



AUTISME &...

# La Formation des Proches Aidants (FPA)

Proposer des outils & repères aux proches aidants de personnes TSA



### **Suivi éditorial**

---

Nathalie Bonnet-Conchon (GNCRA),  
Laëtitia Virgal (GNCRA)

### **Rédactrice**

---

Firdaws Mghezzi (GNCRA)

### **Relecteurs**

---

Nathalie Bonnet-Conchon (GNCRA),  
Eve Dujarric (GNCRA),  
Comité de suivi Formation des Proches Aidants

# PRÉAMBULE

La Stratégie pour l'Autisme au sein des troubles du neurodéveloppement (TND) a mis en place, dès 2014, la **Formation des Proches Aidants (FPA)**. **Que vous veniez d'apprendre le diagnostic d'autisme de votre proche, ou que son diagnostic soit déjà posé depuis quelques années, cette formation est pour vous.**

Dispensée par les Centres de Ressources Autisme (CRA) de chaque région, La FPA s'inscrit dans les recommandations de bonnes pratiques professionnelles, publiées par la Haute Autorité de Santé. Cette formation vise à **outiller les aidants** pour mieux accompagner leur proche TSA (troubles du spectre de l'autisme).

Ce dispositif joue un rôle essentiel pour soutenir les aidants et améliorer la qualité de vie des personnes autistes ainsi que leur entourage.

→ La FPA s'inscrit dans une approche globale de **l'accompagnement des personnes autistes**, qui prend en compte les **besoins** et les **interrogations** des proches aidants, tout en valorisant leurs **ressources** et leur **savoir-faire**.

# QU'EST-CE QU'UN AIDANT ?

Un aidant, aussi appelé proche aidant ou aidant familial, est une personne qui **apporte son aide** à une personne autiste dans **son quotidien**. Il ne s'agit pas d'un professionnel, mais plutôt d'un membre de la famille, un ami ou une autre personne proche.

L'aidant peut aider la personne autiste dans de nombreux aspects de sa vie, comme :



## Les actes de la vie quotidienne

Présence active pour tous les actes de la vie quotidienne (s'habiller, se laver, manger, se déplacer...), aménagements sensoriels et temporels de l'environnement...



## L'éducation et la vie sociale

Accompagner à l'école, aux activités extrascolaires, aux rendez-vous médicaux, soutenir la participation sociale...



## Les démarches administratives

Remplir des formulaires, faire des demandes d'aide...



## Le soutien psychologique

Être à l'écoute, offrir un soutien moral...



## La communication

Aider à communiquer avec les autres...



## Les tâches ménagères

Faire le ménage, les courses...

# L'IMPORTANCE DU RÔLE DES AIDANTS

Les aidants jouent un rôle essentiel dans la vie des personnes autistes. Ils leur permettent de vivre de manière plus **autonome** et de **s'épanouir** pleinement.

Les aidants sont des **partenaires éducatifs** fondamentaux des professionnels de santé. Ils représentent un **soutien au quotidien**.



**Si vous êtes aidants, sachez que vous n'êtes pas seuls** et qu'il existe de nombreuses ressources pour vous accompagner.

La Formation des Proches Aidants (FPA) proposée par les Centres de Ressources Autisme et le GNCRA fait partie des dispositifs qui vous proposent un soutien face aux difficultés que vous pouvez rencontrer.

C'est aussi un moyen de vous informer sur vos droits et de faciliter vos démarches en mettant à votre disposition des repères fiables à mobiliser au quotidien.



# QU'EST-CE QUE LA FORMATION DES PROCHES AIDANTS ?

La FPA, née en 2014, est une mesure emblématique des Plans Autisme. Elle est inscrite dans la stratégie nationale pour les TND et la stratégie nationale de soutien aux aidants. Elle est coordonnée par le GNCRA et les CRA, en étroite collaboration avec :

- la Délégation interministérielle à la stratégie nationale pour les TND
- la Caisse nationale de solidarité pour l'autonomie
- et les associations de familles et d'usagers.

