



2006 - 2026  
**20 ANS**  
DESOUTIEN  
AUX FAMILLES  
TOUCHÉES PAR LES  
**TROUBLES**  
DU SPECTRE  
**AUTISTIQUE**



# 2006-2026

## POURQUOI L'ASSOCIATION PÉLAGIE ?



## COMMENT FONCTIONNE L'ASSOCIATION PÉLAGIE ?

**2006 - Création de Pélagie**, association de soutien aux familles touchées par les **Troubles du Spectre Autistique**, par des parents, des professionnels de l'autisme et du logement social, et par des proches bienveillants pour répondre au besoin de vie autonome de jeunes adultes TSA tardivement diagnostiqués.

Les Troubles du Spectre Autistique n'empêchent pas le désir légitime d'avoir une vie personnelle, une activité, un logement à soi. D'autant plus que les incompréhensions inhérentes aux caractéristiques de cette forme d'autisme peu visible conduisent souvent à des situations familiales complexes.

Aujourd'hui, malgré les « Plans Autisme » successifs, une meilleure connaissance des Troubles Autistiques et une volonté affichée d'inclusion, les besoins des personnes TSA restent les mêmes et le poids qui pèse sur leurs familles n'est pas moindre.

**2026 - Pélagie** regroupe plus de 75 familles, ainsi que 30 intervenants et bénévoles. Bien que de petite taille et conservant des ambitions modestes, l'association bénéficie de son appartenance à un réseau de partenaires locaux (CCAS de Salon de Provence), départementaux (Parcours Handicap 13), régionaux (Centre Ressource Autisme, membres-coeur de la Communauté 360 et Comité d'Entente Régional Autisme) et nationaux (Fédération Léo Lagrange, Fédération Française Sésame Autisme, CIPPA - *Coordination Internationale entre Psychothérapeutes Psychanalystes* et membres associés s'occupant de personnes Autistes -, RAAHP - *Rassemblement pour une Approche des Autismes Humaniste et Plurielle* -). Comme vous le verrez dans les pages suivantes, les activités et services mis à disposition des adhérents se développent, mais l'objectif principal de l'association demeure le soutien aux familles. Pélagie et son réseau les aident dans leur cheminement pour accompagner leur enfant avec TSA selon ses besoins et ses choix.

Car chacun de nos « enfants », quel que soit son âge, mérite une vie aussi bonne, digne et épanouie que possible. Et nous, parents, avons également droit à une vie personnelle heureuse et riche de partages.



Pélagie permet de parler avec simplicité et sans appréhension des difficultés qui nous occupent et conditionnent nos vies depuis la naissance de nos enfants « différents ». Il est réconfortant de se savoir entendu, compris et jamais jugé. Écouter les expériences vécues par d'autres parents aide à trouver les ressources pour vivre ces situations complexes. Chacun avance à son rythme, sachant qu'il peut compter sur les autres parents pour trouver bienveillance, disponibilité, partage et solidarité.

*Rica Levy, présidente de l'association Pélagie*

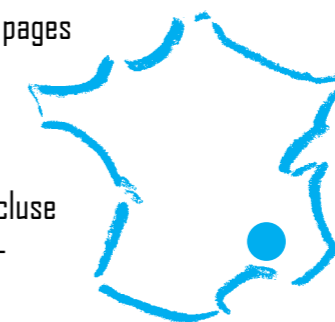
L'adhésion d'une famille à Pélagie est toujours précédée d'un entretien téléphonique entre un parent (ou les deux) et un membre du Bureau de l'association, généralement la présidente, Rica Lévy. En fonction du contexte familial et de la situation géographique, il est proposé au(x) parent(s) de participer à une première réunion et/ou à un café-parents en visioconférence. Cette première démarche n'implique pas d'adhésion préalable à l'association. Si le parent se sent « à sa place » parmi les autres, si l'ambiance, les sujets abordés et les participants lui conviennent et lui apportent le soutien qu'il recherche, il pourra alors décider d'adhérer à l'association. Ce n'est qu'après quelques temps de partage entre parents et une première approche du mode de fonctionnement de Pélagie que le nouveau parent pourra proposer à son fils ou à sa fille d'avoir accès à l'un des ateliers pour les personnes avec TSA. Certaines activités sont réservées aux adultes, d'autres peuvent convenir aussi aux adolescents. Vous en trouverez la liste détaillée dans les pages suivantes (p. 8 à 13).

