



Limburgse Stichting Autisme

MAGASSINE

Driemaandelijks tijdschrift van de **Limburgse Stichting Autisme**
Jan - feb - maa 2021

Met je kind praten over Autisme

Hoe doe je dat?

Binnenkijken bij GIO

Het GIO-traject van Leon

Autitheek

Psycho-educatie voor kinderen

De beste wensen voor 2021!

Photo by [cottonbro](#) from [Pexels](#)

Alle gezinnen, op dit ogenblik in begeleiding op onze dienst, ontvangen deze nieuwsbrief. Wanneer de begeleiding afgerond is, kan men de nieuwsbrief verder ontvangen tegen betaling van 10 euro per jaar op rekeningnummer BE79 3350 0389 8032. Zowel een gezin met een jong kind, jongere of volwassene ontvangt deze nieuwsbrief met een diversiteit aan thema's en mededelingen. U leest wat voor u van toepassing is.



Limburgse Stichting Autisme

Limburgse Stichting Autisme

Donkweg 49

3520 Zonhoven

Driemaandelijks tijdschrift—jul - aug - sept 2020

V.U.: Limburgse Stichting Autisme

Bjorn Ramaekers —Donkweg 49—3520 Zonhoven

☎ 011/55 99 60

✉ LSA@wegwijs.stijn.be

i www.lsa.be

f facebook.be/limburgsestichtingautisme

INHOUDSOPGAVE

Welkom	4
In de kijker	6
Met je kind praten over Autisme	8
Hoe doe je dat?	
Autitheek	12
Psycho-educatie bij kinderen	
Binnenkijken bij GIO	14
Het GIO-traject van Leon	
Dagbesteding Vijverplein.....	17
Dagbesteding Kapelanij	18
En nu jullie	19
Slaapproblemen	
Anonieme getuigenis	
Kampen 2021.....	22
Ontspanning	23



WELKOM

VOORWOORD

Beste lezer,

Intussen hebben we het speciale jaar 2020 mogen afsluiten en kijken we met veel hoop en goesting uit naar wat 2021 zal brengen. Hoop dat we snel terug in een 'normale' wereld terecht komen en dat we weer alle dingen kunnen doen die tot vandaag niet mogen. Ik wens u en uw familie dan ook een normaal maar vooral gezond nieuwjaar!

2020 heeft ons op de proef gesteld en verplicht erg flexibel te zijn. Dat was zeker niet altijd gemakkelijk. Mondmaskers en telewerk werden verplicht. Videobellen geraakte ingeburgerd. Knuffelcontacten moesten aangeduid, afstand bewaard en handen ontsmet. Verplicht temperaturen en bezoek registreren. Het zijn maar een handvol dingen die veranderden het afgelopen jaar.

Onze medewerkers deden hun uiterste best om onze cliënten of bewoners zo maximaal mogelijk te ondersteunen, rekening houdend met alle beperkingen en regels, die dan ook nog eens om de haverklap veranderden, waardoor structuur en voorspelbaarheid bieden niet altijd mogelijk was. Maar samen zijn we er tot nu toe relatief goed doorgeraakt en we hopen dat we dit in de komende moeilijke maanden kunnen volhouden!

Ook als organisatie hebben we stappen vooruitgezet. Door de ervaringen die we hebben opgedaan met videobellen en chatten, hebben we geleerd

hoe waardevol deze instrumenten in het begeleidingswerk kunnen zijn. We zullen hier ook na de corona-pandemie op blijven inzetten. Daarnaast zijn we een nieuw traject gestart voor de dagbesteding in de Kapelanij en willen we tot een geïntegreerde werking komen met de dagbesteding in woonvorm Residentie Vijverplein. Meer en meer vloeien onze werkingen door elkaar en dat zal onze cliënten alleen maar ten goede komen. Ongetwijfeld zal 2021 nog wat Corona-moeilijkheden op ons pad gooien, maar ook daar zullen we doorgeraken. Daar heb ik alle vertrouwen in.

