

Agenda

4 november
Autidatingtraining

5 november
Modelbouwatelier

5 november
Informatieavond Het
Functionele Brein

5 november
[Yoga](#)

6 november
[AutiVrouwenCafé](#)

7 november
Kickboksen

7 november
Sociale vaardigheden

7 november
[Yoga](#)

8 november
Spellenavond

9 november
[AutiActieDagen](#)

11 november
Autidatingtraining

12 november
Modelbouwatelier

12 november
[Yoga](#)

Column Nikki

08:57

Het is nu 08.57. Mooi op tijd daar ik volgens de planning om 09.00 uur zou beginnen met het schrijven van de column. Ik ga door tot 11.00 uur. Van 11.00 uur tot 11.35 hou ik even pauze. Tussen 11.35 en 11.50 maak ik mij klaar om weg te gaan door de laatste spullen te pakken. Tussen 11.50 en 12.00 uur loop ik naar de bushalte en wacht ik op de bus. Van 12.00 uur tot 12.35 zit ik in de bus. Van 12.35 tot 13.00 loop ik naar Zyp25 en start ik rustig op. Vervolgens zie ik van 13.00 uur tot 15.00 mijn cliënten. De terugweg plan ik niet; ik ben niet iemand die neurotisch met de tijd bezig is, tenminste ik vind zelf dat dat reuze meevalt. Vroeger was dat wel anders. De tijdsplanning die ik bijvoorbeeld in mijn hoofd had om van huis naar school te gaan was van een militaire precisie. Ik deed alles op een vast tijdstip: opstaan, douchen, aankleden, ontbijten, naar het toilet, vertrekken op de fiets en onderweg moest ik dan ook nog eens op bepaalde tijdstippen bij bepaalde punten op mijn route zijn. Mijn ouders werden er soms horendol van, vooral als ik lichtelijk in paniek was omdat ik achter liep op mijn schema of erger; als ik mijn horloge kwijt was, dan was de paniek helemaal niet meer te overzien! Dan was ik alle grip kwijt en was het een totale chaos in mijn hoofd.

Nu ik ouder ben kan ik de teugels iets meer laten vieren, omdat ik uit ervaring beter weet hoelang ik ergens ongeveer mee bezig ben. Daardoor hoef ik minder vaak op mijn horloge te kijken. Toch is het weten van de tijd nog erg belangrijk voor mij. Op de één of andere manier lijkt het ook of de tijd altijd ongrijpbaar blijft voor mij. Wanneer ik aan het stofzuigen ben denk ik bijvoorbeeld dat ik al anderhalf uur bezig ben terwijl dat in werkelijkheid maar een half uur is! Andersom komt ook voor. Ooit was ik de hele dag bezig met het uitwerken van een groot interview via een geluidsopname waarna ik uit mijn flow ontwaakte en tot mijn schrik ontdekte dat het al 17.00 uur was! Buitengewoon griezelig! Door dit gebrek aan tijdsgevoel kijk ik ook in het weekend of in de vakantie geregeld op mijn horloge; het is gewoon naar om in die tijdloze leegte te geraken waarbij je alle grip verliest.

Mijn computer geeft nu aan dat het 11.03 is.



Foto: Marco Willemsen

Agenda vervolg

14 november
[AutiPartnerCafé](#)

14 november
Kickboksen

14 november
[Yoga](#)

16 november
[AutiActieDagen](#)

18 november
Autidatingtraining

19 november
Modelbouwatelier

19 november
[Yoga](#)

21 november
Kickboksen

21 november
[Yoga](#)

25 november
Autisoos

26 november
[AutiJongerenCafé](#)

26 november
Modelbouwatelier

26 november
[Yoga](#)

28 november
Kickboksen

28 november
[Yoga](#)

30 november
[AutiActieClub](#)

Deelnemers gezocht

Pilot Bandcoaching

Veel mensen spelen een instrument maar vinden het lastig of eng om dit samen met anderen te doen, door bijvoorbeeld autisme of sociale angst. Dit terwijl ze wel graag samen met anderen muziek zouden willen maken.



Herken je je in bovenstaand verhaal? En woon je in of nabij Nijmegen? Dan is de pilot Bandcoaching wellicht iets voor jou! Bij voldoende animo zou de pilot van start gaan onder leiding van Dirk Mesman in samenwerking met De Lindenberg; het culturele centrum van Nijmegen.

Dirk Mesman is coach bij KregelAutismeCoaching. Hij is pedagoog en muzikant. Muziek speelt al vanaf jonge leeftijd een belangrijke rol in zijn leven. Dirk speelt piano en gitaar, heeft in verschillende (cover)bands gespeeld en is al jaren bezig met het schrijven, componeren en opnemen van muziek.

Zie voor meer informatie: [Bandcoaching](#)

Onderzoek autisme en werk

Duurzame werkgelegenheid

Uit onderzoek blijkt dat slechts 25% van alle mensen met autisme betaald werk heeft, terwijl meer mensen werk zouden willen hebben. Er is weinig inzicht in hoe mensen met autisme zelf kijken naar wat hen wel of niet helpt om betaald werk te vinden en te behouden. Met dit onderzoek wil de onderzoeksgroep van universiteit Tilburg de ervaring van volwassenen met autisme bij het vinden en houden van een baan in kaart brengen.

