adrien et Guillaume (de gauche à droite sur la photo), organisent une réunion pour présenter aux familles et professionnels des services ce qu'ils ont vécu lors de leur séminaire de formation à l'autoreprésentation et à la participation citoyenne.

Chacun a pu prendre la parole pour commenter les photos, et ainsi mettre en pratique ses acquis de la formation.

Ravis, tous les participants à la réunion les ont félicités sous un tonnerre d'applaudissements.

Un représentant de l'entreprise qui emploie un des jeunes à participé à cette restitution.

Il a été impressionné par cette démarche qui lui a permis de réaliser l'implication des jeunes et de leurs accompagnants dans leur projet.

Il a demandé pour qu'une présentation soit faite au sein de l'entreprise.





"Hey, tout le monde!!!"

Dans tout le monde, on peut trouver des personnes un peu différentes de nous et parfois on les évite. On les exclut, donc elles ont un peu de mal à trouver du travail, une école...

Ma sœur, Ninon\*, est porteuse de la "trisomie

\* qui a 6 ans | 21", c'est un handicap qui fait qu'on a un peu de mal à faire des choses. Elle a du mal à parler\*, elle ne court pas <sup>très</sup> vite, elle

\* elle bégaille | n'arrive pas à manger des morceaux, elle est un peu en retard (elle aime les jeux de petits).

prononce pas très bien... | Mais ce n'est pas une raison d'insulter les "trisomiques" ou même des gens qui n'ont pas d'handicap. Car moi, j'aime ma sœur, je l'aide, je lui apprends des choses et je la trouve formidable\*. Le 21 mars, c'est sa journée, c'est

\* même si elle est un peu pot-de-celle | la journée mondiale de la trisomie 21!

Alors ce jour-là, et même tous les jours, la différence n'a pas d'importance.

Yala B.

## Témoignages de personnes avec trisomie 21 qui sont administrateurs de Trisomie 21 Gironde et de leur facilitatrice...

Etre administrateur pour moi, c'est bouger les choses, soutenir des projets, pour les loisirs et les activités, pour les services et voir comment ils peuvent mieux marcher. Je le dis haut et fort en triple partenariat avec moi, les professionnels des services et ma famille. Pour moi, c'est important, leur avis compte. (François)

Etre administrateur, c'est le sens de mon engagement, c'est à dire que je transmets aux autres parce que ça me plaît. (Damien)



Je suis à Trisomie 21 depuis 2005 pour parler, partager des choses, échanger. Je suis administrateur pour représenter les personnes et faire avancer plein de projets. Merci avec un grand "M" majuscule. (Pierre)

Pendant les préparations de CA, on discute des sujets à l'ordre du jour. Un document en facile à lire et à comprendre a été préparé pour les adultes avec trisomie.

Nous rédigeons ensemble des questions pour le Conseil d'Administration, qu'ils n'osent pas toujours poser. C'est ce qu'on doit travailler : se sentir bien et à l'aise pour parler, trouver un bon moment, s'écouter et se comprendre. Chacun peut être le facilitateur de l'autre. Les adultes m'aident aussi à comprendre l'association et les autres adultes. (Marine, facilitatrice)





COLLECTIF D'AUTO ET PAIR-REPRÉSENTANTS DE LA LOIRE  
CONTRE LES DISCRIMINATIONS  
ET POUR L'ÉGALITÉ

Nous sommes un collectif de personnes avec trisomie ou un autre handicap intellectuel.

Nous sommes des auto-représentants et des pairs représentants.

Cela veut dire que nous parlons pour nous mêmes et pour les autres personnes qui le souhaitent.

Notre collectif existe depuis plusieurs années dans la Loire (42).