Le siège de l'association situé à Salon-de-Provence permet d'accueillir régulièrement des familles des Bouches-du-Rhône, du Vaucluse et du Var. Sur certaines actions tels le café-parents en visioconférence ou les groupes

de discussion trimestriels entre pairs, des familles des Hautes-Alpes, de Savoie et même de la région parisienne nous rejoignent. Le séjour d'été, conçu spécifiquement pour les adultes TSA, attire des participants de toutes les régions de France.

L'implication de Pélagie dans les réseaux de l'autisme et du handicap (Fédération Française Sésame Autisme, membre-coeur de la communauté 360, Fédération Léo Lagrange, Parcours Handicap 13) amène des familles ou des personnes porteuses d'un TSA à téléphoner pour une écoute, des conseils, un diagnostic ou une orientation, quel que soit leur lieu de résidence.

Pour le travail considérable accompli quotidiennement au sein du Bureau, Pélagie rend ici un hommage particulier à Brigitte (secrétaire), Philippe (trésorier), ainsi qu'à l'ensemble des autres bénévoles.



*Photos de la dernière Assemblée Générale de l'association qui s'est déroulée le 15 avril 2025.*



# MAIS QUE SIGNIFIE TSA-SDI

## Troubles du Spectre Autistique- Sans Déficience Intellectuelle ;

Sans le savoir, vous avez déjà rencontré des personnes atteintes de Troubles du Spectre Autistique (acronyme simplifié dans cette plaquette). Bien qu'un peu décalées et isolées, elles passent facilement inaperçues parmi les autres. Cependant certains détails essentiels les en différencient.

Les enfants, les adolescents et les adultes avec TSA sont parfois brillants sur certains sujets favorisés très limités. Ils consacrent tous leurs efforts à accumuler des connaissances dans ces domaines très restreints. À partir de cette érudition rassurante, ils développent des stratégies qui leur permettent de maîtriser de grandes angoisses et d'afficher une apparente adaptation sociale. C'est ainsi qu'ils font illusion. Mais ces efforts mobilisent toute leur énergie, qui fait alors défaut pour les actes ordinaires de la vie.

L'invisibilité du handicap les pénalise doublement ; s'ils sont épuisés, on les croit paresseux ou de mauvaise volonté, s'ils n'arrivent pas à comprendre ou à apprendre, on s'imagine qu'ils le font exprès. En outre, la vie en société suit des règles qui varient en fonction du contexte. Ce mode est à l'opposé du besoin de constance des personnes avec TSA et de leur logique. Il génère chez elles échecs, frustration et souffrance.

Mais sans diagnostic précoce, sans informations sur le syndrome dont ils souffrent, sans aides spécifiques, les jeunes avec TSA ne savent pas décrypter les codes sociaux et s'y conformer. Ils peinent donc à avoir une place sociale.



# ACTIVITÉS PROPOSÉES AUX PARENTS

## RÉUNIONS DE PARENTS

Un soir par mois, Pélagie propose aux parents un temps de partage autour de leur quotidien : questionnements, difficultés mais aussi réussites et progrès.

Ces réunions permettent souvent d'accueillir des professionnels du champs médico-social, juridique ou encore les représentants d'une structure partenaire. Nous accueillons aussi les nouvelles familles en leur donnant la possibilité d'exposer leur situation.

Les échanges avec le groupe, toujours empreints de bienveillance, aident les nouveaux à ne plus se sentir différents, incompris et isolés. C'est un premier pas vers une meilleure compréhension de son enfant et l'acceptation de sa situation, même si le chemin vers l'apaisement est long et rarement rectiligne.