Verder zijn we hoopvol dat de minister in 2021, zoals recentelijk beloofd, zal inzetten op het wegwerken van de wachtlijsten, te beginnen met het toekennen van budgetten voor mensen in prioritaire groep 1. En dat we dit jaar een forse uitbreiding binnen het rechtstreeks toegankelijke mogen ontvangen. Intussen staan er meer dan 1.100 cliënten te wachten met wachttijden die oplopen tot bijna 5 jaar. Dit is werkelijk onhoudbaar. Hopelijk kunnen we dan eindelijk de weg inslaan naar een echt warm en zorgzaam Vlaanderen.

Ik wens u veel leesplezier!

Bjorn Ramaekers



LSA is gemachtigd om voor giften vanaf 40 euro een fiscaal attest af te geven. Vrijblijvend melden wij u dat giften gestort kunnen worden op rekeningnummer BE79 3350 0389 8133.

IN DEZE NIEUWSBRIEF

Op **pagina 8** van deze nieuwsbrief geven we tips over hoe je praat met je kind over autisme. Niet alle kinderen zijn immers op de hoogte van hun diagnose. Het is een langetermijnproject en elk kind verwerkt de informatie op zijn eigen tempo maar met de aangeboden tips kan je al een eind op weg.

Ook onze Autitheek is een bron aan informatie. Op **pagina 12** zetten we enkele boeken in de kijker rond het thema: psycho-educatie voor kinderen.

Globale Individuele Ondersteuning of kortweg GIO. Wat houdt dit in? Op **pagina 14** geven we inkijk in het verloop van een GIO-traject .

Onze residenten van Vijverplein hebben de krant gehaald. Op **pagina 17** kan je het artikel nalezen.

Verder stellen we nog even de dagbesteding in de Kapelanij voor op **pagina 18** en geven we ook het woord aan onze lezers op **pagina 19**.



Veel leesplezier!

IN DE KIJKER

In elke Magassine informeren we jullie over weetjes en gebeurtenissen over de dienst zelf, maar is er ook plaats voor nieuwigheden, kijk- of leestips, alsook jullie eigen inzendingen! Stuur jouw idee, oproep, tekening, talent... door naar LSA@wegwijs.stijn.be met vermelding van onze nieuwsbrief en we zorgen ervoor dat jouw inzending een plaats krijgt in Magassine!



1-2-GO stickers

Heeft je kind vaak zijn schoenen verkeerd aan of moet je telkens aangeven welke schoen aan welke voet moet?

Bij 1-2-go maken ze leuke stickers die kinderen helpen om hun schoenen correct aan te doen. Dit verlaagt de frustratie bij het kind en het verhoogt hun zelfstandigheid. Er is keuze uit stickers in verschillende thema's.



<https://www.1-2-go.be/>

Talent van een cliënt

Hallo allemaal!

Ik ben Niels (19 jaar) en naast student ben ik ook dj en producer onder de artiestennaam "BlueHertz".

Door corona kan ik helaas niet gaan draaien op fuiven in de buurt, maar dat houdt me niet tegen om met muziek bezig te zijn! Muziek betekent zo veel voor mij dat ik er mijn gevoelens in kan uitdrukken, maar ik kan je niet uitleggen welke gevoelens muziek mij geeft.

Mijn inspiratie haal ik meestal bij de ervaringen die ik opdoe bij de Chiro, waar ik leider ben. Luisteren jullie mee naar mijn nieuwste nummer, 'Help Me Breathe'?

Klik [hier](#) voor de SoundCloud van Niels of volg hem op [Facebook](#).

"Toen ik Niels vroeg waar het nummer 'Help Me Breathe' over ging, vertelde hij me dat hij dit enkel in zijn muziek kon uitdrukken. Dat vond ik zo mooi gezegd!"

Thuisbegeleidster van Niels



Online begeleidingen tijdens de lockdown

Tijdens de vorige lockdown (maart-juni 2020) werd even ons heel sociaal leven omgegooid. Face-to-face contacten konden bijna niet meer en moesten vervangen worden door digitale contacten.

