



Viajar também é terapia

**Guia com dicas para viajar
com crianças autistas sem
stress**



Amanda Ribeiro
2021

1ª Versão - Gratuita

Índice

	Página
▪ Viajar também é terapia.....	▪ 4
▪ Inclusão e Acessibilidade	▪ 5
▪ Viagens com crianças com TEA	▪ 6
▪ Viajar com crianças com TEA é treino	▪ 7
▪ Como fica a rotina?	▪ 8
▪ Como lidar com os estímulos sensoriais em uma viagem?.....	▪ 9
▪ Adaptação de Ambiente	▪ 10
▪ Alimentação	▪ 11
▪ Sono	▪ 12
▪ O que é Jet Lag? Jet Lag o sono de bebês e crianças	▪ 12
▪ Como ficam as terapias?	▪ 13-14
▪ O que não pode faltar? Checklist	▪ 15
▪ Nem toda deficiência é visível	▪ 16-17
▪ Para acabar com o tédio durante a viagem	▪ 19-20
▪ Previsibilidade	▪ 21
▪ Histórias Sociais	▪ 22
▪ Viagens de cruzeiro	▪ 23
▪ Viagens de Avião – Desconto em passagem para acompanhante	▪ 24
▪ Viagens Nacionais e Viagens Internacionais	▪ 25-26
▪ Como fica o uso de máscaras para autistas	▪ 27
▪ Expectativa e Realidade	▪ 28
▪ Agências Capacitadas	▪ 29



Apresentação



Depois de receber o diagnóstico de autismo do seu filho, Amanda Ribeiro de 38 anos, administradora, mãe do Arthur, hoje com 5 anos de idade, resolveu estudar para ajudar o filho. Formada em Administração de Empresas, Amanda se especializou em Intervenção Precoce do Autismo pelo CBI of Miami (Child Behavior Institute) além de ser a 1ª brasileira a receber a certificação Certified Autism Travel Professional (CATP) pelo IBCCES (International Board of Credentialing and Continuing Education Standards. Autora do Blog Mamãe Que Viaja, ama viajar de avião, carro, navio, para perto ou para longe e adora explorar o mundo! Através Blog e instagram divide dicas de maternidade atípica, experiências, emoções e principalmente dicas de viagem com criança autista, destinos, hotéis, passeios, restaurantes empoderando as famílias a viajar muito. Se capacitou como Agente de Lazer Acessível pela APABB. Idealizadora da Incluir Treinamentos, uma empresa que treina e capacita profissionais e empresas para que autistas tenham acessibilidade e sejam incluídos na sociedade.

Instagram: [@mamaequeviaja](https://www.instagram.com/mamaequeviaja)

Site: www.mamaequeviaja.net

Viajar também é terapia



Meu nome é Amanda Ribeiro sou do Blog Mamãe Que Viaja, sou mãe do Arthur de 5 anos com TEA. Eu sempre amei viajar, antes de engravidar visitei mais de 15 países, conheci muitos lugares incríveis e quando engravidei criei o Blog para contar as viagens e aventuras agora com o meu filho, planejei varias viagens que eu gostaria de fazer, mas o Arthur chegou prematuro, com 32 semanas, pesando 1.490kg, ficou 24 dias na UTI Neonatal e mudou todos os meus planos e minha agenda de viagens. Ele era muito pequeno e frágil, a primeira viagem quando ele estava com 4 meses foi horrível, estava frio, eu estava com muito medo que ele ficasse doente, ninguém aproveitou. Esperei mais alguns meses e aí sim fizemos nossa primeira viagem legal, fomos para as Olimpíadas no Rio de Janeiro, e foi incrível aos 6 meses o Arthur conheceu o mar, o Pão de Açúcar, o Cristo Redentor, andou de metrô, de ônibus e foi a um estádio ver o Brasil jogar. Quanta coisa ainda tão pequeno, não é? Mas este sempre foi o meu objetivo dar para ele vivências, experiências! Tem gente que diz, mas ele é tão pequeno, não entende, nem vai lembrar, ele pode não lembrar, mas eu vou lembrar, ele vai ter contato com texturas, estímulos que vão ajudar no desenvolvimento dele, viajar é a única coisa que te deixa mais rico. O hábito de viajar contribui muito para o desenvolvimento da criança com TEA. No começo pode ser trabalhoso, mas com o tempo não será preciso fazer tanta história social e a previsibilidade vai diminuindo porque eles vão acostumando.

Desde que o Arthur tinha 6 meses nós começamos a viajar, e mesmo depois de receber o diagnóstico do TEA nós não paramos, nós apenas adaptamos as nossas viagens e é isso que venho trazer neste E-Book, reuni minhas dicas, para famílias viajarem com crianças com TEA. Você não precisa deixar de viajar, vamos adaptar e pé na estrada!

