



Eigen regie voor mensen met autisme

Voor normaal begaafde (jong)volwassenen met een diagnose in het autistisch spectrum

“Fijn om in contact te komen met andere mensen met autisme. Ik heb het gevoel dat ik eindelijk mezelf mag zijn.”

Mensen met autisme lopen in het dagelijks leven vaak tegen obstakels aan. Veel dingen gaan niet vanzelf. Toch wil je, ondanks je autisme, de eigen regie over je leven hebben.

Uit jarenlange ervaring blijkt dat mensen met autisme veel van elkaar kunnen leren. Het is prettig om lotgenoten te ontmoeten, omdat je je daardoor minder alleen voelt staan en je ervaringen kunt delen. Dat is de reden waarom we dit thema in groepsverband oppakken.

INHOUD VAN DE CURSUS

De volgende onderwerpen komen aan bod:

Wat is autisme, wat betekent de diagnose voor jou, hoe leg je contact, wat zijn jouw kwaliteiten en hoe kun je die inzetten?

We werken met huiswerkopdrachten en vragenlijsten. In de laatste bijeenkomst nodig je iemand uit je netwerk uit. Deze persoon kan je helpen datgene wat je geleerd hebt in de praktijk toe te passen.

We maken gebruik van de Eigen Regie mappen van MEE Oost.

RESULTAAT VAN DE CURSUS

Aan het eind van de cursus ken je jezelf beter en kun je beter met je autisme omgaan. Het leidt tot een concrete 'gebruiksaanwijzing'. Hoe kan jij jezelf aanpassen of wat kun jij anders doen? Welke aanpassingen heb jij nodig vanuit je omgeving?

Sommige deelnemers geven aan zich vitaler te voelen na afloop van de cursus. Met name de tips en ervaringen van anderen bieden steun.

AANTAL BIJEENKOMSTEN

De cursus bestaat uit 9 bijeenkomsten en 1 terugkombijeenkomst.

VOOR WIE

Normaal begaafde (jong)volwassenen met een diagnose in het autistisch spectrum.

WAAR

Locatie in Arnhem

WANNEER

Donderdagmiddag van 14.00-16.00:

24 september

1, 8, 15, 29 oktober

5, 12, 19, 26 november

17 december

AANTAL DEELNEMERS

Minimaal 5 tot maximaal 8 deelnemers

AANMELDEN EN/OF MEER INFORMATIE

Stance Venderbosch

Consulent Expertisecentrum

s.venderbosch@meegeldersepoort.nl

06-10010348