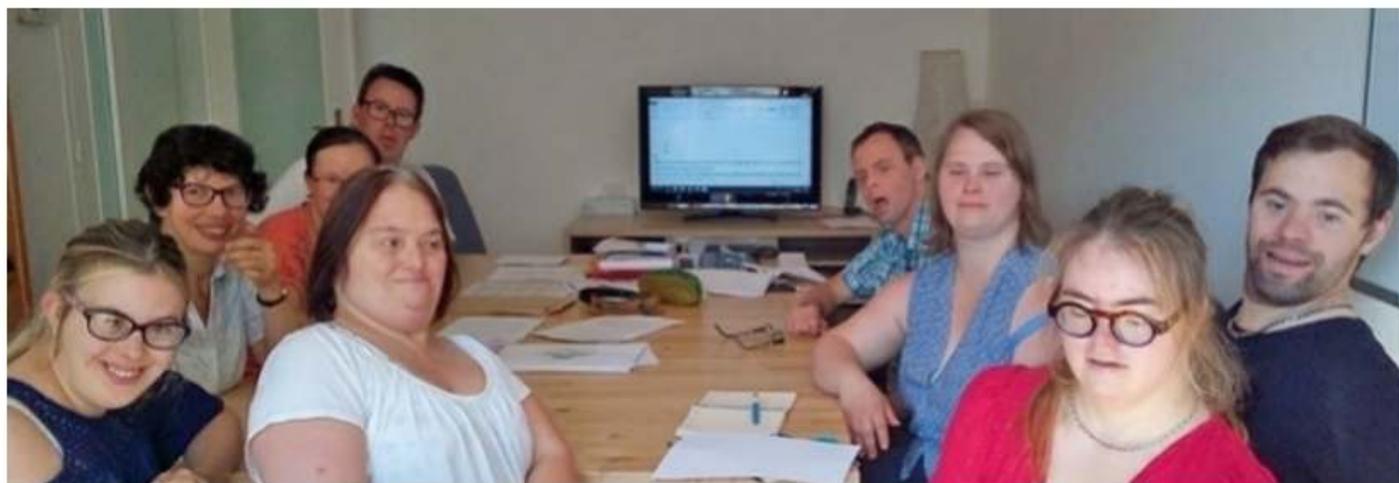
Nous avons décidé de transformer notre collectif en association.

Nous voulons prendre la parole pour faire avancer les droits de tous.

Nous voulons lutter contre les discriminations.

Nous voulons lutter pour l'égalité de tous les citoyens.

(Les membres d'Ensemble Citoyens !)



Je veux être aidée dans  
un travail : on doit  
accepter mon rythme  
et m'écouter pour  
améliorer mon travail.  
Nous n'avons surtout  
pas besoin de mesures  
de justice : on est libre  
de choisir ce qu'on a  
envie de notre vie.  
(Salomé)



Bonjour, je m'appelle Rose-Marie, j'ai 28 ans.

Je travaille, ça me plait beaucoup. J'aime servir les clients, j'aime le boulot avec les copines.

Je nage en club, tous les ans je vais aux championnats de France de natation sport adapté avec mes amis, j'ai gagné beaucoup de médailles.

J'adore danser :

- Avec Sarah Rhéa je fais de la danse orientale, je prépare le spectacle de juin.
  - Je suis fan de KPOP , je répète les chorés dans ma chambre, B.T.S. j'adore.
- (Rose-Marie)



Voilà comment ma fille se présente aujourd'hui.  
Expliquer ce qu'est « être citoyen » s'avère plus compliqué pour elle alors je vais tenter une approche par l'exemple.

Un parcours scolaire défaillant suivi à l'âge adulte de longues années sans formation, sans accompagnement aurait pu avoir raison de son énergie de vivre. Heureusement elle a fait quelques belles rencontres :

- Les militaires, en charge de ce qui s'appelait alors Journée à l'Appel de Préparation à la Défense. Rentrer à la maison avec une attestation d'initiation aux alertes et aux premiers secours quoi de mieux pour débiter sa vie de citoyenne.

- Les responsables de la Fédération Française de Sport Adapté qui lui ont fait confiance en la sélectionnant lors de la 1<sup>ère</sup> participation de la France aux Mondiaux de natation trisomie 21.

- Les chorégraphes qui l'ont accueillie dans leur cours ordinaire en lui faisant une vraie place dans leurs créations.

Avec le sport et la danse Rose-Marie a pu faire l'expérience d'une véritable citoyenneté au contact de personnes pour qui la trisomie 21 n'est ni à gommer ni à porter en étendard, mais plutôt une caractéristique, comme sa petite taille qui demande d'ajuster la longueur de sa jupe pour qu'elle ne se prenne pas les pieds dedans.

Cela lui a permis d'oser tenter l'impossible, déclarée « inemployable », elle s'est présentée lors d'un recrutement, elle vient de signer un CDI en service de restauration.

