

## Qu'est-ce que l'autisme ?

L'autisme est un handicap qui arrive dès la naissance et qui dure toute la vie. Les causes ne sont pas connues.

C'est un handicap « invisible » : les personnes concernées ne se distinguent pas du reste de la population. Il est donc facile de penser que ces personnes sont mal élevées, qu'elles ont des comportements bizarres ou étranges.

## Pourquoi devrais-je accueillir ces personnes ?

Au quotidien, aller dans un magasin, au restaurant, au cinéma ou tout simplement sortir de chez soi demande aux personnes autistes une grande préparation et de nombreux efforts.

En faisant quelques aménagements dans votre restaurant, vous leur permettez de faire la même chose que tout le monde, de développer une vie sociale.



Quant à vous, en plus de donner une bonne image de votre restaurant, cela vous attirera de nouveaux clients.

Contactez les associations locales qui peuvent vous aider à mettre en place des aménagements spécifiques à votre entreprise !



De nombreuses difficultés se résolvent simplement en posant des questions.

Pour poser vos questions :

 [autisme@confais.org](mailto:autisme@confais.org)  
 @BastienBConfais

Plus d'informations sur :

<https://autisme.github.io/construire-une-societe-inclusive/>



## Comment accueillir les personnes autistes dans votre restaurant ?



Faites de votre restaurant un lieu « autism friendly »

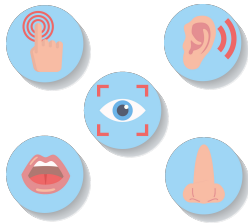
De petits changements font une réelle différence

**Communication** : comprendre le langage abstrait et les figures de style peut être difficile

- Utilisez des informations claires
- Laissez le temps aux personnes autistes de traiter l'information. Elles peuvent être plus lentes, par exemple pour commander de la nourriture ou une boisson.



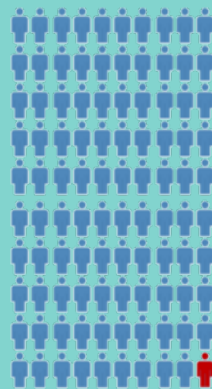
**Traitement sensoriel** : certains bruits, certaines lumières et odeurs ou même la foule peuvent être insupportables



- Réduisez le volume de la musique d'ambiance et limitez les distractions visuelles & sonores.
- Indiquez sur votre site web les heures les plus et les moins fréquentées.

- Mettez à disposition un lieu calme afin de permettre aux personnes autistes et/ou leur famille de se reposer.
- Évitez de mélanger les aliments dans l'assiette ou de mettre de la sauce par dessus : beaucoup de personnes autistes ont des hypersensibilités alimentaires.

**Anxiété** : lorsque les choses ne se passent pas comme prévu, l'anxiété augmente les difficultés !



**1** personne sur **100** est concernée

Accueillir les personnes autistes et leur famille est une opportunité pour attirer de nouveaux clients que vous ne devez pas négliger !

**Compétences sociales** : savoir comment commencer une conversation, savoir quoi « dire » ou simplement aller poser une question au personnel n'est pas évident

- Soyez tolérant si la personne ne vous regarde pas dans les yeux en vous parlant.



**Souvenez-vous** : l'autisme est un spectre !



Chaque personne est unique et a ses propres difficultés mais aussi ses compétences et ses talents.

**Que pouvez-vous faire pour accueillir les personnes autistes ?**

**Routine** : se rendre dans un lieu nouveau sans y être préparé génère du stress et de l'anxiété

- Fournissez sur votre site web des photos de votre restaurant.
- Détaillez les procédures pour commander un plat, une boisson, demander l'addition etc.
- Prévenez à l'avance vos clients de vos futurs changements, que ce soit dans la disposition des tables, la décoration ou dans l'organisation (horaires d'ouverture, carte, etc).
- Certains clients peuvent vouloir toujours manger à la même table. Faites en sorte que cela soit possible.

**Concentration** : rester assis ou attendre dans une file d'attente pendant longtemps peut être un réel défi

- Essayez de limiter l'attente entre les plats : n'hésitez pas à annoncer un délai d'attente.
- Essayez de faire en sorte que le serveur soit là dès que la personne en a besoin.