Onze begeleiding werd daardoor enorm uitgedaagd, want 'in huis' komen was niet meer mogelijk. LSA en de andere thuisbegeleidingsdiensten autisme schakelden noodgedwongen om naar een digitale en telefonische ondersteuning. In sneltempo werden alle thuisbegeleiders klaargestoomd om van start te gaan met telefonische begeleidingen, beeldbellen via WhatsApp of Teams en de chat als alternatieve communicatietools voor cliëntcontacten.

De coronacrisis zette een beweging in gang die in normale omstandigheden een project van lange duur geworden zou zijn..

In deze factsheet geven we een overzicht van deze overschakeling naar digitale/telefonische ondersteuning:



We Go To Work: It's healthy to work!

In december werden wij officieel nieuwe partner van het outreach-project 'We Go To Work' van GTB, gesubsidieerd door het Europees Sociaal fonds (ESF). GTB (Gespecialiseerd Team Bemiddeling) helpt mensen met een beperking of gezondheidsprobleem om geschikt werk te vinden en te houden. Het doel van dit project is om de arbeidsmarkt te versterken en de werkgelegenheid te vergroten voor personen met een kwetsbaarheid in werken omwille van gezondheidshinder of arbeidsbeperking.

We bundelen onze krachten met GTB om burgers die momenteel geen betalend werk hebben en voor wie het bestaande aanbod geen (voldoende) duurzame oplossing biedt, te ondersteunen richting werk. GTB met zijn ervaring rond werk/opleiding voor personen met een arbeidsbeperking. LSA met zijn expertise omtrent autisme.

We doen dit vrijblijvend en drempelverlagend. De cliënt stelt de vraag en we werken samen, op maat en op het tempo van de cliënt. Dit houdt in dat de We Go To Work-medewerkers huisbezoeken doen bij de cliënten thuis, maar ook dat de GTB medewerker bijvoorbeeld zitdagen heeft op onze dienst. Voor de cliënt zijn deze sessies gratis.

Met je kind praten over autisme: hoe doe je dat?

Op het einde van een diagnostisch traject krijg je als ouder de diagnose van je zoon of dochter te horen. Echter, voor de kinderen, jongeren is er niet altijd een gesprek met de psycholoog of psychiater omtrent hun beperking.

Dit maakt dat niet alle kinderen op de hoogte zijn van hun diagnose. Sommige kinderen stellen zichzelf bepaalde vragen: “Mama, waarom kan ik niet zo goed vriendjes maken?” of “Ik word altijd boos en dat wil ik helemaal niet. Hoe komt dit?”. Ze voelen zich anders, merken dat ze niet hetzelfde zijn als anderen, maar weten niet hoe dit komt. Niet elk kind wordt in diezelfde mate geconfronteerd met zijn beperking. Afhankelijk van de ernst en de aard van de beperking zal het kind zich in meer of mindere mate vragen stellen.

Daarnaast uiten kinderen niet altijd hun gevoelens in taal, maar doen ze dit ook vaak in hun gedrag. Kinderen maken een verwerkingsproces door omtrent de beperkingen die ze ervaren. Wanneer we met hen in gesprek kunnen gaan over hun mogelijkheden en beperkingen, kunnen er veel leer- en groeimomenten ontstaan.

Het kind krijgt zelf zicht op wat het al goed kan, wat nog niet zo goed lukt en wat hulpmogelijkheden zijn. Hierdoor versterkt het zelfbeeld en leert het kind zichzelf beter kennen.

Veel ouders vragen zich af hoe ze hierop moeten reageren en in welke mate ze uitleg kunnen geven aan hun kinderen. We kunnen hier natuurlijk geen pasklaar antwoord op geven, maar proberen wel een aantal tips op een rijtje te zetten.



Photo by [Julia M Cameron](#) from [Pexels](#)

Pas je eigen taal aan zodat je kind het begrijpt

Binnen het autismespectrum zijn de vaardigheden op het gebied van taal erg verspreid. Sommige mensen met autisme praten niet, terwijl bij anderen de problemen op communicatief vlak zich op een subtiele wijze uiten.

