

Agenda

5 juni
[Yoga](#)

5 juni
Modelbouwatelier

6 Juni
[AutiVrouwenCafé](#) ASS en
emoties

7 juni
Kickboksen

8 juni
Spellenavond

9 juni [Autiactiedagen](#) bij
BIO

11 juni
[AutiMakerCafé](#)

11 juni
Assertiviteitstraining

11 juni
Autidatingtraining

12 juni
[Yoga](#)

12 juni
Modelbouwatelier

14 juni
Kickboksen

14 juni
[Autipartnercafé](#)

16 juni
[Autiactiedagen](#) bij BIO

Column Nikki

Spaart u nog koopzegeltjes?

Daar sta ik dan weer; met mijn bonuskaart in de aanslag voor de kassa. De kassière en ik zeggen elkaar gedag terwijl de kassière in moordend tempo de producten aan het scannen is. Onhandig tracht ik met twee handen tegelijk spullen in mijn tas te doen. O ja, de bonuskaart denk ik dan, ik schuifel langs mijn karretje heen naar de kassa en overhandig mijn bonuskaart die ik meteen weer terugkrijg. Had ze die nou niet even gewoon bij zich kunnen houden totdat ik klaar was?



Ik open mijn tas en zoek door de rommel naar mijn portemonnee om hem terug te stoppen. De band loopt ongenadig verder en ik besluit alles maar in de kar te gooien. “Spaart u nog koopzegeltjes?” “nee” “Wilt u airmiles verzilveren?” “ja.. eh.. nee” ik had de vraag over de ‘borrelzegeltjes’ verwacht; waarom moet ik ook altijd een geheel interview bij de kassa afleggen terwijl ik druk bezig ben?! “Spaart u nog borrelzegeltjes?” “Ja!” “Dat wordt dan zevenentwintig euro en tien cent.” Onhandig, terwijl de helft van mijn boodschappen nog op de band liggen, schuifel ik, langs mijn boodschappenwagentje, terug naar de kassa.

Boodschappen doen valt voor de meesten van ons, mensen met ASS, niet mee omdat het een beroep doet op de executieve functies en op het vermogen om indrukken te filteren. Het is voor ons vaak lastig om goed te plannen, te organiseren, te anticiperen en flexibel te zijn. En dan zijn er nog alle prikkels voor de kassa en in de winkel zelf: het piepjes orkest, allemaal mensen, wagentjes en andere obstakels waar je omheen moet lopen en de kinderen die gillend door de winkel heen racen.

Toch zijn er manieren om het boodschappen leed te verzachten. Allereerst heb ik geleerd om rustiger te blijven; ik ben nu eenmaal traag en onhandig met dergelijke dingen en dat mag er zijn. Ongeduldige mensen in de rij probeer ik te negeren; ik handel zo snel als ik kan en ik kan niet meer dan mijn best doen. Daarnaast ga ik als het even kan op maandagmorgen boodschappen doen. Op maandag zijn de meeste winkels in Doesburg gesloten en veel mensen zitten op hun werk waardoor de winkel bijna een oase van rust is.

Nikki

Agenda

Auti Actie Dagen

18 juni
Assertiviteitstraining

19 juni
[Yoga](#)

19 juni
Modelbouwatelier

20 juni
[AutiCafe](#) Autisme en
emotieregeling

21 juni
Kickboksen

Auti Actie Dagen heeft ruimte voor nieuwe kinderen!

De Auti Actie Dagen bieden kinderen, van 6 tot 12 jaar, de ruimte om spelletjes te doen, te knutselen en buiten te spelen.



Daarnaast wordt er één keer per jaar een leuk uitstapje georganiseerd! De Auti Actie dagen vinden twee keer per maand op zaterdag plaats. De activiteiten vinden plaats op het terrein van [Stichting BIO](#) te Arnhem. Dit is een mooie, overzichtelijke en kindvriendelijke locatie met toegang tot bos, kinderboerderij, paardenstal, zwembad, bioscoopzaal en allerlei andere speelmogelijkheden.

Heeft u interesse of wilt u meer informatie? Dan kunt u de website bezoeken: <http://www.autiactiedagenarnhem.nl/> of contact opnemen met coördinator Lindsay Eleveld: autiactiedagenarnhem@gmail.com

Boek over autisme

25 juni
Assertiviteitstraining

26 juni
[AutiJongerenCafe](#)

28 juni
Kickboksen

29 juni
[Aspergercafé](#)

29 juni
[Yoga](#)

29 juni
Modelbouwatelier

30 juni
AutiActieClub

Winactie!