Les réunions de parents, grâce au partage d'informations sur les Troubles du Spectre Autistique, apportent au fil du temps une forme de culture de l'autisme et une vision plus claire du diagnostic et de ses conséquences.

## CAFÉS-PARENTS

Plus intimes, ces réunions impliquent une parfaite confidentialité des propos échangés. Ces temps de partage se déroulent en visio-conférence une fois par mois au domicile de chacun, le samedi matin, sous la conduite du psychologue Gildas Ansel.

Depuis 2021, ce dernier guide avec humanité et rigueur des parents perdus face à ces enfants différents et leurs manifestations de repli, d'évitement, d'inconséquence, de violence parfois, leurs demandes récurrentes, l'apparent désintérêt pour leurs proches et pour les autres en général.

Gildas Ansel éclaire ces comportements avec la logique propre aux personnes autistes, si différente de la nôtre. Il aide ainsi, peu à peu, les parents à mieux comprendre et accepter leur enfant. L'expérience et le récit du vécu des autres parents complètent les propos du psychologue. Ces cafés-parents réunissent chaque mois un groupe de 10 à 12 personnes dont certaines, éloignées géographiquement, ne peuvent participer aux autres activités.

(Cf. document de Gildas Ansel ci-contre)



Gildas ANSEL  
Psychologue

N°ADELI : 139324602  
N° SIRET : 810 985 382 000 37  
Adresse du Cabinet : 21 ZA de la Laouve St MAXIMIN la Ste BAUME.  
Téléphone : 06.70.75.53.65  
Email : gildas.psy@gmail.com  
Site : www.psy-ea.fr

Madame, Monsieur,

Psychologue diplômé d'un master 2 de psychologie spécialité « Enfant et Adolescent » obtenu à l'Université de Savoie, je suis spécialisé en neuropsychologie, dans les troubles du neurodéveloppement et dans les thérapies brèves.

Après un an de stage au centre d'évaluation savoyard de l'autisme (CESA), un mémoire sur l'évaluation de la théorie de l'esprit dans l'autisme, cinq années en équipe de référence de l'évaluation de l'autisme (FERA) et six années en centre d'action médico-sociale précoce (CAMSP) à Marseille, j'ai développé une expertise dans l'évaluation neuropsychologique et dans l'évaluation des éléments diagnostiques des troubles du spectre autistique.

J'interviens pour des problématiques plus ou moins complexes (individuelles, relationnelles, familiales, difficultés ou symptômes interférant dans le quotidien...), dans des situations variées où l'enfant / l'adolescent et le jeune adulte sont au cœur.

Je travaille actuellement à temps plein en cabinet libéral à Saint Maximin la Sainte Baume. J'enseigne également en tant que vacataire à la faculté d'Aix-Marseille pour le Diplôme d'enseignement supérieur universitaire des Troubles du spectre de l'autisme (DESU). Enfin, j'interviens parfois au profit du centre ressources autisme (CRA), des crèches et des écoles, etc... et suis sollicité mensuellement par votre association.

Concernant nos rencontres : je viens répondre aux questions que vous vous posez mais aussi pour réguler les échanges. Les questions peuvent être aussi diverses que vos histoires sont uniques. Nous nous réunirons souvent autour d'un sujet commun. Nos rencontres mettront en lumière un thème, soit proposé à l'avance, soit déduit au cours de la séance à travers vos récits. L'idée est de partir sur les points communs qui nous rassemblent. Les différences s'imposeront d'elles mêmes, à travers votre parcours de vie singulier et votre sensibilité.

Des thèmes pourront être suggérés d'une rencontre à l'autre, tels : « l'influence du sensoriel sur notre personnalité » ; « les talents spécifiques » ; « norme et atypique » ; « autisme et société » ; « un pont entre deux mondes », etc...

J'adapterai la forme et le fond de la présentation en fonction de vos demandes.

