

**Voilà les
infos qu'il te
faut !**

Mon livret post diagnostic



Qu'est-ce que l'**autisme** ou le **Trouble du Spectre de l'Autisme (TSA)** ?

L'autisme est un trouble du **neuro-développement** qui apparaît au début de la vie. Il entraîne un fonctionnement du cerveau un peu différent.

C'est un **handicap dit « invisible »** qui touche :

- 1 personne sur 100
- 3 garçons pour 1 fille

L'autisme n'est pas contagieux et ne se guérit pas.

L'autisme peut être associé à d'autres troubles comme : des troubles des apprentissages ("troubles dys"), un trouble de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDA/H), une déficience intellectuelle, des maladies génétiques, de l'épilepsie.

Les causes précises à l'origine de l'autisme ne sont pas encore entièrement connues mais on sait que des facteurs génétiques sont impliqués.



Les personnes autistes ont une perception spécifique du monde qui les entoure et cela fait partie de leur personnalité.

Leur cerveau ne fonctionne pas de la même façon, elles comprennent, pensent et agissent de façon différente.

Le trouble du spectre de l'autisme (TSA) touche 3 principaux domaines :

- Les interactions sociales
- Le langage/la communication verbale ou non verbale
- Le comportement et la façon de s'intéresser au monde (intérêts spécifiques)
- La sensorialité (on parle de particularités sensorielles)

Chaque personne autiste a son propre fonctionnement.

Tu viens d'avoir un **diagnostic** et une **explication**
sur les différentes évaluations réalisées à
l'Unité d'évaluation du CRA Midi-Pyrénées :



Coche le ou les diagnostic(s) qui t'ont été annoncé(s) :

Trouble du Spectre de l'Autisme (TSA)

Trouble Déficit de l'Attention avec ou sans Hyperactivité (TDA/H)

Trouble(s) DYS :

Anxiété

Autre(s) :



Date du diagnostic :

Au cours de ces évaluations,
tu as rencontré différents professionnels :



Tu peux noter les prénoms/noms si tu le souhaites :

Médecin

Infirmier(ère)

Psychomotricien(ne)

Orthophoniste

Educateur(trice)

Psychologue

Aujourd'hui, **avec l'aide d'un professionnel** de l'unité d'évaluation du CRA Midi-Pyrénées, **tu peux cocher ou entourer les phrases qui te ressemblent :**

Apprends à te connaître !

→ COMMUNICATION ET LANGAGE

Lorsque je discute avec quelqu'un, je peux :

- Couper la parole
- Orienter la conversation vers les sujets qui me plaisent
- Ne pas regarder dans les yeux
- Ne pas bien comprendre les expressions imagées, les sous-entendus
- Avoir du mal à faire des demandes ou des demandes d'aide
- Utiliser peu de gestes

Je parle :

Lentement	Pas très fort	Avec un ton qui ne varie pas (monocorde)
Vite	Très fort	

Comme tout le monde, je ressens des émotions mais :

- J'ai du mal à comprendre les émotions des autres
- J'ai du mal à exprimer mes émotions
- J'ai du mal à calmer ma colère
- Je suis souvent anxieux

Lorsque je parle je peux :

- Répéter des mots ou des phrases entendus chez d'autres
- Utiliser souvent les mêmes mots ou phrases
- Utiliser un mot à la place d'un autre
- Inventer des mots
- Faire des blagues, mais ne pas toujours comprendre celles des autres

INTERACTIONS

- J'ai parfois besoin d'être seul
- J'ai un ou deux amis
- Je ne comprends pas toujours pourquoi il faut dire bonjour, au revoir, merci, pardon
- Je vois mes amis uniquement à l'école / au collège

PARTICULARITÉS SENSORIELLES



Auditives



Olfactives



Gustatives



Visuelle
s



Tactiles



Vestibulaires

COMPORTEMENTS



- Je respecte les règles
- J'ai besoin de bouger
- J'ai besoin de routines et d'être prévenu(e)
- J'ai une bonne mémoire visuelle
- Je me fatigue vite
- Je réussis bien les activités qui ont des supports visuels
- Je manipule mes mains de certaines manières
- Je n'aime pas les changements
- J'ai parfois du mal à me concentrer
- J'ai une bonne logique et un bon raisonnement
- Je repère et m'intéresse à certains détails
- J'apprends plus facilement en regardant qu'en écoutant
- Je manipule les objets de certaines manières
- J'aime bien quand certains objets sont à leur place
- J'ai des intérêts importants pour certaines activités, objets ou sujets de conversation



AUTRES

.....

.....

.....

.....



Après les bilans que je viens de faire, le médecin m'a conseillé :

Important à retenir !

