



Cursus Eigen Regie

Gaat jouw leven met autisme niet vanzelf?
En wil je meer regie over je eigen leven krijgen en houden?

Dan is de **Cursus Eigen Regie** iets voor jou!

Je volgt een cursus van 9 bijeenkomsten.
Tijdens de cursus leer je jezelf beter kennen. En hoe je meer grip krijgt en houdt op je leven.
Dit doe je in een groep met andere mensen met autisme en een ervaringsdeskundige.

Krijg meer regie over je leven
met autisme

Cursus Eigen Regie

Voor wie?

Deze cursus is voor mensen van 18 jaar en ouder.
De deelnemers hebben een diagnose in het autistisch spectrum.
Het is handig om wat zelfinzicht te hebben en op jezelf te kunnen reflecteren.

Wanneer?

Vrijdag 13 en 20 september 2024

Vrijdag 11 en 25 oktober

Vrijdag 8 en 22 november

Vrijdag 6 december

Vrijdag 10 en 24 januari 2025

Vrijdag 26 maart

Alle bijeenkomsten zijn van 10.00 tot 12.00 uur.

Waar?

De cursus is in Arnhem. Je krijgt het adres als je meedoet.

Wat gaan we doen?

De onderwerpen zijn:

- Wat is autisme?
- Wat betekent autisme voor jou?
- Hoe leg je contact met andere mensen?
- Wat zijn jouw kwaliteiten? En hoe kun je die inzetten?

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

Wat kost het om mee te doen?

Je hoeft niets te betalen. De gemeente betaalt de kosten.

Wil je meer weten? Of wil je meedoen?

Neem dan contact op met Margareth de Boer

Haar telefoonnummer is 06 11 47 73 04

Haar e-mailadres is m.deboer@meepius.nl