

L'inclusion est l'affaire de tous  
et vous avez un rôle à jouer !

## Comment accueillir les personnes autistes dans votre restaurant ?





Faites de votre restaurant,  
café ou bar un lieu « autism friendly »



De petits changements font une réelle différence  
#autisme #inclusion

© 2018 - images d'illustration issues de freepik.com

 Vous avez encore des questions sur l'autisme ou sur les aménagements que vous pouvez mettre en place ?  
Tweet **@BastienBConfais** et nous ferons de notre mieux pour y répondre.

 Vous pouvez également visiter notre site web : <https://autisme.github.io> ou  
nous joindre par email : [autisme@confais.org](mailto:autisme@confais.org).

Plus d'informations



## 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 mettre en place des aménagements et accueillir ces personnes ?

Au quotidien, aller à l'école, au travail ou tout simplement sortir de chez soi demande aux personnes autistes une grande préparation et de nombreux efforts. Dans ces conditions, sortir avec des amis pour se rendre au restaurant ou au café est quelque chose d'inenvisageable.

En faisant quelques aménagements, vous permettrez aux personnes autistes d'avoir les mêmes activités que tout le monde et de développer une vie sociale.

En plus de vous donner une bonne image, cela attirera de nouveaux clients.

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

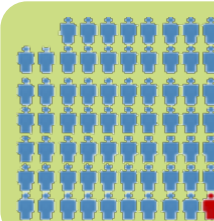
**Communication** : savoir comment commencer une conversation, savoir quoi « dire » ou simplement énoncer sa commande au personnel n'est pas évident.

- 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.



**Concentration** : rester assis ou attendre peut être un réel défi !

- Permettez aux personnes autistes de sortir faire des pauses à l'extérieur et de revenir ensuite.
- Essayez de limiter l'attente entre les plats : n'hésitez pas à annoncer un délai.

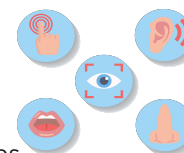


**1 personne sur 100 est concernée**

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

**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.
- **Vous pouvez mettre en place des moments spécifiques avec un volume sonore plus faible.**
- Mettez à disposition un lieu calme afin de permettre aux personnes autistes de se reposer.
- Demandez avant de mélanger les aliments dans l'assiette ou de mettre une sauce dessus. Beaucoup de personnes autistes ont des hypersensibilités alimentaires.



**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 et un plan de votre restaurant pour que les personnes autistes puissent préparer leur visite.
- Détaillez-y la procédure pour commander un plat, une boisson, demander l'addition, etc.
- Pensez que certaines personnes autistes peuvent toujours vouloir manger à la même table.
- Prévenez à l'avance de vos futurs changements, que ce soit dans la disposition des tables, la décoration ou l'organisation (heures d'ouverture, carte, etc).



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



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