

# Chercher une activité de loisirs

## Etape 1 : se faire une idée des possibilités

Quelles sont les activités extérieures organisées dans votre quartier ?

- des plaines de jeux sont-elles organisées durant les congés scolaires ?
- y a-t-il des mouvements de jeunesse ? Consultez leur site Internet ([www.lesscouts.be](http://www.lesscouts.be), [www.sgp.be](http://www.sgp.be), [www.patro.be](http://www.patro.be), [www.guides.be](http://www.guides.be)) vous y trouverez le répertoire des troupes de votre région, ... ;
- quels sont les différents complexes sportifs de votre commune ?
- quels sont les différents clubs de votre région : clubs sportifs, associations musicales, clubs de jeux de société, club de collectionneurs, ... ?
- quelles sont les activités ponctuelles que votre commune organise : festivités, animations particulières, journée découverte, ... ?
- quels sont les stages organisés durant les vacances (stages à la ferme, école du cirque, ...) ?
- y a-t-il des activités de bénévolat qui peuvent être réalisées dans votre région (consultez le site [www.volontariat.be](http://www.volontariat.be), par exemple) ?

Il y a sans doute des possibilités dont vous n'avez pas connaissance. Voici quelques pistes pour effectuer une recherche :

- questionnez votre réseau (famille, amis, voisins, parents que vous rencontrez à l'école ou dans les associations) ;
- consultez les répertoires d'activités de loisirs : [www.extrascolaire.be](http://www.extrascolaire.be) (parfois associé au nom de votre ville), [www.accueildesenfants.be](http://www.accueildesenfants.be) ;
- surfez sur le site web de votre ville : vous y trouverez les rubriques sport, culture et loisirs ;
- les tout petits peuvent également réaliser quelques activités sportives. Plusieurs communes organisent 'des écoles de mouvement' où les tout petits sont accueillis à partir de 18 mois ;
- pour connaître les événements ponctuels organisés proches de chez vous, consultez des sites tels que [www.quefaire.be](http://www.quefaire.be), [www.que-faire-en-belgique.be](http://www.que-faire-en-belgique.be), [www.pour-nos-enfants.be](http://www.pour-nos-enfants.be), [www.lepetitmoutard.be](http://www.lepetitmoutard.be), [www.guide.famiweb.be](http://www.guide.famiweb.be) ;
- depuis 1999, l'asbl article 27 promet l'accès à tout type de culture pour les personnes vivant une situation sociale difficile. Différents partenaires de ce projet mettent ainsi à la disposition de certaines personnes des places au prix de 1,25€ ;
- n'oubliez pas de questionner les mutualités. En effet, plusieurs d'entre elles organisent des activités ludiques ou des séjours de vacances pour tout âge (enfants adolescents et adultes).

## Etape 2 : faire un choix

A tout âge, les bénéfices d'une activité physique sont multiples, tant sur le plan physique que mental: amélioration du sommeil, connaissance de son corps, meilleure estime de soi, développement social et moral...

Le choix doit se faire en fonction de ce que votre enfant aime faire, ne restez pas bloqués sur ses limites.

Faites une liste de vos critères et regardez quelles activités répondent à ceux-ci. Ces critères peuvent concerner, par exemple :

- faire une activité individuelle ou en groupe ;
- jouer régulièrement avec d'autres ;
- avoir des contacts avec des enfants du même âge ;
- beaucoup d'activités à l'extérieur ;
- facilité d'accès en transports en commun ;
- au maximum à dix kilomètres de votre domicile ;
- ...

L'activité de loisirs ne doit pas toujours viser l'acquisition de nouvelles compétences. Votre enfant peut prendre beaucoup plaisir à la piscine, en restant simplement dans la pataugeoire sans pour cela apprendre à nager.

Pensez aussi aux activités de participation qui n'induisent pas d'apprentissage particulier : participer à un match de foot de son équipe favorite, aller à un concert...

Pensez également aux activités que votre enfant aime faire seul à la maison et qu'il pourrait réaliser à l'extérieur. Par exemple, s'il aime lire ou regarder les images d'un magazine, il pourrait aller à la bibliothèque.

## Etape 3 : présenter son enfant

Après avoir ciblé le type de loisir pouvant convenir à votre enfant (sport, bricolage, musique, ...) et sélectionné le (ou les) lieu(x) organisant ce genre d'activité, prenez contact avec le responsable. S'il se montre intéressé par l'intégration d'un jeune différent, demandez-lui à pouvoir le rencontrer.

Ne présentez pas seulement les difficultés de votre enfant, parlez aussi de ses points forts, de ses intérêts.

N'oubliez pas que peu de gens savent exactement ce qu'est l'autisme. Certains en auront une idée préconçue. La manière dont vous présenterez votre enfant est importante : parlez de ses capacités et présentez les difficultés de manière réaliste. Vous pouvez pour cela utiliser le carnet de route.

Dites clairement que cette expérience peut être enrichissante autant pour votre enfant que pour les autres.

## Etape 4 : prendre un maximum d'informations

Voici de manière non exhaustive quelques questions à (se) poser :

- quelles sont les modalités pratiques (le lieu, les heures, le matériel à amener, la tenue vestimentaire à porter) ?
- qu'est-ce que votre enfant doit pouvoir faire pour prendre part à l'activité ?
- quelle est la grandeur du groupe ? Combien y a-t-il d'accompagnateurs ?
- est-ce qu'une personne extérieure pourrait venir et soutenir votre enfant (bénévole, éducateur, membre d'un service d'accompagnement) ? Cette personne devra-t-elle payer un droit d'inscription ? Combien coûtera l'inscription ?
- les animateurs ont-ils déjà une expérience auprès de jeunes avec autisme ?
- le groupe est-il ouvert à changer parfois ses pratiques, à faire quelques exceptions (proposer un autre menu que celui qui est prévu, permettre à un enfant de manger seul, ...) ?
- pouvez-vous faire une visite des lieux au préalable ?
- pouvez-vous rencontrer les animateurs et recevoir un numéro de contact ?
- pouvez-vous désigner une personne de confiance ?