Inclusão e Acessibilidade

por Amanda Ribeiro



As pessoas não sabem sobre autismo e elas não são obrigadas a saber, o autismo era pouco falado até alguns anos atrás, mas agora não dá mais para continuar sem saber, o autismo já é uma questão de saúde pública, o número de crianças com TEA vem aumentando a cada dia, os autistas tem direitos que precisam ser respeitados, as empresas precisam conhecer, se adaptar e assim como se preocupam com acessibilidade, rampas, banheiros adaptados, as empresas precisam saber como atender, receber, tratar famílias e pessoas com TEA.

Depois de estudar muito sobre o tema, viver as dificuldades de ter um filho com autismo e sentir na pele a desinformação, discriminação e preconceito, eu resolvi trabalhar falando sobre autismo. A maternidade chegou para mim de forma muito pesada, a expectativa que eu tinha sobre o Arthur eram enormes, não imaginava um parto prematuro, nem um filho autista, nem sonhava em parar de trabalhar ou trocar de trabalho.

Mas os filhos vêm para ensinar, e melhorar a nossa vida, nosso caráter e mudar tudo. Eu mudei de trabalho, apesar de amar o que eu fazia eu decidi empreender porque eu mudei a forma de ver a vida, de ver o mundo, após o diagnóstico de autismo, eu nasci de novo como mãe e como profissional. O meu antigo trabalho já não fazia mais o mesmo sentido, hoje o meu objetivo é ajudar outras mães a não passarem o que eu passei. Meu sonho é saber que uma mãe, foi bem atendida, bem recebida, em algum estabelecimento, saber que crianças estão sendo incluídas nas escolas. Eu sei o quanto é difícil para uma mãe não ter acesso ao diagnóstico, terapias, e tratamento. Minha luta é também levar capacitação aos profissionais para que as famílias sejam bem recebidas e as crianças incluídas.

“Incluir é um ato de amor, o conhecimento
partilhado com o mundo, precisa ser a motivação
da nossa vida Não existe inclusão sem
capacitação”

Viagens com crianças com TEA

Dá para viajar com crianças com TEA? Sim, É fácil? Não! Mas é possível, com planejamento e preparação dá para fazer viagens tranquilas, o segredo é se preparar!

O lazer é a primeira coisa que a família de um autista corta após receber o diagnóstico! A gente não pode ficar sem saúde, terapias, então a família quando consegue se esforça para pagar um convênio, ou começa pagando as terapias particular, ou reembolso.

Além de não ter dinheiro a dificuldade de lidar com as crianças e com suas alterações de comportamento e sensorial inviabiliza sair pra comer fora, visitar amigos, ir para parques, hotéis, passeios, muitas vezes as famílias deixam de ter o lazer por ser muito cansativo para todos fazer estas atividades.

Outra dificuldade das famílias e creio que a mais frequente é não ter lugar preparado para receber nossos filhos, a gente ter que brigar por uma fila prioritária, lidar com os olhares reprovações e etc.

Mas lazer não é luxo, viajar, passear, deveria ser pra todos, é um direito básico da constituição, faz parte da dignidade humana! Mas hoje o lazer é pra todos?

O lazer não deveria ser tratado como um item supérfluo no orçamento das famílias, ele é uma parte importante para manter a saúde mental da família!

Desejo as famílias atípicas muito lazer por isso vou trabalhar ainda mais para que isso seja possível!

Viajar não é luxo, é essencial!

Viajar com crianças com TEA é treino

- Comece com passeios ou viagens curtas perto de casa, fiquem por algumas horas e voltem, não espere chegar no limite da criança;
- Na primeira viagem, escolha um destino mais perto. Procure destinos mais calmos, como praias, sem muita gente, sem muito barulho ou agitação;
- Comece ficando uma noite fora, depois duas noites e vai aumentando gradativamente;
- Quanto mais você vai viajando, mais fácil fica;
- Brincar de viajar antes de viajar contar sobre os costumes, línguas, comida, pontos turísticos, também vai ajudar a dar previsibilidade; Brincar que está em um avião, ônibus, carro, trem, barco etc.
- Crie roteiros que inclua atividade para as crianças, parque, parquinho, divida o tempo.



Como fica a rotina?

Segundo especialistas, criar uma rotina é essencial na educação de uma criança: ter horário certo para dormir, para comer e para tomar banho ajuda no processo de aprendizagem e de entendimento da vida. Quando viajamos, parte dessa rotina é quebrada e podemos deixar os filhos um pouco confusos.

Eu gosto de comparar a falta de rotina, a uma viagem sem roteiro. Imagine você ir viajar, sem saber se vai para a neve, praia, se vai de avião ou de carro, sem saber onde vai comer, ou dormir, tudo isso sem poder questionar, seria desesperador concorda?

- Fique o mais próximo possível da rotina habitual da criança; Se criança almoça 12h00 se programe para almoçar por volta deste horário durante a viagem, a mesma coisa na hora do jantar, e sono.
- Algumas crianças com TEA tem uma rotina mais rígida e mudanças bruscas podem trazer transtornos para os pais e gerar ansiedade, desorganização e crises;
- Faça um roteiro do dia com os horários da rotina e inclua as atividades da viagem.

