C'est quoi ?
LE TSA?

Si tu as un TSA, tu rencontres peut-être certaines de ces difficultés.

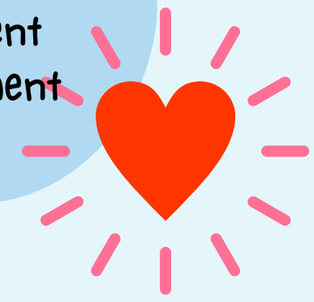
communiquer est parfois un défi pour moi

je n'aime pas le changement

je suis sensible aux bruits, textures, lumières, ...

je pense différemment

j'ai des intérêts qui me passionnent profondément



j'ai besoin d'être seul

je ne comprends pas toujours les autres, leurs émotions

je me focalise sur des détails, j'aime refaire plusieurs fois les mêmes choses

Quels outils peuvent m'aider?

PICTOGRAMMES

CASQUE ANTI-BRIUT

COIN CALME

PARLER LENTEMENT, PHRASES COURTES, VOCABULAIRE PRÉCIS

PRÉVOIR À L'AVANCE (DEVOIRS, SORTIES, ÉVALUATIONS...)

TEMPS DE REPOS

MATÉRIEL SENSORIEL

ÉCLAIRAGE ADAPTÉ

PLANNING VISUEL

FAIRE DES PAUSES

TECHNIQUES DE RELAXATION

Document créé par le pôle territorial du Mardasson ELCaB