Zondagskind is een autobiografische roman geschreven door Judith Visser waarin ze, onder haar alter ego Jasmijn Vink, de gebeurtenissen uit haar jeugd vertelt.

Jasmijn is een bijzonder kind dat op driejarige leeftijd al kan lezen maar als kleuter nog niet in staat is om met vreemden te praten. De woorden zitten wel in haar hoofd maar komen er niet uit. Met vallen en opstaan en met behulp van haar beste vriendin; haar hond Senta, leert ze zich steeds beter staande te houden in de, voor haar zo vaak overprikkelende, maatschappij. Zondagskind maakt autisme heel invoelbaar. Op een prachtige en beeldende manier beschrijft Visser de gedachten en gevoelens die zij als kind ervoer. Het is een ontroerend boek dat ik heb gelezen met een traan en een lach, want humor is iets wat ook zeker niet ontbreekt in deze roman!



De winactie

Wilt u een exemplaar van dit boek winnen? Legt u dan in een tekst van maximaal een half A4tje uit waarom u dit boek zou willen lezen en stuur uw reactie, voor 1 juli, naar mij op. Mijn mailadres is: nikki@krekelaautismecoaching.nl

Kickboksen

Kom gratis kennis maken in juni!

IkBenkDoe verzorgt in samenwerking met KrekelAutismeCoaching kickbokslessen in Arnhem. Door te kickboksen werk je aan je conditie, kun je spanning ontladen en kom je beter in je vel te zitten. Daarnaast kun je leren om voor jezelf op te komen en om je grenzen aan te geven. Het kickboksen is zowel voor jongeren als voor volwassenen.



Voor meer informatie kunt u kijken op de site van KrekelAutismeCoaching www.krekelautismecoaching.nl, of op de site van IkBenkDoe: www.ikbenikdoe.nl

Wilt u een keer kennis komen maken met deze sport? Dan kunt u contact opnemen met Sandra Krekel: sandra@krekelautismecoaching.nl.

Algemene informatie

Locatie: Beekstraat 70, 6811 DW Arnhem

Wanneer: Donderdagavonden van 18.00 uur tot 19.00 uur

Vakanties en uitjes

Aanvulling op de nieuwsbrief van mei

In de nieuwsbrief van mei 2018 stond dat onderstaande vakanties en uitjes voor jongeren waren. Bij voldoende aanmeldingen bent u als volwassene echter ook van harte welkom! Bent u geïnteresseerd in onderstaande vakanties of uitjes? Neem dan gerust contact op met Mascha Knipping voor meer informatie of om u aan te melden. Haar mailadres is: mascha@krekelautismecoaching.nl. Bij voldoende aanmeldingen gaan de uitjes en/ of de vakanties door.



Vakanties :

- Ardennen : 24-26 augustus
- Surfen : 14-16 september
- Portugal : November

Uitjes :

- Mountainbiken : 24 juli
- Klimbos : 10 augustus
- Kajakken : 15 augustus

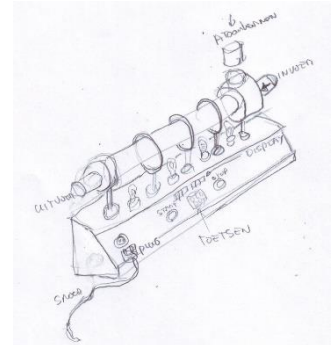
Roland bouwt een Escaperoom

Roland is bezig met het bouwen van een escaperoom in steampunkstijl. Een escaperoom is een kamer met puzzels waar je een uur de tijd hebt om de puzzels op te lossen en te “ontsnappen” uit de kamer. Steampunk is de stijl van science fiction uit 1900. Bijvoorbeeld de verhalen van Jules Vernes over onderzeeërs (Twintigduizend mijlen onder zee) geven de sfeer goed weer.

Het thema van de kamer is “goud” maken. Een briljante (autistische) ingenieur heeft een proces bedacht om goud te maken. De machines die hij gebruikte zijn bewaard gebleven, maar niemand weet hoe ze te bedienen. Je hebt een uur om dat uit te vinden.

