

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


Comment accueillir les personnes autistes
dans votre club sportif ?




Faites de votre association ou club sportif
un lieu « autism friendly »



© 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.

Plus d'informations



De petits changements font une réelle différence
#autisme #inclusion

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, les personnes autistes sont souvent isolées et n'ont pas l'occasion de pratiquer et partager des activités avec leurs pairs.

En faisant quelques aménagements dans votre association, vous leur permettez d'avoir une vie sociale et de se sentir inclus et valorisé dans la société.

Que pouvez-vous faire pour accueillir les personnes autistes ?

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

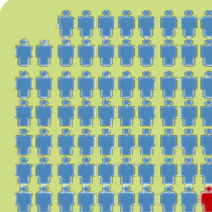
- Préparez l'arrivée d'une personne autiste en vous renseignant sur les aides dont elle a besoin
- Faites lui visiter vos locaux et votre environnement afin qu'elle puisse se préparer mentalement

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

- Prenez en compte que certaines personnes autistes ne supportent pas la musique trop forte.
- Demandez avant de faire une tape amicale sur l'épaule d'une personne autiste.
- Mettez à disposition un lieu calme afin de permettre aux personnes autistes de s'isoler et de se reposer.

Concentration & Coordination : Se repérer dans l'espace, coordonner ses mouvements ou simplement rester assis pendant longtemps peuvent être de réels défis

- Permettez aux personnes autistes de faire des pauses régulières et de revenir ensuite.
- Instaurez une ambiance dans laquelle la participation est plus importante que le résultat.



plus de 1 personne sur 100 est concernée
Accueillir les personnes autistes en créant une véritable politique d'inclusion est un enjeu majeur au sein de votre organisation

- Votre association a-t-elle une politique d'inclusion ?
- Est-ce que les personnes autistes sont non seulement acceptées mais aussi encouragées à vous rejoindre ?
- Quel type d'aménagements offrez-vous ?

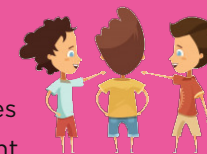


Exclusion : ne pas se sentir inclus est vraiment quelque chose de difficile à vivre

- Laissez le temps aux personnes autistes de traiter l'information. Elles peuvent par exemple être plus lentes pour comprendre les consignes.
- Sensibilisez tous les membres de votre association. Il est important que chacun connaisse les difficultés auxquelles les personnes autistes font face
- **Ayez une tolérance zéro face au harcèlement.**

Compétences sociales : savoir comment commencer une conversation, savoir quoi « dire » ou simplement aller vers les autres n'est pas évident.

- Soyez tolérant si la personne ne vous regarde pas dans les yeux en vous parlant.
- **Continuez d'inviter la personne à participer même si elle a déjà refusé. Elle doit savoir qu'elle est la bienvenue si elle change d'avis.**



Souvenez-vous : l'autisme est un spectre !

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