Il y a encore beaucoup à faire pour une scolarisation qui permette d'acquérir les bases pour vivre pleinement en société. Arrivée à l'âge adulte pour que, notamment les parents solo n'aient plus à choisir entre leur vie et celle de leur enfant, un véritable accompagnement s'avère nécessaire et ce tout au long de la vie. Actuellement l'accompagnement dont ma fille a besoin continue de reposer exclusivement sur mes épaules faute de place en SAVS (plusieurs années d'attente).

la maman de Rose Marie

*t21somié*  
MARTINIQUE

*Pa reté sèl*



*ansanm nou pé alé pli lwen*

*En tant que parent et administrateur T21 Martinique, la personne porteuse de trisomie 21 est un citoyen à part entière*

*Néanmoins, la reconnaissance de son statut de citoyen passe par l'éducation, l'engagement et la solidarité .*

*Cette solidarité doit s'exprimer par la prise de conscience des parents, du rôle important de l'Association et de leur engagement associatif.*

*L'Association est une force motrice, une force de proposition qui a la volonté et le pouvoir de faire changer les choses . Cette force associative doit se mobiliser dès la naissance de l'enfant et tout au long de sa vie.*

*Rien ne sera définitivement acquis , si nous, parents , ne sommes pas convaincus qu'il faut leur donner la parole ,*

*qu'il faut les laisser s'exprimer.*

*Comme tout un chacun, ils ont le droit d'exister, d'espérer, de rêver, d'aimer, d'être heureux....*

*C'est cela la finalité de la Non ?*

*VIE.....*

Je suis citoyenne: je travaille, je vote...

Je suis éco citoyenne : je jette mes déchets dans les poubelles ;je participe au tri des déchets en les jetant dans les bons bacs ou sacs.

Je joue au basket dans l'équipe des cadettes : je suis licenciée à l'Effort Basket Mirecourt : je suis joueuse et je participe aussi à la vie de mon club en apportant mon aide dans les différentes manifestations qu'il organise.

J'adore le basket!?

Je suis adhérente à l'association Trisomie 21 Vosges,ma mère est la présidente, je lui donne un coup de main quand elle a besoin !

(Aline, 22 ans, habitant à Vittel (88))





Je m'appelle Charles, j'ai 4 ans 1/2. Je vis en Creuse avec mes parents et comme tous les petits garçons de mon âge je vais à l'école maternelle de mon village. J'ai plein de copains et copines qui comptent beaucoup pour moi. Je crois que je compte aussi pour eux. Je le vois aux nombreux anniversaires auxquels je suis invité et aussi à leur joie de me retrouver au retour des vacances. Qu'est-ce que je suis heureux avec eux !

A l'école, on fait plein de choses : on chante des comptines (je suis incollable sur les gestes), on fait des dessins, de la peinture, du bricolage, des visites pédagogiques et pleins d'autres choses encore.

C'est chouette, car avant d'entrer à l'école, j'ai eu la chance de pouvoir aller à la crèche municipale et j'ai pu retrouver quelques copains à l'école. Là-bas aussi j'ai passé des bons moments qui m'ont aidé à grandir.

Le mercredi, je monte mon poney préféré : Popeye ! J'apprends à le brosser, à le monter, à le diriger. J'éclate de rire chaque fois qu'il se met au galop. J'adore poser mes mains et ma tête sur son ventre... on dirait qu'il me comprend. Chaque fois que j'acquière une nouvelle chose, mes amis du centre équestre m'encouragent : "allez Charles, tu vas y arriver", ils sont globalement plus grands que moi mais ils me considèrent comme un de l'équipe et dès que je franchis une nouvelle étape avec ma monture les applaudissements retentissent dans le manège !