Dans l'attente de vous rencontrer,  
Cordialement.

Lundi 6 janvier 2025

Psy  
E-A

GILDAS ANSEL  
Psychologue  
à Saint Maximin la Sainte Baume  
06.70.75.53.65  
www.psy-ea.fr



# ACTIVITÉS PROPOSÉES AUX PARENTS ET AUX JEUNES ADULTES

## RÉUNIONS DE DISCUSSION ENTRE PAIRS

Il s'agit de séances trimestrielles entre pairs (adultes avec TSA entre eux dans la matinée, parents entre eux l'après-midi) animées par une intervenante, Françoise Inizan, collaboratrice de l'AGASP (*Association de Gestion des Activités Sociales et Psychosociales*).

Accueillies par Christine et Serge à La Casa Mariu aux Pennes-Mirabeau, les séances se déroulent quatre fois par an.

Cette action originale offre à chaque groupe de pairs un espace d'expression sur ce qu'ils ont en commun : leur trouble autistique pour les jeunes adultes, la présence d'un enfant TSA pour la famille, principalement les parents.

Les discussions ne sont pas des thérapies de groupe, mais proposent aux jeunes adultes autistes un cadre facilitant leurs échanges sur des expériences de vie communes : le diagnostic d'autisme et ses conséquences sur leur quotidien. Depuis plusieurs années les jeunes adultes TSA ont réussi à partager leur vécu et les solutions qu'ils mettent en œuvre pour minimiser, voire contourner leurs difficultés.

Parfois formulées par le groupe de jeunes adultes, les questions sont transmises à leur demande au groupe de parents par Françoise Inizan. Pour les deux groupes, pouvoir parler entre pairs d'une expérience commune permet d'élaborer une pensée sur leur parcours personnel tout en stimulant la solidarité. Ce partage sans jugement amène à reconsidérer l'approche des difficultés et diminue l'impression de solitude. La qualité des échanges tient au cadre du dispositif et à la neutralité de l'intervenante qui régule la parole, sans conseil ni jugement.



*Entre les deux réunions, un déjeuner convivial met en commun les plats que chacun a cuisinés et apportés.*



# ACTIVITÉS PROPOSÉES AUX PERSONNES TSA

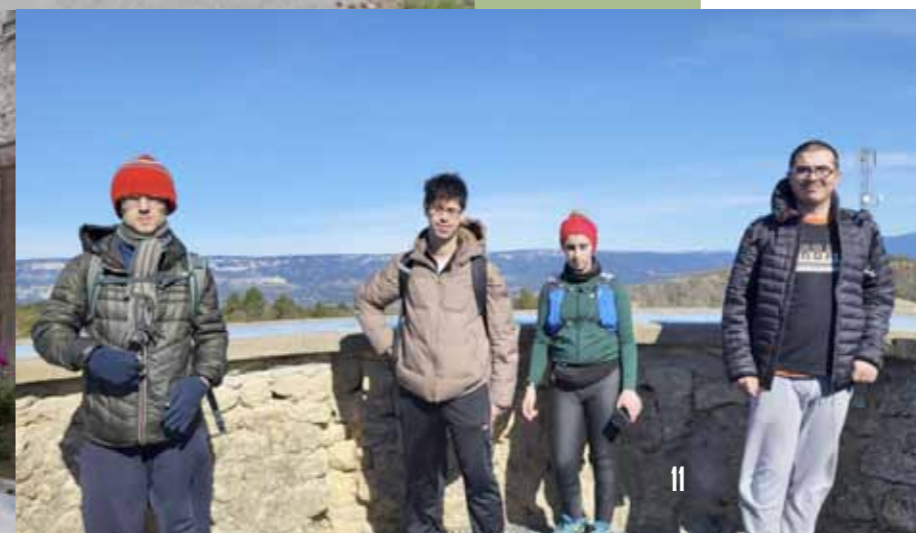


## BALADES NATURE

Autant de solutions pour s'oxygéner, se retrouver, décompresser et marcher en toute sécurité.

