

## Les conversations lors des activités d'Autisme Centre-du-Québec

L'organisme offre des activités pour me permettre de rencontrer d'autres personnes et pour passer un bon moment.

Les activités sont parfois en présence et parfois en virtuel.  
Les activités respectent les règles de la Santé Publique.

Si je veux venir à une activité, je dois m'inscrire.  
Je peux envoyer un courriel ou téléphoner, c'est moi qui choisis.

Lors de l'activité, il y a toujours, au minimum, 2 personnes de l'organisme.  
Elles peuvent m'aider si j'ai des questions ou si je vis de l'anxiété.  
Elles sont là pour les membres, elles sont là pour moi.

Quand j'arrive à l'activité, je peux me présenter aux employé(e)s.

« **Bonjour, je suis \_\_\_\_\_** »

Je peux aussi leur demander leur nom.

Si d'autres personnes sont présentes, je peux me présenter à eux.



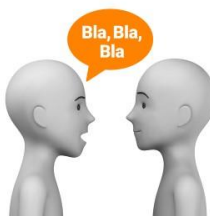
Au début de chacune des activités, il y a une période d'accueil, c'est-à-dire qu'on laisse le temps aux participants de rejoindre le groupe. Pendant cette période, je peux parler avec les autres participants si je le désire. Je peux parler à une seule personne ou bien m'adresser à tout le groupe.

Certaines personnes vont parler de leur travail ou de leur stage.  
D'autres vont parler des activités qu'elles aiment faire pour se détendre.  
Certaines personnes parlent aussi de leur(s) passion(s).

Moi, je peux choisir de quoi je veux parler.  
Je peux regarder à l'endos de cette page pour trouver des sujets de conversation.  
Je peux aussi choisir d'écouter les autres et parler peu. C'est mon choix.

Dans une conversation, on ne parle pas toujours de la même chose.  
La personne avec qui je parle peut aussi avoir des sujets dont elle voudrait discuter avec moi. Je peux écouter ce qu'elle me dit. Ce qu'elle me dit peut me donner d'autres idées de sujets de conversation.  
Je peux apprendre de nouvelles choses.

Je peux leur poser des questions sur ce que la personne a fait hier, sur les sports qu'elle aime pratiquer, sur ce qu'elle aime lire, ce qu'elle aime comme musique ou à quoi elle aime jouer. Les gens aiment habituellement que je leur pose des questions. Ils comprennent que je m'intéresse à eux.



## Les conversations lors des activités d'Autisme Centre-du-Québec (suite)

La plupart des gens qui viennent aux activités veulent rencontrer de nouvelles personnes. Certaines personnes parlent beaucoup, d'autres très peu. C'est correct, on respecte ça.

Je peux avoir envie de parler avec une seule personne au lieu d'avec tout le groupe. Durant certaines activités, c'est possible de le faire. Je ne suis pas obligé de parler avec tout le groupe.

**Si je ne sais pas de quoi parler je peux demander « De quoi on pourrait se parler? »**

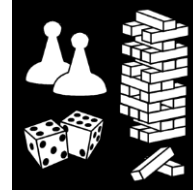
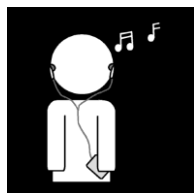
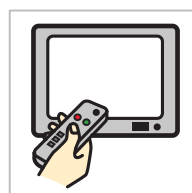
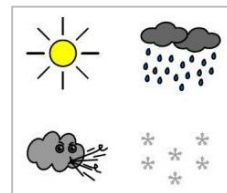
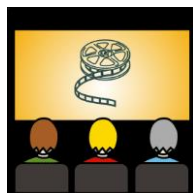
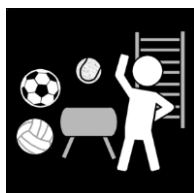
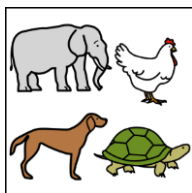
L'autre personne aura peut-être des idées.  
C'est correct de dire « Je ne sais pas de quoi parler ».



En tout temps, je peux aller voir l'équipe d'Autisme Centre-du-Québec si j'ai des questions.

### Les sujets de conversation possibles:

- Ce que j'ai fait en fin de semaine.
- Ce que j'aime faire dans mes loisirs.
- Ce que j'aime cuisiner.
- Demander si la personne est déjà venue aux activités d'Autisme Centre-du-Québec.
- Une émission de télévision ou un film que j'ai vu ou que j'aimerais voir.
- Parler de ce qui me fait rire.
- La musique que j'aime écouter.
- Mon animal de compagnie.



Ou le(s) sujet(s) de mon choix.

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

La plupart des participants aime discuter avec les autres. Ça permet d'apprendre à se connaître. Certains participants ont besoin de temps pour trouver leurs mots. C'est correct, on respecte ça.

Merci d'être patient.

Merci de tes efforts pour participer aux conversations.