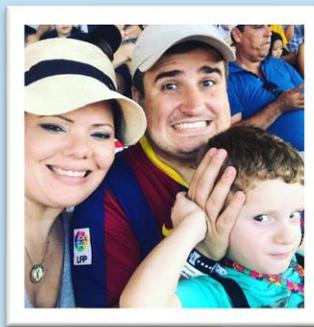


Como lidar com os estímulos sensoriais em uma viagem?

Saber as alterações sensoriais que criança tolera é a parte mais importante para controlar os estímulos sensoriais, podemos prevenir crises se saber dosar os estímulos, saber o antecedente, se a criança foi muito exposta a estímulos, falta de rotina, uma simples frustração pode gerar uma crise. Conhecer os limites de cada criança e se organizar para não chegar neste limite!

Durante uma viagem para um evento com 3000 crianças, levei o Arthur, 4,5 anos, autista e abaixo relato como fiz para lidar com os estímulos sensoriais.

- **Respeitar:** deixei bem à vontade, levava ele para assistir um pouquinho do programa e das músicas, mas quando ele não queria mais eu saía.
- **Previsibilidade:** Para tudo o que iria acontecer eu ia avisando, chamei o evento de festa, e falava nós estamos indo para a festa lá tem muitas crianças, as crianças gritam uhuhuh, cantam, vai ter isso, agora vamos fazer isso....
- **Aproximação:** Deixava-o perto da porta, ia entrando aos poucos devagar, para ele ir se acostumando, no tempo dele, sem pressa!
- **Evitar:** Na hora dos fogos, ou quando eu sabia que o barulho iria ser muito alto eu tirava do ambiente! Eu sei que ele vai chorar, desorganizar e pode entrar em uma crise então eu evito, fogos nem pensar.
- **Reorganizar:** Quando eu percebia que ele estava desorganizado, correndo descontrolado, fazendo estereotipia, vocal ou flapping, eu o levava ele para um lugar mais calmo, sem barulho, sem estímulos. No caso tinha uma sala lá no subsolo com um aquário enorme com peixes, o Arthur chegava lá via os peixes e já se acalmava, começava a falar, e virou o nosso quiet room. Depois que ele acalmava voltava para as atividades.



Adaptação de Ambiente

No começo quando começar a viajar, é preciso preparar o novo ambiente, aos poucos quando a criança for se acostumando, você não vai precisar levar tanta coisa.

- Banheiro: Leve os brinquedos de banho, peça no hotel uma banheira ou leve uma piscina inflável, apresente o banheiro, para os pequenos comece o banho na banheira, depois ligue o chuveirinho e depois chuveiro para ela ir se acostumando!
- Quarto: Leve a coberta, o travesseiro, algum bichinho que a criança está acostumada a dormir. Monte a caminha ou berço com as coisinhas da criança e depois apresente para a criança onde ela vai dormir. Fala que é seguro, que é macio, que é muito legal a caminha nova. Dê reforço positivo quando a criança se deitar.
- Cozinha: Leve o pratinho colorido, o talher, o copo, e se for para uma casa leve até a sua cadeirinha portátil.
- Sala: Leve os brinquedos, coisas que deixe a criança se sentindo em casa.



Alimentação

Programe-se, monte roteiro da viagem já sabendo onde vão fazer pelo menos uma refeição principal;

- Certifique-se que o restaurante sirva os alimentos que seu filho come, se for o caso ligue, pergunte;
- Leve de casa, se a criança tem alguma restrição ou seletividade alimentar. Leve em frasqueiras térmicas, durante uma viagem não indico começar testar alimentos, time que está ganhando não se mexe;
- Para viagens curtas você pode levar as marmitinhas congeladas, ou pode comprar as marmitinhas na cidade. No avião, ônibus ou carro leve comidinhas, petiscos, que a criança gosta.
- É muito comum que crianças com TEA (Transtorno do Espectro Autista) tenham seletividade alimentar abaixo tem algumas dicas.

5 dicas básicas para lidar com a alimentação além de muita paciência claro:

- 1 - Respeite o apetite da criança ou a falta de apetite (Não force, ninguém gosta de comer quando está sem fome)
- 2- Mantenha a rotina (Durante a viagem tente manter os horários próximos)
- 3 - Dê o bom exemplo. (Mostre que você está comendo que é saudável)
- 4 - Minimize distrações (Desligue, celulares, tablets, TV)
- 5 - Não ofereça doces e sobremesas como recompensa (Não é fácil, mas a criança precisa comer porque é saudável e faz bem, não porque vai ganhar alguma coisa).



Sono

Para aproveitar uma viagem esta parte precisa estar em harmonia. Criança e família precisam estar dormindo bem; Se me perguntar uma coisa que pode impedir uma família de viajar é quando a criança ainda não dorme bem.

