

2 avril 2020 - Seul le prononcé fait foi

[Télécharger le .pdf](#)

# Message du Président de la République Emmanuel Macron aux personnes qui vivent avec l'autisme.

Bonjour,

À toutes les personnes qui vivent avec l'autisme,

## Nous sommes le 2 avril, nous portons le bleu et je pense à vous.

J'imagine votre inquiétude en ce moment, les émotions que vous pouvez ressentir et j'essaie de me mettre à votre place.

Depuis le confinement qui a débuté le 16 mars dernier, vos habitudes ont changé et vous êtes peut-être un peu perdus. Vous aviez l'habitude d'aller travailler ou d'étudier tous les jours quelque part, et du jour au lendemain tout cela n'était plus possible. Vous aviez l'habitude de voir chaque jour des personnes que vous connaissiez bien depuis longtemps, qui vous rassuraient, et du jour au lendemain, vous avez dû leur dire au revoir, sans savoir précisément quand vous pourriez les retrouver. Vous aviez l'habitude de sortir de chez vous quand vous le vouliez, et du jour au lendemain, vous avez dû rester chez vous. Vous aviez l'habitude d'aller dans la nature, des endroits qui vous étaient chers ou vous apaisaient et du jour au lendemain, le parc où vous aimiez aller, l'endroit auquel vous étiez si attaché a fermé.

Je sais que vous ne voulez qu'une seule chose : qu'on vous rende votre vie d'avant. Alors je veux vous parler extrêmement simplement aujourd'hui. Nous avons essayé depuis maintenant près de trois ans de faire le maximum pour tous nos concitoyens qui vivent avec l'autisme au quotidien, et je sais que cette période que nous sommes en train de vivre, pour vous est particulièrement difficile.

Mais si toute votre vie a changé comme ça, c'est aussi parce que je l'ai demandé à toute la Nation et c'est pour vous protéger, pour vous protéger vous et protéger toutes celles et ceux que vous aimez. Le meilleur remède, celui que nous comme nos voisins adoptons, c'est de réduire les contacts, parce que ce virus se transmet en passant d'une personne à une autre très facilement. Donc pour protéger l'ensemble de nos concitoyens, les personnes les plus fragiles qui ont déjà des maladies ou qui sont plus âgées, pour protéger aussi nos soignants, nos hôpitaux, nos services de réanimation, ce que j'ai demandé à toutes les Françaises et tous les Français et donc à vous aussi, c'est de moins vous voir pendant un certain temps, de réduire vos contacts, de ne plus sortir, de respecter ce qu'on a appelé le confinement, c'est-à-dire pour toutes celles et ceux qui le peuvent de réduire les contacts avec l'extérieur pour arrêter de faire circuler le virus. C'est pour ça que vos habitudes ont changé.

Mais vous pouvez maintenir une régularité et une routine aussi chez vous, vous pouvez passer du temps à faire des choses qui vous intéressent, développer de nouvelles passions, vous pouvez continuer à apprendre depuis chez vous. Beaucoup de choses ont été faites pour la culture, l'éducation, les jeux pour essayer aussi de développer beaucoup de choses depuis la maison, et en ligne. Je sais que pour certains aussi les écrans ne sont pas l'idéal, ils ne sont pas toujours bien supportés et acceptés.

Vous pouvez aussi maintenir le lien avec les personnes qui vous manquent en écrivant pour prendre des nouvelles, en appelant, par le téléphone pour ceux qui le veulent aussi, et le peuvent par vidéo. Ces petits rites, ces contacts, vous pouvez les maintenir sous une autre forme. Il faut aussi le faire pour garder des repères et vous dire que même si vous ne pouvez pas en ce moment être près d'eux, ceux qui vous sont chers, vous pensez à eux et ils pensent à vous.

Pour certains d'entre vous, rester enfermé chez soi est une épreuve. Je le sais. Je sais que ça vous déstabilise très profondément et ça fait parfois monter l'angoisse, une angoisse que vous n'arrivez pas à contenir et qui est

dure pour vous et pour vos proches. Alors je voulais vous dire qu'un très gros travail a été fait, et j'ai une bonne nouvelle pour vous : vous allez pouvoir sortir un peu plus souvent avec une attestation qui sera faite spécialement pour vous. Il faudra le faire tout en restant bien à distance des gens que vous croiserez, en respectant ce qu'on appelle ces gestes barrières contre le virus, c'est-à-dire garder au moins un mètre et demi de distance, vous laver très régulièrement les mains avec le gel hydroalcoolique, essayer d'être au maximum seul ou avec la personne qui vous accompagne, mais de ne pas vous regrouper. Parce que je sais aussi que retrouver parfois certains lieux qui sont les vôtres pour pouvoir sortir un tout petit peu plus est très important pour vous et pour vos proches.

Si vous ressentez beaucoup de tristesse, si vous êtes angoissés, ne restez pas seuls, nous sommes là pour vous. Vous pouvez appeler Autisme Info Service au 0 800 71 40 40 Vous pouvez aussi solliciter un soutien sur le site en cliquant sur [ce lien](#).

## J'ai aussi une pensée pour toutes celles et ceux qu'on appelle les aidants, vos familles, vos proches, les associations qui s'occupent de vous.

Je veux leur dire merci, merci pour tout le travail qui est fait, pour votre engagement. Merci aussi quand vous êtes en situation de rester avec votre enfant, votre proche, celui que vous accompagnez, pour tout ce que vous faites en ce moment. Je sais que beaucoup d'entre vous traversent aussi un moment qui est difficile.

Tous ces changements ne sont que temporaires : vous allez retrouver votre vie d'avant, je vous le promets. Vous allez la retrouver, parce que cet ennemi invisible qu'est le virus, n'est pas un ennemi invincible, parce que tous ensemble, nous apporterons notre pierre, notre contribution, nous arriverons à le battre, et c'est cet effort que je vous demande en ce moment. Alors je vous promets que vous retrouverez votre vie d'avant, je vous dirai quand ce sera à nouveau possible.

## Soyez fort et courageux et je pense très fort à vous. Merci.