

Beskrivelse af projekt: Autismegruppe unge piger

"Vi bruger klubben til at lære os selv bedre at kende og til at skabe sociale relationer og netværk med andre autister."

Autismegruppe uden puslespilsbrikker...

Gruppen er en tryk og struktureret trivselsgruppe for unge piger mellem 14-21 år, der har lyst til at blive klogere på autisme, på sig selv og på verden – og til at skabe forbindelser og netværk med andre lokale autister.

Det er for unge, der gerne vil have mere selvtillid, blive mere okay med at være autist, lære mere om, hvordan autisme fungerer for andre, og dele erfaringer og udfordringer med ligesindede.

Vi mødes hver anden onsdag i Ringkøbing midt til en planlagt, men uformel snak om forskellige emner, der påvirker vores liv og hverdag.

Alle gruppemøder foregår i G-Faktor på V. Strandgade i Ringkøbing og ligger fast hver anden onsdag i **ulige uger kl. 16.30–18.00**. Hver i et gruppeforløb mødes man **otte gange i alt**, og første forløb starter i **slutningen af august eller begyndelsen af september**. Der vil løbende blive oprettet flere grupper, så man er altid velkommen til at spørge til kommende muligheder.

Når du tilmelder dig, får du tilsendt et samlet dokument med en **oversigt over gruppens emner og anden praktisk information**, så du ved, hvad du kan forvente.

Hvis du har mødt én autist...

Alle i gruppen har det til fælles, at vi er autister / har autisme – men vi kommer alle med forskellige holdninger, udfordringer, personligheder og aldre.

Det kræver lidt mod, åbenhed og lyst til at rumme forskellige typer mennesker for at deltage i gruppen. Det forventes ikke, at man deler personlige erfaringer – men det er vigtigt, at dem, der har lyst til at dele, kan gøre det i trygge rammer, og at alle respekterer gruppens fortrolighed og overholder tavshedspligten.

Hvem?

FrivilligVest og **G-Faktor** står bag gruppen, og møderne støttes af **Janni, Katrine og Lene**, som hjælper samtaler og aktiviteter i gang. Der vil altid være mindst to voksne til stede.

- **Janni** har 48 års erfaring med at være autist og et stort autistisk netværk – både online og i virkeligheden. Hun arbejder til dagligt som illustratør, men har sideløbende arbejdet med autistiske unge i mere end et årti. Hun er flink, nørdet og ved en hel masse om autisme set indefra.

- **Katrine** er mor til to autister på 19 og 17 år. Hun har erfaring med systemet og overgangen fra ung til voksen, og hun har været frivillig hos Selvhjælp, FrivilligVest i to år som trivselsleder for trivselsgrupper og søskendegrupper. Hun er god til at lytte, imødekommende, rolig – og møder altid folk med et smil.
- **Lene** driver til dagligt G-Faktor i Ringkøbing og har indtil videre ikke scoret nogle diagnosebogstaver. Hun er udadvendt og rummelig og har erfaring med alverdens udfordringer – også autisters.

Det praktiske

- Vi mødes i **G-Faktor, V. Strandgade, Ringkøbing**
- **Hver anden onsdag i ulige uger kl. 16.30–18.00**
- Forløbet består af **8 mødegange á ca. 1½ time**
- Der er typisk **4–6 deltagere i hver gruppe**
- Det er **gratis at deltage**

Hver mødegang tager udgangspunkt i et planlagt emne. Gennem snak, spil og hygge taler vi om både små og store glæder og udfordringer ved at være autist. Der er plads til både alvor og grin, og vi tilpasser møderne, så de passer godt til gruppens ønsker og dynamik.

LGBT+ venlig gruppe

Senere på året bliver der mulighed for at deltage i en gruppe med særligt fokus på intersektionen mellem autisme og LGBT+. Hvis du identificerer dig som LGBT+ og ønsker at være med i en *regnbuegruppe*, hvor vi også taler om køn, identitet og seksualitet i et trygt og rummeligt rum, er du meget velkommen til at nævne det ved tilmelding.

Tilmelding og kontakt

Hvis du er interesseret i at deltage – eller bare gerne vil vide lidt mere – er du (eller dine forældre) meget velkommen til at kontakte **Stina** for at få mere information eller aftale en tid til forsamtale.

♦ *Hvis du er i tvivl, om det er noget for dig, kan du sagtens starte med bare at høre lidt mere – eller tage en stille og rolig samtale med os først, helt uden forpligtelser.*

 24 42 55 30

 stina@frivilligvest.dk

Tak til

En række fonde og foreninger har gjort dette projekt muligt. Stor tak til:

- Trygfonden
- Jaschafonden
- Soroptimisterne
- Fjordrevyen
- Oplevelser knytter bånd, Skjern
- Y's Men

Læs mere om trivselsgrupper for unge generelt på:

 <https://frivilligvest.dk/selvhjaelp-trivsel/trivselsgrupper-for-unge/>