- Mantenha o mais próximo os horários de sono da rotina habitual. Se a criança tem costume de dormir cedo, caso vá dormir muito tarde, pode ficar irritada e chorosa.
- Ofereça o sono, as sonecas são importantes para revitalizar, recarregar as energias, uma criança cansada não aprende, não aproveita o ambiente e pode ser um gatilho para crise. Prepare um cantinho, confortável para a soneca de 1 a 1 hora e meia no máximo. Sonecas com mais de 1 hora e meia, as crianças entram em sono profundo e compromete o sono da noite;
- Faça o ritual do sono, evite equipamentos eletrônicos 2 horas antes, diminua o ritmo das brincadeiras, dê um banho relaxante, conte a historinha, apague todas as luzes e Boa Noite.



Soneca no Parque Aquático Hot Beach

O que é Jet Lag?

Jet lag é a alteração do ritmo biológico que nosso corpo sofre após mudanças de fuso horário. E nem precisa ser uma mudança grande de fuso! 2 horinhas "pra trás" ou "pra frente" são suficientes para fazer estrago na rotina de uma criança.

Não há uma palavra que traduza literalmente o significado da expressão em inglês "Jet Lag". O sentido mais próximo, em português, é "descompensação horária". Na prática, o termo representa todo o mal-estar causado pela troca de fuso horário

O Jet Lag e o sono de bebês e crianças

- 1- Antes de viajar, 1 semana antes, adapte meia hora "para frente" ou "para trás" no seu
- Relógio. Ajuste essa meia hora de acordo com o horário do seu local de destino. Não é para ajustar apenas o horário de ir dormir. Ajuste meia hora de todo seu dia. Meia hora para a frente ou pra trás para acordar, comer, se exercitar... E vá ajustando meia hora a cada dois dias. Se o seu local de destino tiver um fuso horário muito diferente, você vai precisar de mais de uma semana para ajustar melhor.
- 2- Verifique o horário do seu voo. O ideal é que sejam voos diurnos. Os voos noturnos comprometem a qualidade do sono e vai deixar você e seu bebê ainda mais cansados e confusos ao chegarem no destino.

O Jet Lag e o sono de bebês e crianças

3 - Assim que entrar no avião, ajuste imediatamente seu relógio para o horário do local de destino, e comece a "pensar" com o horário de lá. Evite comparações com o horário da sua casa. Só vai confundir!

4- Não faça grandes programações para o primeiro dia de viagem e nem para o primeiro dia de volta para casa. Tire este dia para descansar, respirar e ir se adequando junto ao seu bebê.

5- Soooooool, meu querido sol, ilumina a minha praiaaaa (as mães vão ler esta frase cantarolando hahaha). Na hora que o sono bater, e ainda não for o horário certo para o sono, vá passear e levar a criança para tomar um solzinho. Ele é um santo remédio para ajudar no ajuste ao fuso.

6- Chegando ao local da viagem ou de volta em casa, não ajuste aos poucos a rotina! Mude completamente aos horários locais. Esse "choque" vai fazer com que mãe e bebês e crianças se adaptem de uma vez.

•Como ficam as terapias?

Fica sem, e tudo bem! Alguns dias de folga das terapias faz bem para as crianças, descansam a mente! Durante uma viagem as crianças podem mostrar habilidades que adquiriram e é comum que elas apresentem ótimas novidades no comportamento. Aproveite a viagem para estimular de forma naturalista.

- Fonoterapia - Converse bastante, fale as coisas novas que estão vendo, ensine palavras novas.
- Terapia Ocupacional - Aproveite para colocar a criança para explorar várias texturas coloque a criança para andar descalça na areia, na grama, na rua de terra. Explore a natureza, brinque com barro, terra, areia, gravetos, exponha a novo cheiros, sabores.
- Terapia comportamental - Ensine novos comandos Interação com outras crianças de costumes e culturas diferentes
- Psicomotricidade – Brinque com a criança na rede, aproveite a piscina para estimular o equilíbrio, força, coordenação motora.
- Equoterapia – Aproveite o passeio ao cavalo do hotel fazenda para cavalgar com a criança pela natureza.

O que não pode faltar? Checklist

Além de tudo o que precisa levar para uma criança em uma viagem, algumas coisas são bem importantes para as crianças autistas.

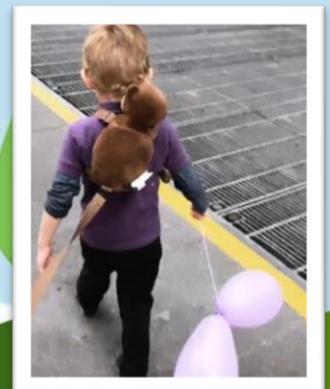
Laudo: Este é um item importante para ter sempre à mão, para que você tenha alguns direitos garantidos. Leve sempre impresso. Em caso de viagens para o exterior sugiro que leve o laudo em inglês, traduzido por uma tradutora juramentada. O Laudo deve conter o CID um resumo da condição da criança e assinatura e carimbo médico.