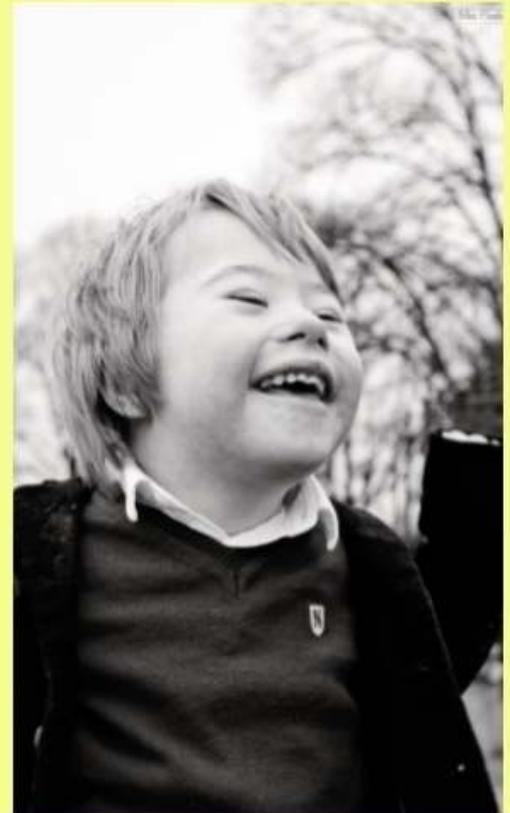


Quelques fois, je vais à la piscine municipale, j'aime beaucoup plonger au grand dam de ma maman qui court dans tous les sens pour me récupérer et du maître-nageur qui fait "non" avec son doigt.

J'aime aussi beaucoup voyager, mes parents m'emmène souvent en Grande Bretagne, là je peux parfaire mon anglais : "bye, bye", "lello", je ne sais pas pourquoi, mais les anglais éclatent de rire quand ils m'entendent.

J'aimerais vraiment pouvoir poursuivre mon parcours à l'école avec mes copains même si je sais que cela sera plus difficile pour moi. Et puis, peut-être un jour, un travail, un "chez-moi"... et pouvoir occuper ma place de citoyen dans mon Pays.

En tout cas pour l'instant, j'aime la vie, et je la croque à pleines dents !





Bonjour,

Je m'appelle Amélie, j'ai 31 ans, j'habite un studio dans un foyer d'hébergement en Seine St Denis, je travaille en ESAT dans un atelier blanchisserie. Le week end quand je ne suis pas en famille, je prépare un repas pour mes amis, Catherine, Anne et Rémi.

J'aime sortir faire du "shopping", aller au cinéma et partir en voyage (heureusement on me guide pour faire des économies pour pouvoir partir!)

Pour le texte, c'est ma maman qui m'a aidé!

Ecrire est difficile pour moi

Des fois il m'arrive de penser à la retraite....ce sera comment pour moi.....

Bonjour,

Je m'appelle Victoire et j'ai 4 ans.

Je suis une petite fille souriante, rayonnante, pleine d'énergie, curieuse avec mon petit caractère (dixit maman et papa).

Je suis la petite soeur de Lucie, 10 ans et Jules, 7 ans. Ils adorent m'apprendre pleins de choses ( des bêtises aussi mais chut?).

Depuis mes 4 mois, j'ai pu être accueillie en Maison d'Assistantes Maternelles puis en crèche.

Et maintenant je vais à l'école tous les matins et j'adore y aller.

Je veux juste vivre, être heureuse, apprendre, me faire des amis.... comme tout le monde.

Voilà je m'appelle Victoire et je fais le bonheur de toute ma famille (n'est ce pas papi et mamie?)





Je m'appelle Jérémie LOUVET. J'ai 23 ans. J'ai choisi de travailler en blanchisserie en ESAT. Je vis en foyer à Buis les Baronnies.

Je fais partie du CA de l'Association Trisomie 21 Drôme pour représenter les jeunes trisomiques.

L'association a permis de créer des liens d'amitié et nous nous retrouvons en famille, entre jeunes pour des loisirs : c'est ma tribu.

La prochaine étape est de pouvoir me rapprocher de ma fiancée Cassandra et pouvoir vivre ensemble. J'aimerais me marier.





Je m'appelle Juliane, j'ai 10 ans et je mords la vie à pleines dents !

J'aime aller à l'école où j'y suis bien intégrée. En classe de CE2, je travaille dur et je progresse.

Mon intégration sociale est primordiale pour mon bien-être et mes parents s'efforcent d'aller en ce sens.

