

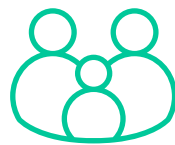
# Les loisirs sont importants!

Les loisirs sont des activités que nous faisons ou des talents que nous utilisons lorsque nous avons des moments libres. Souvent, nous commençons nos loisirs pendant l'enfance et nous les améliorons à l'âge adulte. Ils nous aident à réduire l'ennui et le stress, à améliorer la santé physique et émotionnelle et à profiter de moments seuls ou avec d'autres personnes.

**Certains apprenants ayant un TSA ont besoin d'aide pour déterminer et développer des loisirs. Vous pouvez commencer en posant les bonnes questions :**



Qu'est-ce que l'apprenant **aime faire**? Que fait-il de son temps libre? Ces activités pourraient-elles être approfondies? Quelles sont ses **forces**?



Qu'est-ce que sa **famille et ses amis** aiment faire? Est-ce que l'apprenant aime y participer? Pourrait-il acquérir des compétences qui l'aideraient à y participer?



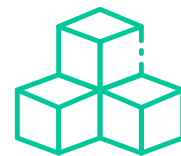
Est-ce que l'activité procure des **avantages pour la santé** ou fait faire de l'exercice?



À quel point le loisir ou la tâche sont-ils **difficiles**? Est-ce que l'apprenant peut y participer pleinement ou de façon ajustée?



Quelle est la **durée** de l'activité? Mettre l'accent sur le développement d'activités de courte et de longue durée.



Est-ce que le loisir ou l'activité est une phase passagère, un éventuel **intérêt de toute une vie** ou un **élément qui servira de base** à d'autres loisirs?