Carteirinha: Infelizmente a pessoa com TEA não tem uma carteirinha oficial do governo, aqui no estado de SP agora temos o RG com identificação de Pessoa com Deficiência, não tem o símbolo do autismo, mas já funciona. Algumas cidade emitem uma carteirinha do município. Muitas famílias assim como eu usam uma carteirinha simples, de identificação que as vezes substitui para não ficar mostrando o laudo, uma vez que muitas pessoas não possuem capacidade técnica para avaliar.

Medicação: Caso a criança com TEA, tome medicamentos controlados, este é um item que você não pode esquecer, porque a maioria dos medicamentos não é possível de comprar sem receita. Durante uma viagem de avião você deve levar os medicamentos sempre na bagagem de mão, dentro da embalagem original e junto com a receita.

O que não pode faltar? Checklist

- Vacinas: É muito importante verificar quais são as vacinas necessárias para visitar o país ou cidade escolhida. Além de saber qual a vacina é obrigatória ou indicada é importante ver quanto tempo é importante tomar a vacina antes de viajar para que faça efeito.
- A única vacina obrigatória para conseguir entrar em algum país, é a febre amarela, mas a ANVISA (Agência Nacional de Vigilância Sanitária), recomenda que o viajante não se esqueça de tomar as vacinas para Hepatites A e B, Tétano e Difteria, e a Tríplice Viral independente do país a ser visitado. Alguns países vão começar a pedir a vacina contra a COVID19.
- Pulseira de Identificação: Muito importante ter uma pulseira onde conste o nome da criança, dados de contatos dos pais e indique que a criança tem TEA.
- Mochilinha da Discórdia ou Pulseira de Segurança
- Bóia Segura - [VEJA AQUI](#)
- Fone de Ouvido Abafador: o ideal é a criança já ter o costume de usar, mas caso não tenha, leve assim mesmo, pode ser que na hora de estímulo auditivo incomodo ela use para abafar o som.



Nem toda deficiência é visível

Você conhece o Cordão de Girassol?

O Cordão de Girassol tem como principal objetivo auxiliar a identificação de pessoas com deficiências não visíveis em grandes estabelecimentos. Ele é usado para sinalizar a prioridade de atendimento e suporte diferenciado a indivíduos com deficiências ou necessidades específicas de saúde.

Criado por funcionários do aeroporto de Gatwick, em Londres, em 2016, eles transformaram esse acessório em um símbolo de apoio, para facilitar o acolhimento de pessoas com deficiências ocultas. As pessoas que usam o colar, não buscam qualquer privilégio, mas apenas um pouco de compreensão e empatia.

O Estado do Amapá, aprovou a Lei LEI Nº 2.530, DE 05 DE JANEIRO DE 2021 onde instituiu que o Cordão de Girassol será considerado como símbolo estadual de identificação das pessoas com deficiências ocultas. O Distrito Federal e a cidade de Sumaré-SP também já tiveram os projetos de lei aprovados e aguardam a sanção da lei regulamentação.

Arthur Ankowski, 5 anos,
usando o colar de girassol.

[@inclusaoem_acao](https://www.instagram.com/inclusaoem_acao)



Para acabar com o tédio durante a viagem

Faça uma sacola sensorial, com vários brinquedos que possam, entreter a criança durante a viagem de avião, carro, ônibus e passeios.

Viagem de avião

Livros de pintar e lápis de cor ou giz (evite canetinha)

Brinquedos de encaixar com poucas peças e peças grandes

Jogos de cartas

Livros de histórias

Massinha (a massinha de E.V.A não faz muita bagunça)

Pasta de adesivos

Fidget toys

Por último Tablet, celular

Lanchinho, coisas gostosas que sua criança gosta pode ajudar muito como reforço

•Viagem de carro

Brinquedos preferidos (pode ter som

Bandeja de atividades com livros d

Brinquedos de encaixar

Livros de história

Massinha

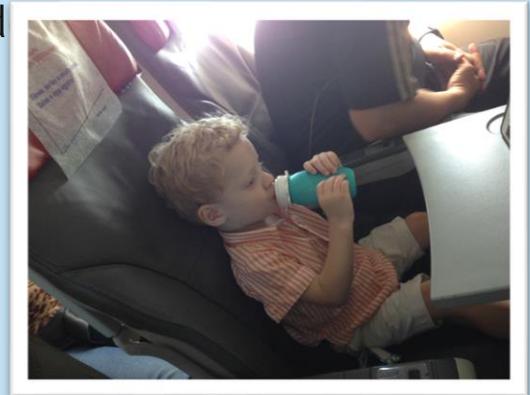
Jogos de cartas

Bolinha de Sabão

Fidget toys

Por último tablet

Lanchinho



Para acabar com o tédio durante a viagem

A maioria das crianças gostam muito de tablet, se tiver internet então, o tablet pode distrair por horas, eu sugiro deixar sempre como último recurso, quando já não tem mais o que inventar, para que seja usado o menor tempo possível.

