

# TRIVSELSGRUPPE FOR PIGER MED AUTISME

## i alderen 12-15 år

**Er du en pige i alderen 12-15 år med en autismediagnose, og vil du gerne mødes med andre piger i samme situation? Så kunne denne gruppe være noget for dig.**

Man kan have forskellige udfordringer, når man har autisme, og det kan derfor være rart at mødes med andre, der måske har nogle af de samme udfordringer. Det kan være i forhold til skolen, familie, venner, fritidsinteresser mv. I trivselsgruppen kan man tale om alt det der fylder – både det gode og det svære. Man kan hjælpe hinanden ved at lytte, høre hvordan andre håndterer tingene, og man kan få talt højt om nogle af de ting, man går og tumler med. Måske føler man, at man er alene i verden med sine tanker og problemer. I gruppen oplever mange, at der er andre der har det på samme måde.

Gruppen ledes af to frivillige gruppeledere, som er ordstyrere, sørger for pauser, aftaler i gruppen og emner for møderne. På den måde hjælper de gruppen med at skabe et sted, hvor der er rart at være for alle, og hvor alle bliver hørt og forstået.

### **Du kan deltage hvis du:**

- Har en autisme diagnose eller lignende udfordringer
- Er en pige i alderen ca. 12-15 år
- Har lyst og overskud til at indgå og fungere i en gruppe på 6-8 deltagere
- Vil dele dine erfaringer med andre, kan lytte og rumme det de andre fortæller

### **Tid og sted**

Gruppen mødes en gang om ugen i 8 uger. Gruppen mødes en fast hverdag, typisk kl. 16-18, og møderne finder sted i Frivilligcenter Aarhus' lokaler på Sønder Allé 33. Der er mulighed for at have en forælder med som støtte, dog vil forældre ikke deltage i møderne, men i stedet kunne vente uden for lokalet.

### **Tilmelding**

Man tilmelder sig ved at kontakte Selvhjælpstilbuddet på [selvhaelp@frivilligcenteraarhus.dk](mailto:selvhaelp@frivilligcenteraarhus.dk) eller telefon 60 54 58 37. Tilmelding skal foregå via en forælder/værge. Du bliver herefter inviteret til en forsamling sammen med en af dine forældre, hvor vi sammen finder ud af, om gruppen er det rigtige tilbud til dig.

Det er gratis at deltage i gruppen og kræver ikke visitation fra en sagsbehandler.