Je suis Pierre, je suis autonome, voici quelques photos :



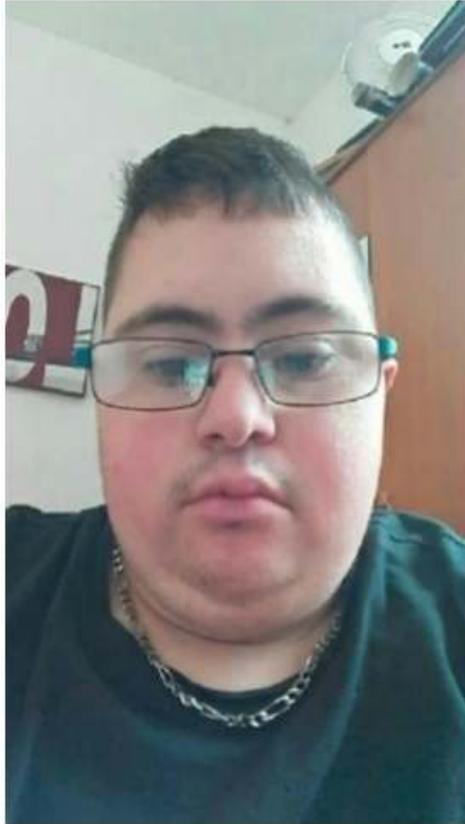
Me voici à la terrasse  
d'un café...



Ici, en train d'acheter  
un cadeau...



Et ici en train de retirer  
de l'argent.



Je m'appelle Ferdinand Vialle j'habite à le Teil en Ardèche j'ai 27 ans et je travaille en ESAT à Viviers. Je me sens pleinement citoyen grace à mon indépendance financière, et je veux construire une vie de famille comme mes freres et soeurs.

Bonjour,

Je suis la maman d'une jeune femme de bientôt 43 ans ,porteuse d'une trisomie 21,née à la Réunion,elle y a été scolarisé puis a travaillé en Hotellerie jusqu'à ses 25 ans . Suite au décès de son papa, nous sommes arrivé en Normandie ,après un certain temps en Angleterre ( 2 ans et demi). Dès notre arrivée à Caen elle a fait la connaissance d'un jeune homme ( non trisomique ,mais porteur d'un autre type de handicap mental) dans le cadre de sortie des Papillons Blancs, a laquelle je l'avais inscrite



Malgré son expérience professionnelle de 5 ans en hôtellerie, son niveau de bonne qualité : elle sait lire et écrire et s'exprime assez bien. Malgré toutes mes recherches,il fut impossible de lui trouver un emploi dans le privé. Finalement c'est l'Apaei de Caen qui accepta de l'engager dans l'un des ESAT quelle gérait, en 2006

En 2008 Céline et son ami David on souhaité vivre ensemble  
J'ai toujours fait en sorte que ma fille, même avec une trisomie, vive sa vie comme tout un chacun

L'Apaei ayant fait l'acquisition de 2 appartements pour 2 couples autonomes, nous avons eu la chance de pouvoir en obtenir 1 pour eux, afin de faire l'expérience de vie commune , voir s'ils étaient capable de vivre et se débrouiller seuls ou presque ,car bien sûr il y avait un suivi par une éducatrice.

L'expérience fut particulièrement réussi; alors de locataires, ils sont devenus propriétaires,une occasion s'étant offerte, dans le quartier ou ils habitaient,nous avons sauté sur l'occasion Ils ont fait l'apport avec leurs économies , complété par un crédit que nous avons souhaité pas trop long

A peine installés sans ce nouvel appartement ,plus grand,et donc plus agréable ,ils ont souhaité se marier

Depuis qu'ils sont ensemble , ils se sont inscrits sur les listes électorales de leur commune et n'ont jamais raté une élection;

Voilà maintenant 7 ans qu'ils sont mariés ,et tout va pour le mieux

Je m'appelle Alexis j'ai 28 ans j'habite Cruas en Ardèche et je suis membre de Trisomie 21 Drôme, j'adore les voyages et les filles, Je suis pleinement citoyen et je veux vivre ma vie comme vous et ensemble avec vous et non à coté de vous.





Être citoyen, c'est tout ! C'est avoir un travail, c'est important, le bonheur et plein de choses. Je travaille en Esat en cuisine et je fais du sport. J'aime ça.  
(Florent 29 an)

L'Art, une porte vers l'inclusion, l'universalité et l'égalité.

Je suis Vincent 24 ans porteur de trisomie 21, artiste collagiste, en collaboration avec mon père Roger aquarelliste, j'informe sur mon handicap lors des expositions en provoquant des échanges avec le public.

Ce dialogue me permet de donner une image positive de notre handicap même si nous sommes tous différents, nous avons tous des choses à dire.

