



MEE

PLUS

Cursus Eigen Regie

Krijg regie over je leven met autisme

Gaat jouw leven met autisme niet vanzelf?

En wil je graag de regie over je eigen leven hebben?

Dan is de Cursus Eigen Regie iets voor jou!

Je volgt een cursus van 10 bijeenkomsten.

Tijdens de cursus leer je jezelf beter kennen.

En je leert hoe je beter met je autisme kunt omgaan.

Dit doe je in een groep met andere mensen met autisme.

Voor wie?

Deze cursus is voor mensen van 18 jaar en ouder. De deelnemers hebben een diagnose in het autistisch spectrum en een normaal begaafde intelligentie.

Wanneer en waar?

Wanneer

Er zijn 10 bijeenkomsten

Tijd

Elke bijeenkomst duurt 2 uur

Waar

We kijken waar iedereen vandaan komt en kiezen dan een plek

Kosten

Je hoeft niets te betalen. De gemeente betaalt de kosten

Wat gaan we doen?

De onderwerpen zijn:

- Wat is autisme?
- De diagnose
- Communicatie
- Welke sociale contacten en relaties heb je
- Energie, spanningen en vermoeidheid
- Kwaliteiten en talenten
- Signaleringsplan

De groep bestaat uit mensen met autisme. Hierdoor kunnen jullie veel van elkaar leren. En het zorgt ervoor dat je je minder alleen voelt. Zij begrijpen jouw ervaringen.

Wil je meer weten? Of wil je meedoen?

Neem dan contact op met:

Margareth de Boer

Telefoonnummer:
06 11 47 73 04



E-mail:
m.deboer@meepus.nl