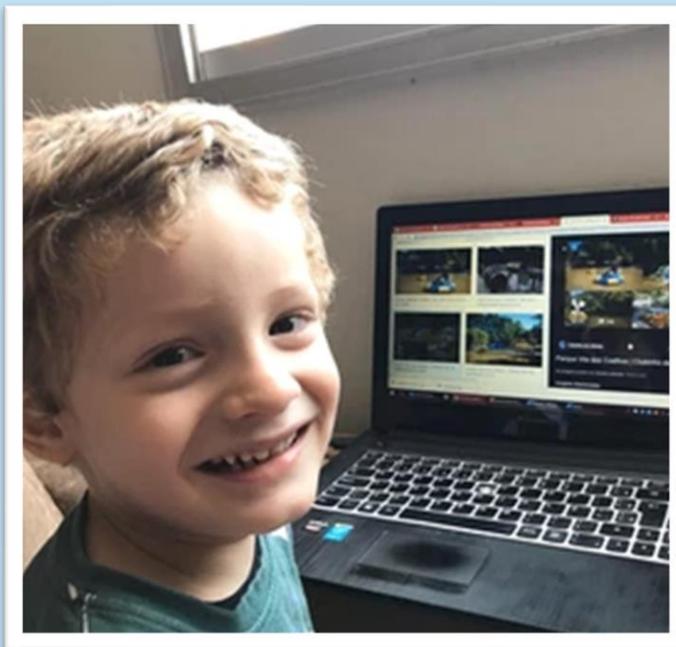
- Deixar vários jogos baixados, porque tem muitos jogos educativos, que trabalham pareamento, coordenação motora, concentração, atenção. Incentivo a brincar com os joguinhos, depois músicas e desenhos.



Previsibilidade

É importante dar previsibilidade para pessoas com autismo, principalmente para crianças. Podemos antecipar os acontecimentos, mostrar fotos do local antes, mostrar vídeos. Durante atividades, principalmente atividade divertidas em que a criança está engajada, devemos ir diminuindo o divertimento, avisar que está acabando, para que a criança não se frustre tanto.

- Separar vídeos das atrações,
- Buscar materiais dos parques, passeios, hotel
- Calendário marcando os dias que faltam para a viagem (se a criança não for ansiosa)
- Criar histórias sociais



Histórias Sociais

- Faça a história social do hotel, dos parques, dos passeios, explique o que a criança vai encontrar nestes lugares.
- Tire fotos da criança nestes locais no durante a viagem, e na próxima viagem faça a história social com as fotos dele nos locais.
- A criança precisa ver um filme de tudo o que vai acontecer.
- Mostre estas imagens várias vezes antes da viagem, mas se a criança for muito ansiosa, mostre somente na véspera da viagem, no dia ou durante a viagem vai mostrando conforme as coisas forem acontecendo, por exemplo: agora nós vamos entrar no avião, e mostra o avião.
- Mostre imagens também da parte ruim da viagem que pode acontecer, mostrando os momentos que será necessário esperar, momentos que pode ter som alto, muitos estímulos, e mostrar imagens sobre o clima do local.



Viagens de cruzeiro

A Royal Caribbean oferece uma iniciativa ideal para autistas para famílias que vivem com autismo, síndrome de down e outras deficiências do desenvolvimento ou intelectual. O programa inclui filmes e brinquedos sensoriais, opções nutricionais diferenciadas no menu, treinamento completo para que toda a equipe do Adventure Ocean possa lidar com os autistas da melhor forma e mais.

A Royal Caribbean oferece uma ampla gama de produtos e serviços voltados para autistas, tais como:

- Prioridade no check-in, embarque e partida
- Opções para dietas especiais, como refeições sem glúten e sem laticínios
- Agrupamento por habilidade das crianças de 3 a 11 anos no Adventure Ocean
- Disponibilização de pagers/telefones para que os pais das crianças inscritas no programa Adventure Ocean possam entrar em contato enquanto elas estiverem sob nossos cuidados (sujeito a disponibilidade).

Além disso, o Autism on the Seas oferece “Cruzeiros com equipe” para famílias com crianças, adolescentes e adultos com autismo e outras deficiências de desenvolvimento. Estes “Cruzeiros com equipe” incluem:

Equipe adicional profissionalmente treinada em cuidar de indivíduos com deficiências (fornecido um membro da equipe para cada dois ou três hóspedes com deficiência).

<https://www.royalcaribbean.com.br/rodape/accessibility-royal/navios-ideais-para-receber-autistas/>

Viagens de Avião – Desconto em passagem para acompanhante

De acordo com a Resolução da ANAC, caso a Pessoa com Deficiência necessite de um acompanhante, a empresa deverá oferecer ao acompanhante, no mínimo, o desconto de 80% da tarifa. Quem tem direito ao desconto é o acompanhante, e não a PNE.