J'aime dire "L'art appartient à tout le monde" et l'applique dans les narrations de mes collages qui sont l'image de mes idées, mes difficultés, et ma façon de voir le monde.

En tant que citoyen j'entends faire valoir mes idées en allant voter comme tout le monde, j'ai la chance de travailler en milieu ordinaire avec un contrat CDI.

Mon rêve c'est de vivre tous égaux sans différences, avec solidarité, une expression libre et la lumière du cœur.





Ma vie depuis que je suis née.

Je suis née avec une trisomie 21.

Je vis avec mes parents et j'ai un petit copain il s'appelle Vincent.

J'habite à à Boulogne-Billancourt.

Je travaille dans un café joyeux à Opéra à Paris.

Je travaille au comptoir je fais des cafés, je tiens la caisse, j'apprends à rendre la monnaie.

L'association trisomie 21 Hauts-de-Seine est une association avec des personnes handicapées moteur et mentales et sourdes.

Je voudrais rester seule avec mon petit copain et avoir une maison rien que pour moi et avoir un enfant avec mon petit copain.

Aussi j'ai ma mamie à Strasbourg et à Paris.

Je sais faire des choses à la maison. Je sais faire à manger : des plats chauds, des plats froids . Je sais faire cuire les pâtes.

Est-ce que vous êtes comme nous ? Dans quel domaine est-ce que vous travaillez ?

Mathilde.

