


# La revetlla de Sant Joan

La revetlla de Sant Joan és una festa que es fa arreu del país i es celebra de formes molt diferents. Cadascú la viu a la seva manera, acompanyats de veïns, familiars o amistats fent trobades per a sopar, fer música, llançar petards i encendre fogueres. Així i tot, pot arribar a ser una festa estressant per a moltes persones.


**Durant la revetlla es posen en alerta molts dels nostres sentits, i moltes persones amb AUTISME tenen peculiaritats sensorials.**

## Com ho viu una persona amb TEA?


### Hiperresponsivitat (molta sensibilitat)



Molèsties auditives importants a causa del soroll dels petards, fins i tot poden sentir dolor. Això pot comportar que es tapin les orelles, fugin buscant un lloc que esmorteïxi el soroll, cridin i plorin per contrarestar l'impacte del soroll, etc.




Molèsties visuals importants a causa de la lluminositat dels petards o de les fogueres. Això pot comportar que es tapin els ulls o caminin amb els ulls tancats o que també fugin per amagar-se dels centelleigs de llum.




Molèsties olfactivas importants a causa de l'olor de cremat i a pólvora dels petards. Això pot comportar que agunti la respiració, que escupi o fins i tot arribi a vomitar perquè a través de l'olfacte es posi el gust a la gola.

### Hiporesponsivitat (poca sensibilitat)


Cerca excessiva del soroll: acostar-se molt al petard o als altaveus de música per tal d'escoltar-ho amb intensitat.



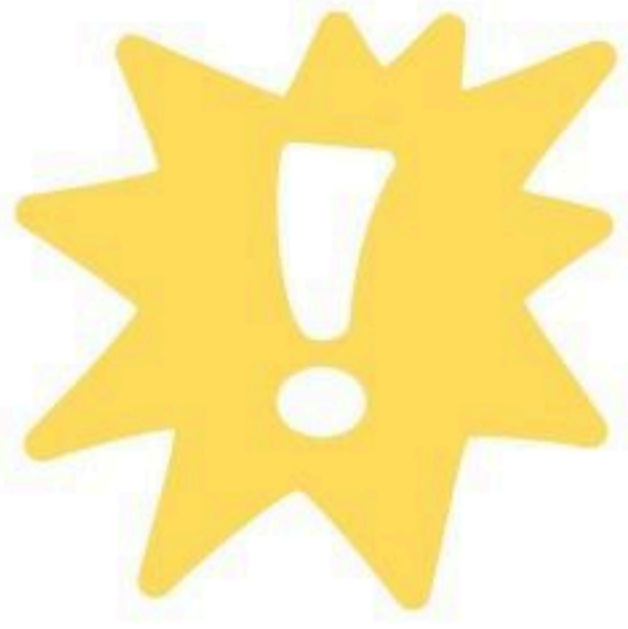
Cerca excessiva de llum, acostar-se molt al petard per tal de veure el centelleig el més a prop possible. Això pot comportar que hi hagi perill que es puguin arribar a cremar.



Cerca excessiva de l'olor de pólvora i fum aproximant-se els petards al nas o apropant-se a la foguera per inhalar el fum de la manera més propera possible.



# Què podem fer?



**Anticipar** la nit de la revetlla amb **material visual**.

**Preparar-nos** conjuntament amb la persona amb AUTISME per tal de passar-la de la millor manera possible.

## Hiperresponsivitat

Proporcionar **cascs amortidors** de soroll.



Proporcionar cascs convencionals connectats a un aparell amb una **música agradable** per la persona amb TEA.



Fer un **refugi de la calma** a un racó de casa amb elements agradables, etc.

## Hiporesponsivitat

Proporcionar un **element de mesura que ajudi a la persona amb TEA a saber a quina distància** s'ha de mantenir dels petards. Aquest element podria ser una cinta mètrica, una corda de saltar o simplement dibuixar un cercle a terra amb guix com a cordó de distància.



Proporcionar **ulleres de sol per amortir el centelleig** o una **gorra**, ja que la visera pot disminuir part del reflex.



També es poden llançar els petards en un **espai que tingui llum** en lloc d'un espai fosc.



Proporcionar un **element de mesura que ajudi a la persona amb TEA a saber a quina distància** s'ha de mantenir dels petards. Aquest element podria ser una cinta mètrica, una corda de saltar o simplement dibuixar un cercle a terra amb guix com a cordó de distància.



Proporcionar un **mocador impregnat d'alguna olor agradable** per la persona amb TEA.



Proporcionar l'**accés a la olor de pólvora** de manera segura, per exemple posant-ne en un mocador de paper per impregnar-lo d'aquesta olor o posant-ne a les mans i fregar-les perquè s'impregnin de l'olor.