Les randonnées ou « balades nature » sont organisées et encadrées par Antoine Lavaud, éducateur spécialisé et éducateur sportif de l'association Educal, partenaire de Pélagie. Cette activité permet un premier contact pour les nouveaux venus et pour tous une forme de relation simple et libre. Ces sorties qui peuvent également se dérouler en ville sur un thème spécifique sont parfois remplacées par des soirées au restaurant, toujours très appréciées.

Ces escapades mensuelles préparent au séjour d'été ou en prolongent les bienfaits, en particulier le plaisir de se retrouver entre soi, en petit groupe. D'ailleurs, tous les ateliers et activités proposés aux personnes TSA ont pour vocation première d'ouvrir largement sur le partage et la socialisation.



# ATELIER SANTÉ, NUTRITION, CUISINE

Créé en mai 2022, cet atelier répondait à l'un des souhaits formulés par les jeunes adultes dans le cadre des groupes de discussion entre pairs.

Cette demande découlait de l'angoisse de ne pas pouvoir se nourrir en l'absence de leurs parents, doublée de la crainte de réprimandes pour leur maladresse et leur manque de soin s'ils s'exerçaient dans la cuisine familiale. L'atelier visait en outre à répondre à l'inquiétude des familles concernant l'alimentation trop sélective et insuffisamment diversifiée de leurs « enfants ».

Dès lors, nous avons supposé qu'une professionnelle livrant une information objective pourrait, bien mieux que les parents, transmettre les notions de diététique nécessaires à l'alimentation saine et à une meilleure santé.

Depuis la création de l'atelier « Santé, Nutrition, Cuisine » trois intervenantes, toujours secondées par une ou un bénévole, se sont succédées pour en assurer l'animation, chacune amenant sa compétence, son expérience et sa bienveillance.

La Case à Palabres, restaurant qui à l'origine servait de cadre à l'activité, a été remplacé par le local du GEM-TSA (Groupe d'Entraide Mutuelle), gracieusement mis à disposition par l'association APAR, partenaire de Pélagie sur plusieurs projets.

Jusqu'à présent, l'exiguïté de la cuisine ne permettait pas d'accueillir plus de 4 participants. Le déménagement du GEM dans un local plus vaste permettra dès le mois d'avril la poursuite de l'action avec une nouvelle intervenante, Tassadit Sadi.

L'atelier cuisine profitera sans doute de ce déménagement pour accueillir davantage de participants dans un local plus vaste et plus central.



# ATELIER AMOURS

En sommeil depuis 2025, cet atelier a repris le 14 février 2026, jour de la saint Valentin. Lydie, l'éducatrice spécialisée qui anime le groupe depuis plusieurs années, accueille désormais 8 jeunes adultes une fois par mois dans le local du GEM-TSA de Salon. Comme dans les autres modes de relations sociales, ces jeunes gens n'ont pas spontanément les codes pour différencier les niveaux de sentiment (intérêt, bienveillance, amitié, amour). Il leur faut comprendre ce qui semble évident aux autres. Lydie, qui les accompagne avec une bienveillante patience dans ce cheminement, envisage d'accueillir un nouveau groupe d'ici quelques mois afin de répondre à toutes les demandes.



Les séjours d'été pour adultes conçus par Pélagie proposent depuis 2010 de vraies vacances aux personnes porteuses de TSA ayant pour objectif : changer du quotidien, s'éloigner de la famille et/ou du travail, découvrir d'autres horizons, partager une vie de groupe, apprendre à s'organiser, à s'investir et bien d'autres choses encore.

L'équipe accompagnante (intervenants et bénévoles), fidèle, soudée et motivée depuis plusieurs années relève avec passion le défi en s'appuyant sur la philosophie et le dynamisme très vivaces insufflés par Rica et Serge, piliers de l'association.

Depuis 2024 la localisation du séjour change chaque été ce qui est propice à la découverte d'autres paysages, d'autres cultures, d'autres activités créant des conditions favorables à l'abandon d'une certaine routine.

