

Agenda

- 2 december
Autidatingtraining
- 3 december
Modelbouwatelier
- 3 december
[Yoga](#)
- 4 december
[AutiVrouwenCafé](#)
- 5 december
[Yoga](#)
- 10 december
Modelbouwatelier
- 10 december
[Yoga](#)
- 12 december
[Yoga](#)
- 13 december
Spellenavond
- 14 december
[AutiActieDagen](#)
- 16 december
Autidatingtraining
- 17 december
Modelbouwatelier

Column Nikki

Kleding maakt de vrouw

‘Dat T-shirt kun je eigenlijk niet meer aan’ zei mijn moeder laatst, ‘er zitten gaatjes in.’ Verbaasd keek ik naar mijn T-shirt om vervolgens te constateren dat er inderdaad minuscule gaatjes in zaten. Het is heel normaal om met gigantische ventilatie gaten in je spijkerbroek rond te lopen, maar o wee als er minuscule gaatjes in je T-shirt zitten! Mode. Ik heb er nooit wat van begrepen.

Toch heeft mijn moeder wel een punt als ze zegt dat ik een nieuw T-shirt nodig heb. In feite heb ik een hele nieuwe garderobe nodig aangezien bijna al mijn kledingstukken op mysterieuze wijze zijn gekrompen.



Kleding kopen vind ik bijzonder ingewikkeld. Al die keuzemogelijkheden in winkels! Al die verschillende kledingstukken in alle kleuren van de regenboog, medewerkers met lastige vragen, zoals wat je *precies* zoekt en die verkleedpartijen in de paskamer. Daarbij moet je ook nog eens uitkijken dat je er niet met een kapotte spijkerbroek vandoor gaat! Heb je eindelijk een leuke spijkerbroek gevonden, blijkt er een gat in te zitten! Ik vertik het om een kapotte spijkerbroek te kopen!

Na een intensief middagje shoppen vol keuzes, moeilijke vragen, en verkleedpartijen kun je mij wel opvegen! Gelukkig hoef ik op de constant veranderende mode niet meer te letten; ik doe aan wat ik leuk vind en wat lekker zit. Op de middelbare school was dat wel anders. ‘De Modepolitie’ zoals je die vroeger op tv had was er niets bij, nee dit was een waar moderegime! Uiteindelijk was ik het strijden hiertegen moe en besloot ik maar, zo goed en zo kwaad als dat kon, te leven naar dit strenge moderegime. Toch bleef ik de plank op de een of andere manier misslaan. Waar kleding op de middelbare school een middel van onderdrukking was, is het nu een middel van vrijheid voor mij. Ik doe aan wat ik leuk vind; leuke kleurrijke kleding waarmee ik mijn identiteit benadruk; die knotsgekke mode kan me gestolen worden!

17 december

[Yoga](#)

17 december

[AutiJongerenCafé](#)

19 december

[Yoga](#)

19 december

AutiPartnerCafé

28 december

[AutiActieClub](#)

De Creatieve Werkplaats



Judith de Cock organiseert vanuit IGGA een doorlopende creatieve cursus voor jongvolwassenen met autisme op Molenveldweg 59 te Nijmegen. De cursus is laagdrempelig en het uitgangspunt is dat ieder mens creatief is.

De cursus wordt gegeven op dinsdagmiddagen aan een klein groepje deelnemers.

Jasmijn aan het woord over de cursus

Sinds mei 2018 ben ik elke dinsdagmiddag op een creatieve manier aan het werk op de Werkplaats van Judith. Ik heb onder andere al gewerkt met: klei, stempels, verf, potlood, mozaïek, hout en zeepsteen. Op de werkplaats worden we erg vrij gelaten in wat we willen doen en hebben we niet te maken met deadlines of kwaliteitseisen. Ik ben iemand die altijd in mijn hoofd zit, waarbij ik mezelf uitput door veel te piekeren. Door de laagdrempeligheid van de cursus en het met mijn handen bezig zijn kom ik als het ware meer uit mijn hoofd en dat geeft verlichting. Ik krijg meer zelfvertrouwen in mijn eigen vaardigheden, juist doordat we elke keer met nieuwe materialen leren werken. Elke keer ontdek ik namelijk dat ik iets kan wat ik niet van mezelf had verwacht. Judith geeft ons het vertrouwen om zelf aan de slag te gaan en is er voor ons wanneer we vragen hebben. Laatst hebben we gewerkt met boetseerwas. Ik was ermee aan het spelen en voelde hoe het materiaal zacht werd in mijn handen. Ik merkte dat ik iets had gemaakt dat op een paardenhoofd leek, waarna ik besloot een paard van de boetseerwas te maken. Een ambitieus plan daar paarden hele specifieke vormen hebben, waardoor het er dik in zat dat het werkstuk eerder op een hond zou gaan lijken. Toch maakte ik me geen zorgen; het bezig zijn met boetseerwas is ook leuk als er niets uitkomt. Uiteindelijk is het verrassend goed gelukt en kreeg ik allemaal complimentjes over mijn paard.