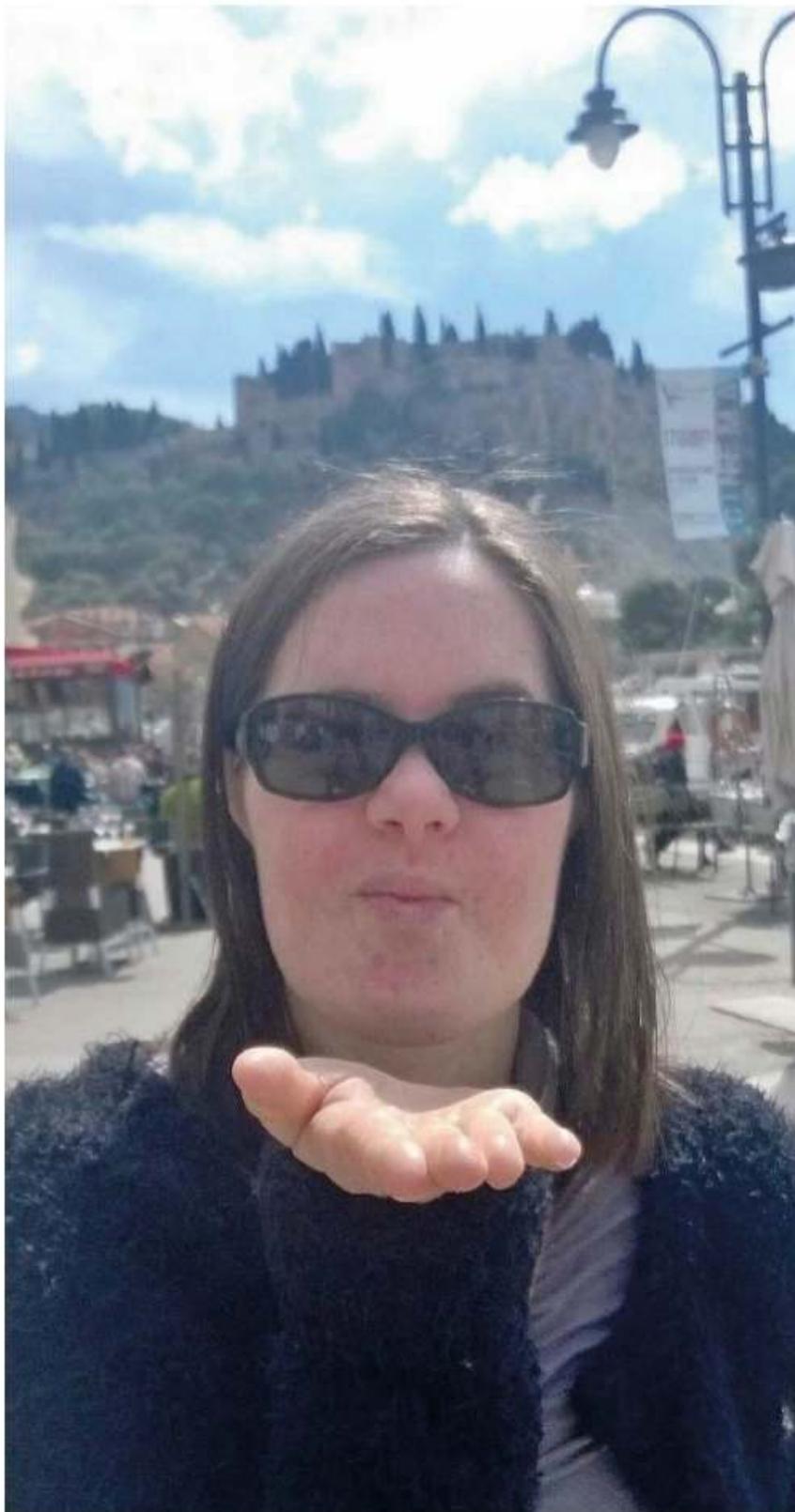


Être citoyenne c'est participer à la vie de tous les jours. C'est aller voter quand il faut, j'aime aussi beaucoup la politique, c'est travailler et avoir sa paie tous les mois. Un jour je me suis faite agresser dans le métro, j'ai porté plainte ! On l'a retrouvé grâce à moi !!!

Je fais de la natation, je nage comme un poisson, je fais du théâtre, de l'équitation et de la voltige équestre, et du patin à glace. Je me régale. J'ai un chéri mais je suis pas mariée. Un jour j'aurais ma maison...

(Lucie, 25 ans)





Être citoyenne c'est être reconnue, je travaille à mi temps en milieu ordinaire a la cantine de la mairie depuis 10 ans.

J'aimerais tellement avoir un cdi comme les autres !

Je fais du chant et de la comédie musicale et parfois des défilés de mode.

(Nathalie, 31 ans)

Bonjour,  
je m'appelle Nicolas Wiedemann, j'ai 26 ans, je travaille dans un restaurant à Balma qui s'appelle L'Équilibre. Je travaille le mardi, le mercredi, le jeudi et le vendredi. Depuis le 25 février j'habite dans un foyer de jeunes travailleurs à Toulouse. Je reste jusqu'au 3 mai. C'est bien d'être tout seul, pas avec les parents. J'ai des copains, je vais au cinéma, à Mac Do, je prends le bus, le métro et le tram. Je fais du hip hop, du badminton et de la guitare. En avril je pars une semaine au Maroc avec le club alpin français. Je suis administrateur au conseil d'administration de trisomie 21 Haute Garonne. Je suis très content de travailler et très content d'avoir des copains.



C'est quand j'ai participé à la journée d'appel de préparation à la défense que j'ai appris ce qu'était « être citoyen »

Je vote à chaque élection, pour cela je lis le programme des candidats, en particulier ce que le candidat prévoit pour nous permettre d'avoir une vie ordinaire au milieu des autres citoyens. Comme ce n'est pas souvent en FALC, ma famille m'aide à déchiffrer.. mais je ne trouve pas ça normal, un candidat devrait s'assurer de pouvoir être compris par tous les citoyens.

Je m'intéresse aussi beaucoup à ce que dit Sophie Cluzel sur l'emploi, l'école ordinaire pour tous, le logement inclusif.

Je vais participer au Grand Débat National pour faire remonter les problèmes que nous rencontrons pour aller à l'école de tous, trouver un travail.. être citoyen à part entière.

Je suis vice-présidente de Trisomie 21 Loire et participe aux conseils d'administration.

J'ai suivi le mouvement des gilets jaunes sur les réseaux sociaux et j'ai détesté la violence dans les rues à Paris, St Etienne et le Puy en Velay.

Je fais du théâtre, de la danse de salon (tango, rock, pasodoble, madison), de la natation où je me débrouille plutôt bien en crawl et je fais partie de l'Harmonie municipale de ma commune « Les Cariocas » avec laquelle je participe à de nombreux défilés. J'habite une commune de 3000 habitants et j'ai toutes mes activités avec des personnes ordinaires.

Je vis chez mes parents car il n'existe pas de service de proximité qui passerait tous les jours 1 heure avec moi pour m'aider à comprendre les documents administratifs que je reçois, m'aider à gérer mon budget, à bien équilibrer mes repas.. m'apprendre et m'aider à rédiger comme pour ce témoignage.

