



FILIÈRE TND
CENTRE DE RESSOURCES
AUTISME
AQUITAINE

PROGRAMME PSYCHOÉDUCATION POUR ADOLESCENTS TSA

Centre Hospitalier Charles Perrens
Centre Expert TSA SDI
Pôle PUPEA, Dr A.TCHAMGOUE, Cheffe de pôle

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

Programme psychoéducation :

2 journées en groupe
6 participants maximum par groupe
Un groupe 12-14 ans et un groupe 15-17 ans

Thèmes abordés :

- **L'autisme et moi : décoder le TSA**
- **Voyage au cœur des sens : comprendre et gérer mes perceptions**
- **Mes émotions, mes relations : trouver mon équilibre**
- **Mission bien-être : à la découverte de l'hygiène**

Lieu et horaires :

- Centre Ressources Autisme au sein du CH Charles Perrens
- de 10h à 16h (repas inclus)

Modalités d'accès au programme

1/ Afin de valider votre inscription en liste d'attente :

- Avoir entre 12 et 14 ans ou 15 et 17 ans
- Prenez contact avec le secrétariat du pôle Ressources
- Joindre un document attestant de votre diagnostic

2/ Pour intégrer le programme :

- Un rendez-vous avec deux professionnels vous sera proposé à vous et votre adolescent pour présenter le programme et réfléchir ensemble aux objectifs personnalisés
- La pertinence de la participation au programme se décidera conjointement à l'issue de ce rendez-vous

Déroulement des séances

Animateurs de la session :

psychologue, infirmière, éducateur spécialisé, enseignante spécialisée

D'autres professionnels pourront intervenir ponctuellement selon les thématiques et besoins (psychiatre, pédiatre, psychomotricien, ergothérapeute, orthophoniste).

Secrétariat du pôle ressource :

Tél. : 05.56.56.31.89

Courriel : formationcra-aquitaine@ch-perrens.fr