Elle vise à :

1

Favoriser l'écoute et le partage d'expériences entre aidants pour rompre l'isolement

2

Apporter des repères et des informations fiables et actualisées sur l'autisme, au regard des recommandations de bonnes pratiques professionnelles de la Haute Autorité de Santé

3

Proposer des outils concrets pour aider les aidants à faire face aux défis quotidiens et à appréhender leur rôle

4

Orienter les aidants vers les ressources et les aides disponibles pour connaître leurs droits, faciliter leurs démarches et prendre des décisions éclairées



## À QUI S'ADRESSE-T-ELLE ?

La Formation des Proches Aidants s'adresse aux proches aidants des personnes autistes tels que :

- les **parents**,
- les **frères et soeurs**,
- les **grands-parents**,
- les **personnes de confiance** qui apportent une aide au quotidien.

## ➡ COMMENT SE DÉROULENT LES FORMATIONS ?

Les formations FPA :

- se déroulent en **groupe** de 10 à 25 personnes, sur un ou plusieurs jours
- sont **coanimées** par un professionnel du Centre de Ressources Autisme et un parent ou aidant expert,
- peuvent être proposées en **journée**, en **soirée** ou le **week-end** ; en **présentiel** ou à **distance**, selon les régions.
- permettent de bénéficier de **l'expérience d'autres aidants**, avec des cas concrets

Retrouvez la vidéo de présentation sur

[gncra.fr](https://www.gncra.fr)



Les formations pour les aidants des personnes autistes sont **ouvertes à tous**. Il n'est pas nécessaire d'avoir des connaissances préalables sur l'autisme pour participer à une formation.

Elles abordent de nombreux sujets et sont **adaptées à tous les besoins** !

Il existe des formations pour les aidants :

- d'enfants,
- d'adolescents,
- et d'adultes TSA.

Les thématiques abordées varient en fonction de **l'âge** de la personne autiste, mais elles ont toutes pour objectif d'aider les aidants à mieux accompagner leur proche.

## **COMBIEN COÛTE LA FORMATION ?**

Les formations FPA sont totalement **gratuites** pour les aidants !

Les frais de repas et de déplacement sont pris en charge et une aide financière pour la garde du proche peut être proposée (sous certaines conditions).

N'hésitez pas à vous rapprocher du CRA de votre territoire pour en savoir plus !

## **QUE POUVEZ-VOUS APPRENDRE EN FORMATION ?**



**Communiquer avec une personne autiste**

Comprendre les différents modes de communication des personnes TSA et savoir utiliser des outils pour faciliter la communication.



**Favoriser l'autonomie**

Mettre en place des stratégies pour aider la personne TSA à gagner en autonomie dans les actes de la vie quotidienne.