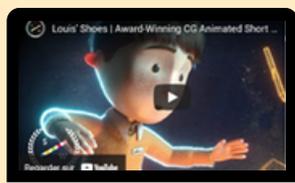


- **Un(e) orthophoniste pour :**
- **Un(e) psychomotricien(ne) pour :**
- **Un(e) psychologue pour :**
- **Un(e) pédopsychiatre pour :**
- **Un(e) éducateur(trice) pour :**
- **Un groupe d'entraînement aux habiletés sociales pour :**
- **Un(e) AESH (Accompagnant(e) d'Elève en Situation de Handicap) pour :**
- **Un traitement médicamenteux pour :**
- **Un CMP (Centre Médico-Psychologique) pour :**
- **Un SESSAD (Service d'Education Spéciale et de Soins A Domicile) pour :**
- **Autres :**



Certaines de ces aides peuvent être longues à mettre en place et nécessiter de demander d'abord à la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH).
Ce sont tes parents/tuteurs légaux qui doivent faire ces démarches.

Pour en savoir plus, quelques ressources à regarder, lire, consulter



[VIDEO] Les chaussures de Louis.

Marion PHILIPPE ; Ka Yu LEUNG ; Jean-Géraud BLANC ; Théo JAMIN ; Ronan GUILLOUX ; Lolita DEL PINO ; François HEISER. 2020. 5 min. 21 s.

A voir en ligne : <https://urlz.fr/jYjZ>



[VIDEO] Créer des choses merveilleuses.

AMELINES, Alex ; HARRINGTON, Chris ; ATTWOOD, Tony. - Amazing things happen, 2017. - 5 min. 30 s.

A voir en ligne : <https://urlz.fr/jYj4>



[BANDE DESSINÉE] Les troubles du spectre de l'autisme : hors cases.

Paul COTONI. 8 p.

A télécharger : <https://urlz.fr/jSNx>



[BANDE DESSINÉE] Le TSA, mais c'est quoi ça ?

Autisme centre du Québec. 6 p. [bande dessinée]

A télécharger : <https://urlz.fr/jSPE>



[GUIDE] Mieux vivre avec un trouble du spectre de l'autisme.

C'JAAD - Centre d'évaluation pour les Jeunes Adultes et Adolescents (Paris; France, Paris, France) ; Victoria LEROY ; La maison perchée. Paris : GHU Paris - Psychiatrie et neurosciences. 28 p.

A télécharger : <https://urlz.fr/jSNF>



[AFFICHE] L'autisme en quelques mots et quelques chiffres.

Paris : Hoptoys. 1 p.

A télécharger : <https://urlz.fr/jYiZ>



[AFFICHE] Autisme : moins d'idées reçues, plus de bienveillance pour une société plus inclusive.

Paris : Hoptoys. 3 p.

A télécharger : <https://urlz.fr/jYja>



[AFFICHE] C'est quoi le syndrome d'Asperger ?

Paris : Hoptoys, 2014. 1 p.

A télécharger : <https://urlz.fr/jYjf>

[LIVRE] L'autisme raconté aux enfants.

Gabryel BOUCHARD ; Karine BOUCHARD ; Jean MORIN.
Boucherville [Québec] : Editions de Mortagne, 2020. 68 p.

Portail documentaire : <https://urlz.fr/jYjv>

[LIVRE] Excentriques, phénomènes & syndrome d'Asperger. Un guide pour adolescent.

Luke JACKSON ; Tony ATTWOOD. Mouans Sartoux : AFD (Autisme France Diffusion), 2007. 202 p.

Portail documentaire : <https://urlz.fr/jYjN>

[LIVRE] Guide de sensibilisation au trouble du spectre de l'autisme : une journée dans la vie de Francis.

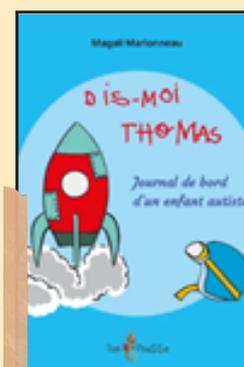
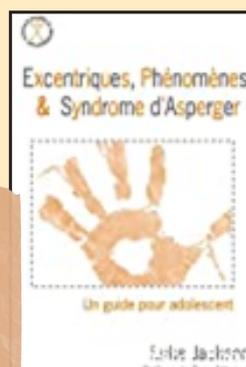
Caroline LEBEAU ; Amélie LEBEAU. Laval : Regard9, 2015. 44 p.

Portail documentaire : <https://urlz.fr/jYjX>

[LIVRE] Dis-moi Thomas : journal de bord d'un enfant autiste.

Magali MARIONNEAU. Paris [France] : Tom Pousse, 2022. 56 p.

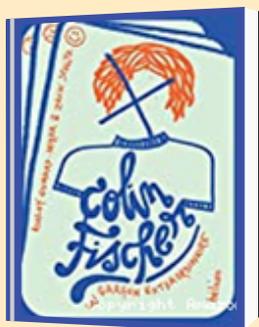
Portail documentaire : <https://urlz.fr/jYk7>



[ROMAN] Le bizarre incident du chien pendant la nuit.