▪ **ART. 48, § 1º. Na hipótese da empresa aérea exigir a presença de um acompanhante para o passageiro portador de deficiência, deverá oferecer para o seu acompanhante, desconto de, no mínimo, 80% da tarifa cobrada do passageiro portador de deficiência. Resolução ANAC de Número 9 de 5 de junho de 2007. Em especial os artigos 47 e 4*

▪ Como faço para conseguir o desconto?

▪ Para ter o desconto precisa pedir o médico um relatório médico especificando qual é a deficiência do passageiro, e também preencher o formulário específico da empresa aérea (MEDIF ou FREMEC).

▪ LATAM https://www.latam.com/content/dam/LATAM/latam-marca-unica/PDF/pdfs_br/FREMEC_PT.pdf

▪ GOL <https://www.voegol.com.br/pt/informacoes/assistencia-especial/fremec>

▪ AZUL <https://www.voeazul.com.br/para-sua-viagem/informacoes-para-viajar/autorizacao-medica-fremec>

▪ A diferença entre esses dois formulários é que o MEDIF precisa ser preenchido a cada viagem, e o FREMEC tem validade de 1 ano e pode ser usado por pessoas que possuam um quadro de saúde estável. O relatório é preenchido e assinado pelo médico. Envie o relatório médico e o formulário FREMEC para a empresa aérea. O departamento médico irá analisar e vai responder.

▪ Como comprar as passagens?

Primeiro você compra a passagem da Pessoa com Deficiência e após esta compra, poderá solicitar a passagem do acompanhante

Viagens Nacionais

▪ Ainda não temos muitas atrações turísticas, capacitadas para atender autistas, no Brasil mas estamos lutando para isso.

▪ Parques Capacitados pela Incluir Treinamentos

[Beto Carrero - Penha - SC](#)

▪ Parques Inclusivos

▪ Beach Park

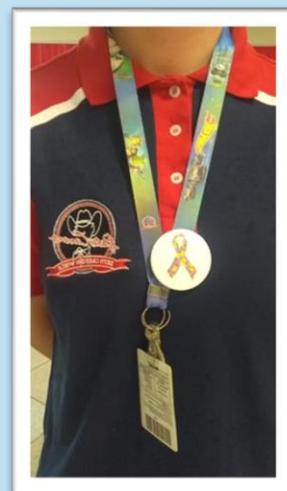
▪ Parque da Mônica

▪ Aquário do Rio

▪ Hopi Hari

Hotéis Capacitados pela Incluir Treinamentos

▪ Novotel Itu



Indique um estabelecimento que você gostaria que fosse capacitado! [INDICAR](#)

www.incluiertreinamentos.com.br

Viagens Internacionais

Fora do Brasil temos mais opções de lazer capacitados para receber autistas.

▪Hotéis

- [Grand Palladium Bávaro Suites Resort E Spa](#)
- [Beaches Resorts® - Ilhas Turcas E Caicos](#)
- [Sawgrass Marriott Golf Resort E Spa](#)
- [Beaches Resorts® - Ocho Rios, Jamaica](#)
- [Sheraton Park Anaheim](#)

▪Parques

Centros de Autismo Seaworld (Seaworld, Discovery Cove, Sesame Place)

- Os centros de autismo foram criados com o objetivo de atender com o máximo de conforto todos os visitantes, para que todos pudessem aproveitar ao máximo os parques.
- O IBCCES o maior instituto de educação continuada foi o responsável por todo treinamento e adaptação.
- Os parques possuem mais de 6 mil funcionários, e 80% dos colaboradores foram treinados
- Criaram um GUIA SENSORIAL, para os pais planejarem as atividades que acomodem seus filhos, fornecendo informações sobre como uma criança com problemas de processamento sensorial pode ser afetada pelos elementos estimulantes de cada experiência do parque.
- Quiet Room (sala de descompressão sensorial)
- <https://www.seaworldparks.com.br/>

Como fica o uso obrigatório de máscara para os autistas em viagens?

O uso de máscara é obrigatório em todo território nacional, mas como ficam os nossos autistas que não conseguem usar por questões sensoriais ou de entendimento?

É muito comum que os autistas tenham alterações sensoriais, para uma criança autista não poder sair de casa e intensificar a higiene, já tem sido muito difícil de compreender e o uso de máscara é um desafio maior ainda.

O uso da máscara potencializa o TPS (transtorno do processamento sensorial) comum entre autistas, o TPS dificulta a utilização da máscara, é ruim ter de algo encostando no rosto e orelhas. Não é porque eles não querem utilizar, é porque é muito incômodo, chegando a ser insuportável.

Em alguns casos, a aceitação poderá ocorrer, mas na maioria dos casos a insistência do uso da máscara pode gerar crises, irritabilidade, agitação e até mesmo autoagressão.