Expositie

We zijn als groep van de Werkplaats zo enthousiast dat we in mei een expositie opzetten met een selectie van onze kunstwerken! U bent van harte welkom! Wanneer de datum bekend is leest u hierover in de KrekelAutismeCoaching nieuwsbrief.

Meer informatie

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met Judith de Cock, mail: judithcock@gmail.com, tel: 06 83906029

Overeenkomsten tussen autisme en synesthesie

SYNESTHESIA
0123456789

Synesthesie

Bij mensen met synesthesie worden, door het brein, verschillende soorten zintuigelijke indrukken op een bijzondere manier aan elkaar gekoppeld.

Mensen associëren of zien bijvoorbeeld bepaalde kleuren bij letters, proeven bepaalde smaken bij muziekstukken of horen geluiden bij kleuren.

Autisme en synesthesie bevatten opvallend veel overeenkomsten, zo blijkt uit onderzoek van de Radboud Universiteit te Nijmegen. Eerdere studies uit Engeland toonden al aan dat er overeenkomsten zijn tussen autisme en synesthesie op het gebied van zintuigelijke informatieverwerking. Uit deze

recente studie blijkt nu dat er niet enkel overeenkomsten zijn op het gebied van zintuigelijke informatieverwerking maar ook op het gebied van de sociale vaardigheden. Zo gaven bijvoorbeeld ook veel mensen met synesthesie, evenals mensen met autisme, aan verscheidende sociale situaties lastig te vinden. Synesthesie komt vaak voor bij autisme. 20% Van de mensen met autisme heeft synesthesie tegenover 2 tot 4% van de neurotypische bevolking (mensen zonder autisme).



Radboud Universiteit

Workshop synesthesie en autisme

In de week van 20 januari organiseert cognitief neurowetenschapper Tessa van Leeuwen in Nijmegen een workshop over prikkelwaarneming bij autisme en over de rol van synesthesie hierin. Meer informatie hierover verschijnt te zijner tijd op de website van Tessa van Leeuwen: www.tessavanleeuwen.nl. Daarnaast kunt u contact met haar opnemen voor meer informatie: synesthesie@donders.ru.nl

Oproep

Voor vervolgonderzoek is cognitief neurowetenschapper Tessa van Leeuwen op zoek naar kinderen van ouders met synesthesie. Heeft u synesthesie en heeft u een kind van 4 tot 5 jaar oud?, dan kunt u voor meer informatie mailen naar synesthesie@donders.ru.nl.

Bron: Radboud Universiteit

Lotgenotengroepen voor kinderen en jongeren

Veel kinderen en jongeren worstelen met rouw- en verlieservaringen. Denk aan het verliezen van een familielid, het scheiden van ouders, het verlies van een huisdier, het verwerken van een bepaalde diagnose, enzovoort.



Aan de buitenkant laten kinderen en jongeren hun kwetsbaarheid niet altijd zien en doen ze zich vaak steviger voor dan ze in werkelijkheid zijn. In een normaal ontwikkelingsproces is daar niks mis mee en komt het vanzelf goed. Maar wanneer kinderen of jongeren op vroege leeftijd te maken krijgen met een verlies, dan wordt hun veerkracht behoorlijk op de proef gesteld. Juist de onkwetsbaarheid naar buiten, de behoefte om niet anders te zijn dan anderen, zorgt ervoor dat kinderen en jongeren vaak alleen staan in hun verdriet.

Véronique Derksen van [Veer voor kind en gezin](#) en Marinde van den Hanenberg van [Equikids & coaching](#) zetten zich graag in voor deze kinderen en jongeren. Daarom willen zij inventariseren in hoeverre er behoefte is aan een lotgenotengroep voor kinderen en jongeren die te maken hebben (gehad) met rouw en verlies.

Véronique en Marinde willen drie verschillende rouw en verliesgroepen opzetten met de volgende thema's: rouw na overlijden, rouw na scheiding en rouw na ziekte/ongeval. De lotgenotengroepen zullen bestaan uit acht bijeenkomsten van anderhalf uur en maximaal acht deelnemers per groep.

Bent u geïnteresseerd, of wilt u meer informatie, neem dan voor 15 december contact op met Véronique: info@veervoorkindengezin.nl of met Marinde: info@equikidscoaching.nl

Dag voor hoog sensitieve vrouwen

Hoofd, Hart en Handen

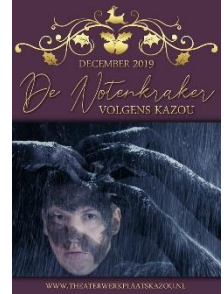
Vanwege het grote succes van de dag voor hoogsensitieve vrouwen van afgelopen april wordt ook in januari 2020 weer een dag voor hoogsensitieve vrouwen georganiseerd. Dit keer in het teken van Hoofd, Hart en Handen. Het belooft weer een bijzondere dag te worden. Kom genieten van creatieve workshops, hartmeditatie, ademwerk, een lezing over hooggevoeligheid en persoonlijke sessies. De dag wordt gehouden in Zyp25, Zijpendaalseweg 25 in Arnhem, op zondag 26 januari 2020.



