

MOIS DE SENSIBILISATION À L'AUTISME

2026



Journée mondiale
le 2 avril

10 choses à savoir sur l'autisme

Pour plus de renseignements

AUTISME INFO SERVICE

0800 71 40 40

autismeinfoservice.fr

INFORMATIONS:

Pôle Handicap

pole.handicap@meaux.fr

01 83 69 01 59

 **Meaux**
Fiers de notre histoire

www.ville-meaux.fr



10 choses à savoir sur l'autisme

- 1 L'autisme est un spectre**
Chaque personne autiste est unique, avec des besoins et des sensibilités variées.
- 2 Les surstimulations sont épuisantes**
Les bruits, lumières ou contacts peuvent être envahissants. Un environnement apaisé est préférable.
- 3 La communication peut être différente**
Certaines personnes autistes ne parlent pas ou utilisent d'autres moyens (gestes, images, applis...).
- 4 Les interactions sociales peuvent être complexes**
Comprendre les codes sociaux demande un effort important et peut être source d'anxiété.
- 5 Les routines sont rassurantes**
Les changements imprévus peuvent être déstabilisants. Un cadre clair et anticipé est souvent aidant.
- 6 Les intérêts spécifiques sont une force**
Beaucoup de personnes autistes développent des passions intenses et une expertise pointue.
- 7 L'expression des émotions peut surprendre**
Une personne autiste peut réagir différemment à une situation émotionnelle, mais ses sentiments sont bien réels.
- 8 L'hypersensibilité est fréquente**
Le toucher, les odeurs ou les sons peuvent être ressentis de manière exacerbée.
- 9 L'autisme n'est pas une maladie**
C'est une condition neurodéveloppementale. On ne la "soigne" pas, mais on peut mieux accompagner.
- 10 L'inclusion est essentielle**
Avec plus de compréhension et d'adaptations, le monde peut être plus accueillant pour tous !

