

## Informatie en aanmelding

Voor informatie: [www.rondomautisme.nl](http://www.rondomautisme.nl)

Aanmelden: [rondomautisme@gmail.com](mailto:rondomautisme@gmail.com)

of op telefoonnummer: 06 838 589 04



*Deelname aan de ervaringsgroep is gratis.  
De bijeenkomsten zijn tweewekelijks op een vast tijdstip.*



**Ervaringsgroep voor mensen met  
(een vermoeden van) autisme**

### Wat kun je van de ervaringsgroep verwachten?

Het doel van de gespreksgroep is om gehoord te worden, steun te ontvangen en van elkaar te leren.

### Ervaringskundige begeleiding

De begeleider beschikt over professionele -en ervaringskennis over autisme. De betrokkenheid is groot door de inbreng van eigen ervaringen waardoor er sprake is van herkenning en erkenning. Onze ervaringsdeskundige begeleider geeft ondersteuning bij vragen uit het dagelijks leven. Deze steun kan van sociaal-emotionele aard zijn, maar ook praktisch of informatief.



*“RandomAutisme is uniek en betekenisvol”*

- **Informeel**
- **Elkaar helpen**
- **Collectief**
- **Gehoord worden**
- **Sociaal**

## Ontmoeten

De Stichting RandomAutisme biedt mensen met autisme, onder begeleiding, de gelegenheid om elkaar te ontmoeten en in gesprek te gaan. Het doel van de ervaringsgroep is om elkaar te helpen en ondersteuning te ontvangen bij problemen die je ervaart in het dagelijks leven.

## Ontwikkelen

De bijeenkomsten van de ervaringsgroep vinden plaats binnen een informele, vertrouwde setting. Tijdens de bijeenkomsten is er gelegenheid om gevoelens te uiten en ervaringen te delen. De onderwerpen worden bepaald door de deelnemers. De bedoeling is gehoord te worden, steun te ontvangen en van elkaar te leren. Er worden praktische tips aangereikt en reflectie gegeven op je gedrag.

- **Herkenning**
- **Leren van elkaar**
- **Reflectie**
- **Waardering**
- **Praktijk voorbeelden**

- **Eigen kracht**
- **Experiment**
- **Acceptatie**
- **Nieuwe inzichten**
- **Regie**

## Ontplooien

Het herkennen van dagelijkse situaties bij anderen leidt vaak tot nieuwe inzichten en biedt mogelijkheden om vanuit je eigen kracht te experimenteren, en misschien tot (andere) keuzes te komen met de bedoeling de regie over je leven te vergroten en je welzijn te verbeteren.