Mark HADDON. Paris : Pocket jeunesse, 2005. 393 p.

Portail documentaire : <https://urlz.fr/jYkp>



[ROMAN] Colin Fischer, un garçon extraordinaire.

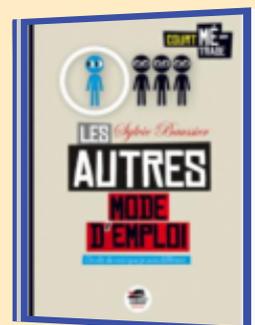
Ashley EDWARD-MILLER ; Zack STENTZ. Paris : Actes Sud, 2012. 190 p.

Portail documentaire : <https://urlz.fr/jYkB>

[ROMAN] Les autres : mode d'emploi.

Sylvie BAUSSIÈRE. Paris : Oskar Jeunesse, 2014. 84 p.

Portail documentaire : <https://urlz.fr/jYkD>



Si tu souhaites voir d'autres livres sur l'autisme, tu peux :



- **Consulter le portail documentaire en ligne :** <https://urlz.fr/jYkF>

- **Venir au centre de documentation du Centre Ressources Autisme Midi-Pyrénées :** ouvert au public du lundi au vendredi de 9h15 à 12h30 et de 13h30 à 17h. Pour cela, le mieux est que tes parents/tuteurs légaux contactent la documentaliste pour la prévenir de votre venue.
doc@cra-mp.info / 05 23 610 422



Ressources utiles



Guide des associations de familles - Occitanie Ouest : ce guide, réalisé par le CRA MP, recense les différentes associations de familles et de personnes TSA sur le territoire. Leurs coordonnées, leurs missions et actions sont indiquées. **A télécharger** : <https://urlz.fr/k8fQ>



Autisme info service : écoute, information orientation des personnes avec autisme et de leur entourage. Appel et service gratuits, du lundi au vendredi de 9h à 13h, le mardi de 18h à 20h.

Tél. 0800 71 40 40 - Site : <https://www.autismeinfoservice.fr/>



Non au harcèlement : le harcèlement se définit comme une violence répétée qui peut être verbale, physique ou psychologique. Cette violence se retrouve aussi au sein de l'école. Elle est le fait d'un ou de plusieurs élèves à l'encontre d'une victime qui ne peut se défendre.

Tél. 3020 - Site : <https://www.education.gouv.fr/non-au-harcèlement>



Fil santé jeunes : service d'écoute anonyme et gratuit pour les 12-25 sur les thèmes de la santé, de la sexualité, de l'amour, du mal être, etc.

Permanence d'écoute téléphonique tous les jours de 9h00 à 23h00.

Tchat individuel ouvert tous les jours de 9h00 à 22h00

Tél. 0 800 235 236 - Site : <https://www.filsantejeunes.com/>



Enfance en danger : service d'écoute anonyme et gratuit pour les enfants confrontés à une situation de risque et de danger, pour eux-mêmes ou pour un autre enfant qu'ils connaissent.

Le 119 est joignable tous les jours de l'année, même la nuit. 24h/24 et 7j/7

Tél. 119 - Site : <https://allo119.gouv.fr/>



Prévention Suicide : ligne confidentielle et gratuite qui permet de répondre aux besoins immédiats des personnes en recherche d'aide : écoute, évaluation, intervention, urgence, orientation ou suivi de crise.

Tel : 3114 - Site : <https://3114.fr/>

Plus tard si tu le souhaites, tu pourras relire ce livret tout seul, avec tes parents ou un professionnel.

En cas de questions, n'hésite pas à demander des explications à tes parents ou à l'un des professionnels qui te suit. Tes parents/tuteurs légaux peuvent aussi contacter le Centre Ressources Autisme Midi-Pyrénées.

CONTACTS



Unité Régionale des Troubles du Spectre Autistique et autres troubles du neuro-développement

Adresse : Hôpital La Grave - Pavillon Pinel
Place Lange
31059 Toulouse Cedex 09

Mail : psylg.sectedime@chu-toulouse.fr

Tel : 05.61.77.79.55

CRA Midi-Pyrénées - Pôle Ressources

Adresse : 2 rue du Lieutenant Guy Dedieu
ZAC de la Cartoucherie
31300 Toulouse

Mail : accueil@cra-mp.info

Site internet : www.cra-mp.info

Tel : 05 23 610 400



Centre de Documentation

Adresse : 2 rue du Lieutenant Guy Dedieu
ZAC de la Cartoucherie
31300 Toulouse

Mail : doc@cra-mp.info

Site internet : <https://cra-mp.centredoc.fr>

Tel : 05 23 610 422