No caso da pessoa autista que tenha o transtorno do processamento sensorial, talvez não seja possível o uso da máscara, por isso é importante que as pessoas ao redor usem a máscara.

As famílias estão empenhadas em ensinar e incentivar o uso da máscara, porém muitas vezes não é possível.

Na nova lei federal 14019/2020 sobre o uso obrigatório de máscaras já está incluída a dispensa do uso pelos autistas.

*§ 7º A obrigação prevista no **caput** deste artigo será dispensada no caso de pessoas com transtorno do espectro autista, com deficiência intelectual, com deficiências sensoriais ou com quaisquer outras deficiências que as impeçam de fazer o uso adequado de máscara de proteção facial, conforme declaração médica, que poderá ser obtida por meio digital, bem como no caso de crianças com menos de 3 (três) anos de idade.*

É muito importante que todos os colaboradores dos estabelecimentos saibam sobre esta dispensa para evitar constrangimento, discriminação e abordagens desagradáveis.

Arthur Ankowski, 5 anos,
autista



Expectativa e Realidade

Teste os destinos e os roteiros

Estas dicas foram preparadas com muito carinho, mas cada criança é diferente uma da outra tem características e habilidades distintas. Nem sempre as dicas vão funcionar com o sua criança. Não deu certo a primeira viagem, já prepara para fazer diferente na próxima. O importante é não desistir.

Durante uma viagem nós resolvemos levar o Arthur em um aquário, ele já sabia falar o nome de vários animais marinhos, achei que ele ia gostar, quando entramos no aquário, o aquário era bem escuro, só tinha a claridade dos tanques, começamos a mostrar os peixes mas ele não queria ver, só queria correr em círculo, fazer flapping, ecolalias, e também corria para fora do aquário. Deixei ele brincar uma hora na entrada do aquário para ele ir se acostumando e fomos entrando aos poucos, desta vez ele não corria, olhava os peixes, pinguins, Leão marinho, mas não falou a palavra peixe, nenhuma vez, não apontou, nada, ou seja, não aproveitou nada do passeio, saímos cansados e chateados! Talvez se eu tivesse mostrado a história social ele teria aproveitado mais? ou não, talvez ele ainda não estivesse preparado para este tipo de estímulo.

Procure outros estímulos, veja quais são os interesses da criança e procure viagens que proporcione os estímulos que agrada a criança. Por aqui funciona todos os destinos que tem piscina, mar e bichinhos de fazenda. Veja o que funciona com o sua criança. Viajar é treino!

Com Carinho

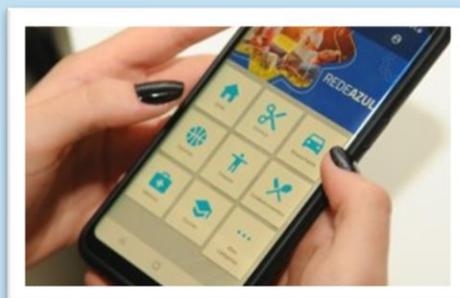
Amanda Ribeiro

@mamaequeviaja



Agências de Viagem Capacitadas

As agências abaixo receberam capacitação da Incluir Treinamentos para criar roteiros inclusivos para autistas e suas famílias, elas podem te ajudar.



**ENCONTRE EMPRESAS
CAPACITADAS NO
@REDEAZULAPP**

Copyright©2021 Mamãe Que Viaja Todos os direitos reservados. Todos os textos, imagens, gráficos, animações, vídeos, músicas, sons e outros materiais são protegidos por direitos autorais e outros direitos de propriedade intelectual pertencentes à Incluir Treinamentos A Mamãe Que Viaja é, também, proprietária dos direitos autorais de desenvolvimento, seleção, coordenação, diagramação e disposição dos materiais neste e-book. É expressamente vedada a cópia ou reprodução destes materiais para uso ou distribuição comercial, a modificação destes materiais, sua inclusão em outros websites e o seu envio e publicação em outros meios digitais e físicos, ou de qualquer outra forma dispor de tais materiais sem a devida autorização, estando sujeito às responsabilidades e sanções legais.



www.mamaequeviaja.net
[@mamaequeviaja](https://www.instagram.com/mamaequeviaja)



INCLUIR
TREINAMENTOS

www.incluiRTreinamentos.com.br
[@incluiRTreinamentos](https://www.instagram.com/incluiRTreinamentos)



INSTITUTO
INCLUIR & AMAR

Como você pode apoiar o
Instituto Incluir e Amar ?

Estamos em processo de formalização do instituto para atender autistas, famílias e profissionais, precisamos de toda contribuição possível para tirar este sonho do papel.

Você pode ser um apoiador do nosso projeto através da sua doação via PIX ou através do Site Apoia-se

Doação Via PIX: 226.998.858-27

Doação via Apoia-se :

<https://apoia.se/institutoincluireamar>
[@institutoincluireamar](https://www.instagram.com/institutoincluireamar)