

Autisme (ASS)

Meer informatie of aanmelden?

Stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost-Brabant

Pastoriestraat 147

5612 EK Eindhoven

T : 040 - 211 83 28

E : info@zelfhulpnetwerk.nl

**Stichting Zelfhulp Netwerk is werkzaam in
onderstaande gemeenten:**

Eindhoven

Veldhoven

Helmond

Laarbeek

Geldrop-Mierlo

Asten

Best

Someren

Deurne

*In bovengenoemde gemeenten is een afspraak op
locatie mogelijk.*

Meld je aan!

“Als je mee doet , kun je elkaar
versterken!”

*Acquisitie naar aanleiding van deze folder wordt
niet op prijs gesteld.*

www.zelfhulpnetwerk.nl

Spreekt dit je aan?



Autisme?
Autisme?



Ben ik anders?

Voel jij je anders, misschien wel onbegrepen?

Heb je ooit het etiket 'autisme' of 'autismespectrumstoornis (ASS)' opgeplakt gekregen?

Doel van de groep

Je bent anders dan 'normaal', maar niet minder dan andere mensen.

De 'zelfhulpgroep autisme' wil volwassenen met enige vorm van autisme bij elkaar brengen, omdat interacties tussen autisten kunnen leiden tot positieve relaties en een betere kwaliteit van leven.

Beter wederzijds begrip: Autisten onderling ervaren vaak minder communicatiebarrières en begrijpen elkaars manier van denken beter,



wat ook wel bekend staat als het vermijden van het "dubbele empathieprobleem".

Directe communicatie: Gesprekken zijn vaak direct, duidelijk en feitelijk. Dit helpt bij het bespreken van problemen, omdat het minder nodig is om te "lezen tussen de regels door".

Erkenning van overprikkeling: Omdat iedereen kan worstelen met stress of overprikkeling, is er vaak meer begrip voor situaties waarin communicatie even niet mogelijk is.

Hulp bij emoties: Hoewel autistische mensen soms moeite hebben met het omschrijven van hun eigen emoties, kan een gesprek met een andere autist helpen om deze ervaringen te delen zonder dat er een oordeel over de sociale interactie wordt gevormd.



Afspraken

- De bijeenkomsten zijn toegankelijk voor mensen op het autismespectrum. Wel vooraf aanmelden.
- Geen 'professionals' in de groep, alleen wij onder elkaar.
- Wat we binnen de groep vertellen, horen en meemaken blijft binnen de groep.

Bijeenkomsten

De groep komt éénmaal per vier weken bij elkaar in Eindhoven.

Informatie

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met stichting Zelfhulp Netwerk Zuidoost-Brabant (zie achterzijde).