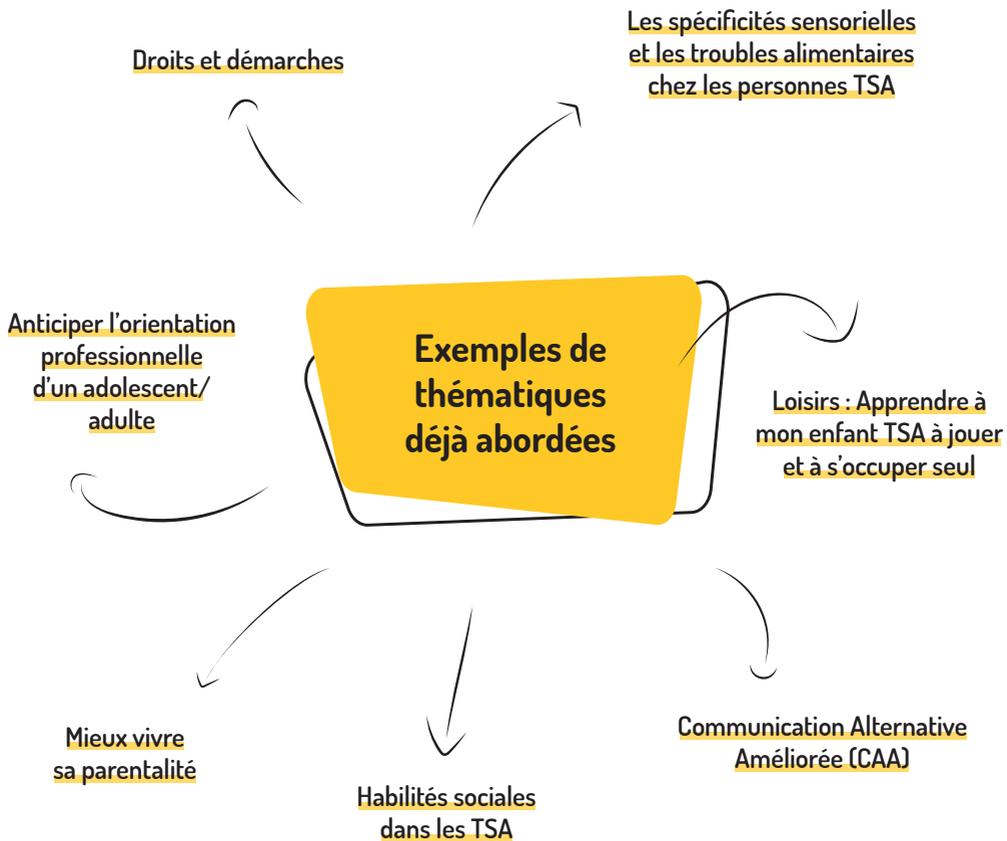
**Gérer les comportements difficiles**

Apprendre à comprendre les causes des comportements difficiles et à mettre en place des stratégies pour les gérer.



**Connaître les ressources, ses droits et les démarches**

S'informer sur les différents dispositifs d'accompagnement existants et apprendre à les mobiliser. Connaître ses droits, et les différentes démarches à effectuer.



## EN BREF

Le programme a permis de sensibiliser un grand nombre de personnes aux enjeux de l'autisme et de leur apporter les compétences nécessaires pour accompagner au mieux leurs proches.

99%

d'aidants formés satisfaits

Ils estiment que la formation leur a permis de

- Mieux comprendre les difficultés de leur proche
- Faciliter leur vie quotidienne
- Mieux connaître leurs droits et les démarches à effectuer
- Rompre l'isolement et échanger avec d'autres aidants

## COMMENT S'INSCRIRE ?

Pour vous inscrire à une formation des Proches Aidants, contactez le Centre de Ressources Autisme (CRA) de votre région afin de connaître les modalités d'inscription.

Les équipes des Centres de Ressources Autisme sont présentes pour vous renseigner et vous accompagner dans toutes vos démarches.

le CRA de votre région vous informera sur les différentes actions, déployées dans le cadre de ce dispositif, afin de bénéficier de la formation.

Afin d'accéder aux fiches de renseignements des CRA, connectez-vous sur le site du GNCRA dans la rubrique "Les CRA par région".

[gncra.fr](http://gncra.fr)



Vous êtes proche aidant et vous souhaitez venir accompagné de votre enfant autiste, il est possible de solliciter le CRA de votre région pour une garde d'enfant.

# LE RÉSEAU DES CRA





Lancé en 2022, le Campus du GNCRA est une plateforme e-learning complète dédiée à l'autisme.

Elle offre une **ressource supplémentaire pour tous ceux qui souhaitent se former ou se sensibiliser** à ce trouble du développement.

La plateforme permet à la fois :

- de recenser et référencer des formations en ligne existantes, offrant un accès centralisé à des contenus de qualité sur l'autisme
- mais également de développer en collaboration avec le réseau des CRA, des modules de formation sur des thématiques variées.

**Le contenu est à destination de trois publics cibles :**

- Les proches aidants,
- Les personnes concernées,
- Les professionnels

La première formation du Campus « **Je débute en autisme** » s'adresse à tous les proches aidants d'enfants TSA, que le diagnostic soit posé ou non.

[campus.gncra.fr](https://campus.gncra.fr)

# POUR ALLER PLUS LOIN

## Ma boussole Aidants

[maboussoleaidants.fr](https://maboussoleaidants.fr)

## Mon Parcours Handicap

[www.monparcourshandicap.gouv.fr](https://www.monparcourshandicap.gouv.fr)

## Maison de l'Autisme

[maisondelautisme.gouv.fr](https://maisondelautisme.gouv.fr)

## GNCRA

[gncra.fr](https://gncra.fr)