Il est rassurant pour ces jeunes gens trop souvent diagnostiqués tardivement - l'écart avec « la normalité » se creuse souvent à l'âge adulte - de rencontrer d'autres personnes vivant des difficultés similaires avec les mêmes besoins spécifiques.

Ces séjours bénéficient d'un agrément « Vacances Adaptées Organisées » délivré par la préfecture des Bouches-du-Rhône. Sa structure est prévue pour apporter les réponses précisément appropriées aux besoins particuliers. Il est donc soumis à des contrôles réguliers, le dernier a eu lieu le 23 juillet 2025.

# SÉJOURS ARTISTIQUES D'ÉTÉ POUR ADULTES T S A



## DEPUIS 15 ANS, DANS LES ALPES- DE-HAUTE-PROVENCE

2010 – Premier séjour à Thorame-Basse dans la Vallée de l'Issole où coule le Verdon  
**1 vacancier.**

2023 – Dernier séjour à Thorame-Basse du 26 août au 2 septembre.  
Le nombre de vacanciers n'ayant cessé de grandir, l'équipe accompagnante s'est étoffée.

2024 – Colmars-les-Alpes du 24 au 31 août  
**9 vacanciers** de 22 à 41 ans.  
**13 accompagnants.**

*Le village  
de Thorame-Basse*





## 14 VACANCIERS DE 20 À 40 ANS. 13 ACCOMPAGNANTS

1 directeur éducateur spécialisé, 3 intervenants artistiques dont une paire-aidante TSA, 2 animateurs pairs-aidants TSA, 1 infirmière, 1 photographe, 3 cuisinières, 2 accompagnants (intendance et administratif).

Autre vallée, nouveaux décors. Les arrivants découvrent une magnifique demeure d'époque « Le Château », dotée de plusieurs gîtes tous parfaitement aménagés. Vacanciers et accompagnants s'installent et apprécient les lieux. Puis, passé le bonheur des retrouvailles, ils partagent à l'extérieur un bon repas préparé dès le matin par les cuisinières arrivées la veille. Le ton est donné pour ce nouveau séjour. Après le déjeuner, Nathalie la propriétaire accueille le groupe et présente le Château, le bâtiment et son histoire. Ensuite, les intervenants artistiques exposent le thème de leur atelier : Karen "paysage sur le motif" (acrylique sur toile), Baptiste *Ubu roi* pièce d'Alfred Jarry. Comme les années précédentes, Karen anime l'atelier Arts Plastique avec Géraldine, médiatrice culturelle. Comédien et musicien, Baptiste succède à Jacques Mandrea (fidèle entre les fidèles depuis tant d'années) dont il est l'un des fils spirituels. Au terme de cette présentation, chaque vacancier choisit son atelier.



SÉJOUR  
2025  
LA ROBINE-  
SUR-GALABRE  
PRÈS DE DIGNE-LES-BAINS

# ATELIERS ARTISTIQUES



## ATELIER ARTS PLASTIQUES



*Animé pour la quatrième fois par Karen, assistée par Géraldine.*

*Le thème de cette année : acrylique sur toile « Paysage sur le motif ». Œuvres à découvrir au fil des pages...*



## ATELIER THÉÂTRE

*Animé pour la première fois par Baptiste*



## ATELIERS PORTRAITS & ÉCRITURE

*Atelier PORTRAIT animé par Gilles Bourgeade (peintre, dessinateur, photographe et graphiste) et Atelier ÉCRITURE animé par Madeleine Moret (psychologue clinicienne).*



# ACTIVITÉS DE LOISIRS



## VISITE DU GÉOPARC ET DE SON MUSÉE



*Ce n'est pas la Côte Bleue, les vacanciers ont toutefois pu prendre quelques couleurs !*