Meer informatie volgt nog, dus houd de website in de gaten: [Dag voor Hoogsensitieve vrouwen](#) Naast de website kunt u ook de Facebook pagina bekijken: [Dag voor Hoogsensitieve vrouwen](#)

De Notenkraaker volgens Kazou

De sfeer bij het kerstdiner van de familie Stahlbaum verandert totaal als de Suikerfee onder de tafel wordt gevonden. Het tot dan toe saaie leven van de jongste broer wordt danig opgeschud en hij komt in een achtbaan van emoties en absurde voorvallen terecht. Pas na een dolle reis door de sneeuw, langs Bethlehem en Kitzbühel, heeft hij eindelijk een moment voor zichzelf.



De Notenkraaker volgens Kazou is een kerstvoorstelling voor het hele gezin. Het stuk is humoristisch, eigengereid, absurdistisch, verrassend en wordt ondersteund door de prachtige muziek van Tsjajkovski.

Theaterwerkplaats Kazou

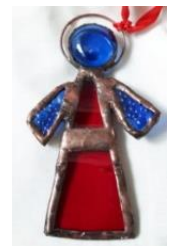
Theaterwerkplaats Kazou te Oosterbeek is een leer-werkplaats voor mensen van alle leeftijden met een vorm van autisme die houden van theater. Daarnaast is het ook mogelijk om lessen te volgen als hobby of vrijetijdinvulling. De toneelspelers worden begeleid door professionele drama, dans en muziek docenten.

Zie voor meer informatie over de kerstvoorstelling en de theaterwerkplaats: [Theaterwerkplaats Kazou](http://www.theaterwerkplaatskazou.nl)

Kerstmarkt

Kerstmarkt

Zaterdag 14 december wordt er in Schaarsbergen een sfeervolle kerstmarkt georganiseerd. U kunt genieten van meer dan 55 gezellige kraampjes, lekker eten en drinken, vuurkorven, kerstkoren, midwinterhoornblazers en nog veel meer.



Ook Monique Lotgerink is aanwezig met een kraampje waar zij haar zelfgemaakte kunst van glasmozaïek verkoopt. Monique is hierin opgeleid door Roland Angenent. Het glas in lood in het trappenhuis van Zyp25 is een voorbeeld van Moniques werk. Neem gerust een kijkje op haar site: [Moniquemozaiek](http://moniquemozaiek.nl).

Algemene informatie

Wanneer: 14 December van 16.00 uur tot 20.00 uur
Waar: Kemperbergerweg 800, Schaarsbergen

Leef je eigen leven

Het lectoraat levensloopbegeleiding bij Autisme van de HAN (Hogeschool van Arnhem en Nijmegen) organiseert de cursus: Leef je eigen leven!

De cursus is bedoeld voor mensen met autisme die willen nadenken over de volgende vragen: Wat is belangrijk in mijn leven, wat doe ik, waar hoor ik bij en welke netwerken zijn belangrijk voor mij? De cursus bestaat uit zeven bijeenkomsten op donderdagen van 12.30 tot 14.30 uur en wordt gegeven op de HAN. Er zijn geen kosten aan deze cursus verbonden. Op 16 januari vindt er een informatiebijeenkomst plaats over deze cursus op Groenewoudseweg 1 te Nijmegen.



Voor meer informatie kunt u terecht bij Moniek van der Meij; Ondersteuner met ervaringskennis bij het Lectoraat Levensloopbegeleiding bij Autisme: Moniek.vanderMeij@han.nl, 06-11246604

Vragen over autisme

Informatie & Advieslijn

De NVA (Nederlandse Vereniging voor Autisme) Informatie & Advieslijn beantwoorden uiteenlopende vragen over autisme.

Denk bijvoorbeeld aan vragen over: het omgaan met het autisme van uzelf, uw kind, familielid of partner, waar je terecht kunt voor het stellen van een diagnose, waar je de juiste professionele zorg en begeleiding kunt vinden, enzovoort.



De Informatie & Advieslijn wordt bemand door ervaringsdeskundige vrijwilligers. Zij hebben zelf autisme of hebben een naaste met autisme. Voor alle vrijwilligers geldt dat zij regelmatig trainingen volgen zodat zij op de hoogte blijven van de nieuwste ontwikkelingen op het gebied van bijvoorbeeld onderwijs en zorg.

De Informatie & Advieslijn is er zowel voor NVA leden als voor niet-leden beschikbaar en is bereikbaar op werkdagen tussen 10.00 en 14.00 uur op het volgende nummer: 030 – 22 99 800 (kies bij het bellen optie 3 uit het keuzemenu). Naast bellen kunt u uw vraag ook mailen naar: advies@autisme.nl