TILBURG
UNIVERSITY

Het onderzoek wordt uitgevoerd door middel van groepsgesprekken van 2 uur. De groepen bestaan uit 8 tot 10 deelnemers met autisme. De onderzoeker is de gespreksleider. Deze zorgt dat iedereen goed aan het woord komt. Er zijn aparte discussiegroepen voor mensen met en zonder betaald werk.

Bij deelname worden de reiskosten naar de universiteit vergoed en wordt u beloond met een cadeaubon ter waarde van €10,-

Zie voor meer informatie of voor een aanmelding: [Onderzoek duurzame werkgelegenheid](#)

Infodag

Zaterdag 9 november organiseert Stichting ITvitae Learning een Infodag voor jongeren met hoog functionerend autisme en/of hoogbegaafdheid, die zijn uitgevallen in het reguliere onderwijs en belangstelling hebben voor ICT.



ITvitae verzorgt diverse ICT-opleidingsprogramma's en baanbemiddeling.

Op de Infodag wordt verteld over de ICT-opleidingsprogramma's, de visie van ITvitae op autisme en mogelijke werkgevers. Daarnaast kunnen bezoekers van de infodag in gesprek gaan met studenten die één van de vier ICT-specialisaties volgen of die al een baan hebben in de ICT.

Algemene informatie

Wanneer: 9 November van 13.00 uur tot 15.30.

Waar: Daam Fockemalaan 22, 3818 KG Amersfoort

Meer informatie en aanmelden: [Infodag ITvitae](#)

Deelnemers gezocht**UNIT Academie**

Stichting UNIT Academie te Nijmegen begeleid mensen met creatief talent en autisme naar regulier onderwijs zoals een kunstvakopleiding, arbeid of een gestructureerd dagelijks leven.



Bij de UNIT Academie worden deelnemers begeleid door kunstenaars en vormgevers bij de ontwikkeling van talenten op het gebied van onder andere: tekenen, schilderen, restauratie van schilderijen, fotografie, film, het maken van websites, theater, muziek en creatief schrijven.

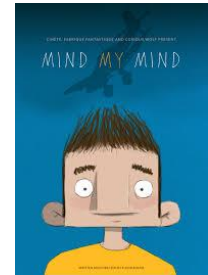


Naast de UNIT Academie is er de UNIT Winkel. De UNIT Winkel is de plek waar deelnemers en betrokken kunstenaars en vormgevers van UNIT een podium vinden voor hun beeldend werk. De UNIT Winkel bevindt zich in het hart van Nijmegen, in de Passage Molenpoort 37.

Zie voor meer informatie en mogelijkheden voor deelname: [UNIT Academie](#)

Animatie film over autisme

Dinsdagavond 19 november vertoont De Gruitpoort, in samenwerking met Stichting Rndom Autisme, de animatie kortfilm Mind My Mind van de Nederlandse Floor Adams. Na de voorstelling is er gelegenheid om na te praten met ervaringsdeskundigen.



De film toont het verhaal van Chris, een man met autisme, en het mannetje in zijn hoofd. Samen worden ze geconfronteerd met de sociale en emotionele uitdagingen van het leven waarin ze zich staande proberen te houden.

De film is een hit. Zo was de film geselecteerd voor prestigieuze festivals zoals het Tribeca Film Festival in New York.

Algemene informatie

Wanneer: 19 November van 19.30 tot 20.00 uur. Vanaf 20.00 uur kunt u napraten over de film met ervaringsdeskundigen.

Waar: De Gruitpoort, Hofstraat 2, 7001 CD Doetinchem

Kaartjes: De film wordt gratis vertoond! Kaartjes kunt u bestellen via: [De Gruitpoort](#)

Kapper

De stilte stoel bij de kapper

Naar de kapper gaan is voor veel mensen met ASS geen hobby. Je een beeld kunnen vormen van wat je met je haar wilt laten doen en dit overbrengen op de kapper kan lastig zijn. Daarnaast kun je last hebben van allerlei prikkels; er wordt aan je gezeten, je kan pijn ervaren bij het wassen, kammen of knippen, overal zijn spiegels, er hangen allerlei geuren in de ruimte en het is warm. De gebruikelijke social talk kan dan lastig en vervelend zijn.



Voor dit laatste probleem hebben twee kapsalons in Arnhem nu een oplossing gevonden, een stilte stoel! Bespreek je de stilte stoel dan hoef je alleen nog maar aan te geven wat je met je haar wilt laten doen.

Zie voor meer informatie: [De Stilte Stoel](#)

Onafhankelijke cliëntondersteuning

MEE biedt cliëntonafhankelijke ondersteuning. Dit wil zeggen dat u vanuit de WMO of de WLZ op een laagdrempelige manier advies en hulp kunt vragen. Denk aan vragen en hulp op het gebied van: onderwijs, werken, wonen, bemiddeling met instanties en hulp bij klachten en bezwaar of beroep. Daarnaast kunnen zij ook helpen bij de aanvraag van een WMO indicatie of een PGB.



Elke werkdag tussen 09.00 en 12.00 uur is er een telefonisch spreekuur waarbij u kunt spreken met een cliëntondersteuner.

Naast persoonlijke ondersteuning kunt u bij MEE Gelderse Poort terecht voor diverse cursussen en groepen zoals de cursus: Eigen regie voor mensen met autisme, Brain Blocks, de ASS partnergroep, een lotgenoten groep voor kinderen van gescheiden ouders of de Brussengroep voor kinderen met broertjes of zusjes die anders zijn door bijvoorbeeld ASS, ADHD of een handicap.

Zie voor meer informatie: [MEE Gelderse Poort](#)