## PLAN D'EAU DE DIGNE-LES-BAINS



*Ascension par un jardin d'inspiration japonaise au milieu d'œuvres contemporaines autour du thème "l'Homme et les saisons" jusqu'aux salles du musée exposant 300 millions d'années d'histoires de la Terre.*

## CIRCUIT EN VÉLORAIL



*Grande et belle bouffée d'air sur les traces de Charles de Freycinet.*

## VISITE DU MUSÉE GASSENDI

*Plongée dans une magnifique collection de peinture du XVI<sup>e</sup> siècle et d'œuvres plus contemporaines dans ce beau musée installé dans l'ancien hôpital de la ville de Digne-les-Bains où il fut inauguré en 1909.*





# BOUQUET FINAL

## EXPOSITION ARTS PLASTIQUES & REPRÉSENTATION THÉÂTRE



*C'est la consécration d'une semaine de travail. Malgré les mauvaises intentions de la météo la représentation de la pièce Ubu roi a pu se dérouler. Elle a cependant été écourtée par une pluie diluvienne au grand regret de quelques comédiens et d'un public venu nombreux*



## TÉMOIGNAGES

Participer aux différentes activités proposées par Pélagie nous a permis d'avancer sur le chemin de l'autisme car, après le choc de l'annonce du diagnostic, lorsque l'on sort du KO on ne sait ni où aller ni par quoi commencer. D'une situation qui paraissait désespérée (3 ans d'isolement et quasi enfermement à domicile) nous en sommes sortis et Pélagie y a largement contribué par un apprentissage « en mode accéléré » grâce aux partages d'expérience des autres parents conjointement à l'accès à des professionnels reconnus à travers les différents ateliers. Ces professionnels ayant une connaissance fine des spécificités et des difficultés que doivent affronter les personnes atteintes de TSA œuvrent avec humilité face à l'ampleur de la tâche. Toujours dans la bienveillance et la recherche d'entraide et à condition de donner un peu (beaucoup) de soi-même Pélagie est un soutien inconditionnel dans l'aide à la recherche de solutions mais aussi dans la possibilité de partager des petits moments de répit dans une ambiance chaleureuse et agréable.

*Une maman*

La très belle expérience vécue durant sept années au sein de Pélagie m'a permis de grandir, de me sociabiliser, d'échanger, partager des moments forts avec d'autres personnes TSA mais aussi avec les accompagnants présents aux nombreux séjours proposés. Cela m'a permis de réaliser qu'il existe toujours la possibilité de vaincre ses difficultés, découvrir les bons côtés de la vie et mieux comprendre les autres. Mon destin en pleine évolution vers le merveilleux et, dès lors, un emploi du temps contraignant m'obligent à renoncer aux activités enrichissantes vécues au cours de ces belles années passées au sein de l'association Pélagie. À cette fin, je tiens à remercier sincèrement Rica et Serge pour m'avoir si chaleureusement donné la possibilité de participer à tout ce que j'ai vécu, ainsi que Françoise Inizan, animatrice des groupes de parole favorisant l'apprentissage du monde social et des bons conseils pour avancer dans nos vies. Merci également à Antoine, à tous les accompagnants, pairs-aidants et animateurs des ateliers artistiques pour avoir enrichi la qualité des séjours d'été.

*Matthias, adhérent depuis 7 ans*

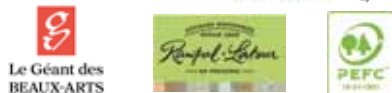


**ASSOCIATION PÉLAGIE**  
 321, place du Général de Gaulle  
 13300 Salon-de-Provence  
[www.pelagie-asso.fr](http://www.pelagie-asso.fr)  
 Présidente : Rica Levy

Soutien aux familles touchées  
 par les Troubles du Spectre Autistique-  
 Sans Déficience Intellectuelle

ASSOCIATION LOI 1901  
 SIRET 497 640 599 00013

Mise en pages : Gilles Bourgeade  
 Crédit photo : @ Jean-Marc Tassetti.



**VALLIERE**

A recycler - ne pas jeter sur la voie publique.