



Centre Ressources Autisme Midi-Pyrénées

Dr Roxane ODOYER, psychiatre

CRA Midi-Pyrénées

2 rue du Lieutenant Guy Dedieu 31400 Toulouse

odoyer.r@chu-toulouse.fr

Objectifs du programme :

- Comprendre ce qu'est l'autisme, pour mieux vivre avec et savoir comment en parler avec son entourage.
- Rencontrer et échanger dans un espace bienveillant avec d'autres jeunes qui ont reçu un diagnostic d'autisme.
- Partager des astuces pratiques pour faciliter le quotidien (mieux gérer son stress, ses émotions, mieux s'organiser...).
- Connaître son fonctionnement afin de gagner en confiance en soi, mieux s'adapter et réaliser plus facilement ses projets en fonction de ses envies

Nombre d'ateliers proposés et thématiques abordées :

9 ateliers de 2h30 à 3h ; thématiques abordées : comprendre l'autisme, comprendre son fonctionnement, les émotions, l'anxiété et les troubles associés, savoir parler du TSA aux autres et développer un réseau d'entraide, prendre soin de sa santé, relations affectives et sexualité, orientation et insertion professionnelle, les droits

Public cible du programme :

Jeunes âgés de 16 à 25 ans, avec un diagnostic de TSA sans trouble du développement intellectuel.

Freins et leviers à la co-construction et à la coanimation avec des personnes avec TSA :

Leviers :

- Connaissance du réseau associatif
- Formation des pair-aidants à l'ETP

Freins :

- Intervention des pair aidants sur la base du bénévolat

Freins et leviers pour la construction du programme et sa réalisation :

Leviers :

- Programme d'ETP déclaré à l'ARS
- Programme entièrement co-construit et co-animé par des pair aidants
- Possibilité de mise à disposition des supports du programme après contact

Freins :

- Programme assez dense