In het AutiMakerCafé (en daarbuiten) bouwt Roland aan de onderdelen van de kamer.

Hierbij kan hij nog wel wat hulp gebruiken van handige AutiMakers. Bijvoorbeeld om puzzels te bedenken en te maken, elektronica printjes te solderen, onderdelen te maken, etc. Het gaat niet alleen om techniek er is ook veel aankleding nodig, bijvoorbeeld een dagboek en een sleutelkastje in steampunkstijl. Je kunt je opgeven bij roland@krekelautisemcoaching.nl Als de kamer klaar is, is het de bedoeling om hem te gebruiken om werkgelegenheid te bieden aan autistische mensen die escaperooms leuk vinden. De persoon of personen kunnen dan de spelers ontvangen en de kamer bedienen.



Clïenttevredenheidsonderzoek

Resultaten cliënttevredenheidsonderzoek

Aan ons cliënttevredenheidsonderzoek namen 71 deelnemers deel. Wij zijn heel blij dat onze gemiddelde score een 8,5 was! De meeste deelnemers zijn tevreden over de coaching die wij bieden. Het cijfer dat ons het meest werd gegeven was een 9! Het ging hierbij om 31 deelnemers. De laagste score die is gegeven is een 6 door 3 deelnemers en het hoogste cijfer is een 10 dat is gegeven door 9 deelnemers. Wij zijn hier zoals gezegd blij mee maar het kan natuurlijk altijd beter! Uit het onderzoek blijkt dat we ons nog kunnen verbeteren in de informatieoverdracht: hoe de medezeggenschap voor onze klanten is geregeld, het bestaan van een klachtenregeling en over het recht op het inzien van het eigen dossier.

Wij willen alle deelnemers aan het onderzoek bedanken, of u nou positieve of negatieve feedback heeft gegeven. Wij leren hier veel van!



Krekel rijdt op waterstof!

KrekelAutismeCoaching heeft een Hyundai IX35 gekocht die op waterstof rijdt! Sandra en Roland zijn op dit gebied pioniers want het is nog heel nieuw. Ook is het zeer milieuvriendelijk, de auto stoot enkel waterdamp uit! De auto is in gebruik ongeveer even duur als een benzineauto.



Het tanken vormt nog een heel avontuur! Het begint ermee dat je eerst een certificaat moet halen. Dan kun je tanken op drie locaties in Nederland en het tanken gaat bij elke locatie weer anders. In Arnhem kun je tanken bij HYGEAR op industrie terrein de Kleefse Waard tussen 09.00 en 17.00 uur.



De core business van HYGEAR is eigenlijk niet om waterstof te leveren aan een tiental fuel cell auto's in deze regio. Ze maken de chemische fabriekjes die waterstof produceren en leveren die fabriekjes aan de industrie.

In Arnhem kun je 350 bar tanken waarmee je zo'n 300 kilometer kunt rijden.

Roland en Sandra hebben een rondleiding door dit autismevriendelijke bedrijf gehad. Ze hebben nog diverse vacatures open staan. Mocht je interesse hebben kijk dan op hun website: <http://hygear.com/about-us/careers/>

De avonturen met de waterstof auto kun je lezen in de blog op de website: krekelrijdtopwaterstof.blogspot.nl

Vrijwilligers gezocht!

Het Autisme Info Centrum (AIC) te Arnhem zoekt vrijwilligers die eens in de twee weken in het AIC willen werken.



Het AIC is onderdeel van de Nederlandse Vereniging voor Autisme (NVA). Een AIC is een regionaal informatie- en documentatiecentrum rond autisme, bedoeld voor mensen met autisme en hun naasten en voor iedereen die meer wil weten over autisme, zoals hulpverleners, scholen, studenten, mantelzorgers en de gemeente.

De vrijwilligers die in het AIC werken zijn ervaringsdeskundig. Zij hebben in hun persoonlijke leven en/of in hun werk dagelijks met autisme te maken. Sommige vrijwilligers hebben een familielid of partner met autisme en andere vrijwilligers hebben zelf een autisme spectrum stoornis.

Uw reacties of vragen kun u mailen naar: aic.gp.arnhem@gmail.com o.v.v. vrijwilliger.

Voor meer informatie over de vereniging en het AIC zie www.autisme.nl