J'aimerais vivre dans une petite maison car j'aime les fleurs, avec un accueil-réception gardiennage comme cela existe dans les villages de vacances mais en travaillant bien sûr !

(Vinciane 30 ans - région Auvergne Rhône-Alpes)





Je suis en entretien avec mon chef pour m'informer sur mon planing de travail.

Après une scolarité en école maternelle, en école primaire puis en collège, j'ai été embauché à la mairie de Dunkerque, en avril 2000. J'avais 21 ans. J'ai d'abord eu un CEC pendant 6 ans puis j'ai été embauché comme stagiaire et titularisé en 2013 comme agent technique à la piscine.

Je suis fier d'être un agent municipal. J'aime bien mon travail. Je fais l'entretien de la cafétéria et des toilettes. Quand j'ai le temps, j'aide aux vestiaires ou j'aide aussi Lino ou Daniel pour les travaux de plomberie ou d'électricité. Je m'entends super bien avec tout le personnel de la piscine.



Grâce à mon salaire j'ai la chance d'avoir un appartement qui me plait bien, tout près de mon lieu de travail et du restaurant du lycée Guy Debeyre où je prends les repas le midi. J'aime bien discuter avec les profs et les agents.

Grâce à mon travail, j'ai la chance d'être un citoyen comme tout le monde.

Je me régale en danse classique et j'ai même commencé à apprendre les pointes! Je suis fière de moi. j'ai fait mon premier défilé de mode, j'ai trop aimé et je fais faire un 2ième le 30 mars 2019 à Lyon; je m'appelle Justine, j'habite Toulon, je viens juste d'avoir 18 ans, la majorité; et je suis en 1ière année de CAP APR et j'espère plus tard travailler en cantine.



Je m'appelle Maxime Prud'homme, j'ai 29 ans. J'habite au Foyer de  
Jeunes travailleurs à Saint Lô.

Je suis aide de cuisine : ma vie c'est ça. Mon employeur, c'est la Région  
Normandie : je travaille dans la cuisine du Lycée Marie Curie.

Je suis accompagné par le DSI21. En gros ça me plait parce que ça me  
donne envie d'avancer et de savoir faire les choses seul.

Avec des jeunes de l'association, on a fait des flyers à distribuer à tout le  
monde pour aider les jeunes à vivre avec la trisomie 21. Ca, ça me plait  
parce que ça me donne de l'espoir de vivre trisomique.



Nous sommes venus en France avec notre fille Klea de 3ans, maintenant 4, parce que dans notre pays il n'y avait aucune chance qu'elle puisse avoir des soins, de la stimulation précoce et des rééducations pour lui permettre d'accéder à une vie citoyenne la plus autonome possible.

Les exemples que nous voyons autour de nous, de jeunes ados ou adultes avec une trisomie ou autre handicap intellectuel dans l'association Trisomie 21 locale nous ouvrent de belles perspectives. Nous souhaitons que notre fille puisse grandir en bonne santé, avec les soins médicaux et para médicaux nécessaires et qu'elle puisse acquérir toute l'autonomie possible dans la vie quotidienne. Qu'elle puisse aussi en grandissant s'autodéterminer, choisir sa vie, avec tous les apprentissages de base qu'elle aura pu développer, lecture, écriture, déplacements, culture, ..... Klea, va à l'école et à la crèche associative en alternance, avec le suivi du sessad T21 HG et fais des progrès.

Je me suis engagée comme parent bénévole dans l'association et j'aide les adultes à s'autonomiser lors de sorties que nous organisons.

(Brunilda, maman de Klea)







## ARRETE

**ARTICLE 1 :** A compter du 07/02/2019 la situation de M. BORGHI ROMAIN est établie comme suit :

<b>Dernière Situation</b>	<b>Nouvelle Situation</b>
A compter du 13/12/2016 6ème échelon du grade Adjoint technique territorial principal de 2ème classe IB [REDACTED] - IM [REDACTED]	A compter du 07/02/2019 3ème échelon du grade Adjoint technique territorial principal de 1ère classe IB [REDACTED] - IM [REDACTED]

*t21somié*  
FRANCE

[www.trisomie21-france.org](http://www.trisomie21-france.org)