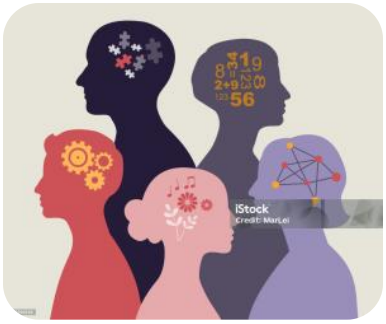


Groepssessies autisme en veerkracht. Van lotgenoot naar bondgenoot.

Type

Groepsaanbod

Startdatum

23/10/2026 - 04/12/2026

Locatie

Blokkestraat 29a, 8550 Zwevegem, Belgium (Groep Ubuntu)

Door

Mieke Vanoverberghe

Angelo Huyst (Externe partner)

Praktische info

Datums

23 oktober 2026 - 14:00 - 16:00

30 oktober 2026 - 14:00 - 16:00

13 november 2026 - 14:00 - 16:00

20 november 2026 - 14:00 - 16:00

27 november 2026 - 14:00 - 16:00

04 december 2026 - 14:00 - 16:00

Prijs

Prijs voor groepsaanbod:

-23 jaar = gratis

+23 jaar= 2,5 per sessie

Aantal sessies

6

Duur sessies

120

Voor wie

Volwassenen met autisme en normale begaafdheid die graag samen met anderen op zoek gaan naar wat veerkracht voor hen betekent.

Hulp bij

Autisme(spectrumstoornis), Stress, Eenzaamheid, Identiteit, Zelfbeeld, Zelfzorg

Bereikbaarheid

Rolstoel toegankelijk, Gratis parking

Inhoud

Als persoon met autisme heb je serieus wat veerkracht nodig in het dagelijks leven. In deze sessies willen we laten zien dat ook anderen met gelijkaardige thema's worstelen en hopen dat dit herkenning, begrip en kracht kan geven.
We gaan met maximum 8 deelnemers nadenken over wat veerkracht voor jou en voor anderen betekent. We onderzoeken het begrip veerkracht en we doen een aantal ervaringsgerichte oefeningen. We wisselen ervaringen uit en gaan op zoek naar concrete zaken die helpen in jouw leven. Thema's die aan bod kunnen komen, zijn onder andere: zelfbeeld, relaties, omgaan met autisme, beweging, gedachten, gevoel van druk,...
Samen werken in groep kan erg spannend zijn. We zetten er op in om een veilig klimaat te creëren waar iedereen zich goed kan voelen en waar je kan ervaren dat je niet alleen bent in het zoeken rond veerkracht. We gaan van lotgenoten naar bondgenoten. Voor de start van de sessies organiseren we een individueel kennismakingsgesprek om kennis te maken met jou en je krachten en te luisteren naar jouw vragen en verwachtingen.

Contact en inschrijven

E-mailadres

Therapiehuis@groepubuntu.be

Meer info op elpen.be

https://www.elpen.be/initiatieven/groepssessies-autisme-en-veerkracht-van-lotgenoot-naar-bondgenoot-2