Wat over het algemeen wel geldt, is dat personen met autisme nood hebben aan duidelijke, eenduidige communicatie. Daarnaast moeten we ook rekening houden met de leeftijd en het begripvermogen van het kind waaraan we de uitleg willen geven. Geef dus enkel informatie die het kind aankan en begrijpt. Doe dit zo eerlijk en concreet als mogelijk.

Het is vaak handig om onze verbale uitleg te ondersteunen met visuele hulpmiddelen. Er zijn ook heel wat boekjes die kunnen helpen bij de uitleg (zie rubriek Autitheeknieuws).

Ouders vragen zich vaak af of ze het woord autisme moeten gebruiken. Dit is erg persoonsgebonden en afhankelijk van de situatie. Kijk hier wat je kind aankan en begrijpt. Soms is het beter om andere, duidelijkere bewoordingen te gebruiken zoals: "Jouw hersenen werken op een andere manier", "Je denkt wat anders dan andere mensen" of "Je begrijpt de wereld op een andere manier".

Een handig hulpmiddel hierbij kan zijn dat je de woorden van je kind zelf gebruikt. Op deze manier gaat het een betere link kunnen leggen tussen wat je als ouder wil vertellen en wat het zelf ervaart. Zegt je kind bijvoorbeeld vaak dat zijn hoofdje vol zit, gebruik dan dit in je uitleg over autisme. Je kan hier bijvoorbeeld een hoofd tekenen en alle prikkels die binnenkomen als pijlen visualiseren en op deze manier de stroom aan informatie weergeven waardoor het kind een vol hoofd krijgt. Wanneer je kind een uitgesproken interesse heeft, kan je deze ook gebruiken bij je uitleg.

Hou ook rekening met de beperkte informatieverwerking van mensen met autisme. Dit maakt dat ze maar beperkte hoeveelheden informatie aankunnen en dat het vaak langer duurt vooraleer het effectief 'verwerkt' is.

Dit maakt dat je het best informatie gedoseerd aanbiedt en afcheckt in welke mate de informatie doorgedrongen is. We merken dat kinderen niet altijd direct met vragen komen, maar dat deze vragen pas later komen wanneer alle informatie verwerkt is. Het is dus belangrijk dat je kind weet dat het later nog bij jou terecht kan met vragen of opmerkingen.

Gebruik concrete situaties/voorbeelden en leg deze uit

Om de uitleg concreet te maken, is het gebruik van dagelijkse situaties heel erg handig. Je kan dit op verschillende manieren doen. Een dagboekje bijhouden met voorbeelden van het concrete gedrag van je kind kan helpen om deze dan achteraf te bespreken en dan te plaatsen binnen het autismespectrum. Bijvoorbeeld: je merkt dat je kind altijd vraagt wat jullie gaan doen, wanneer, hoe lang, ... Je kan dan aan je kind uitleggen dat hij graag voorspelbaarheid heeft vanwege zijn autisme. Alles moet duidelijk zijn in zijn hoofd, anders is er chaos.

Daarnaast kan je in het dagelijkse leven korte gesprekjes aangaan tijdens een activiteit. Wanneer je bijvoorbeeld in de winkel bent en er zijn veel verschillende geluiden te horen en veel visuele prikkels te zien, kan je hierover praten met je kind. Wat vindt het lastig, wat stoort of net niet, ...? Deze onderwerpen bespreken wanneer ze zich in het dagelijks leven voordoen, heeft het grote voordeel dat je kind beter gaat begrijpen wat je bedoelt en dat de informatie dan beter blijft hangen.

Je kan dit ook doen met situaties die zich voordoen. Een gezelschapsspel spelen draait soms uit in ruzie en je kind met autisme dat boos is. Wanneer zijn gevoel is gaan liggen, kan je deze situaties ontleden en samen bekijken hoe het kwam dat hij boos werd: iemand volgde de regels niet en dat was moeilijk. Je kan dit dan zo benoemen: "Het is voor jou zo belangrijk dat iedereen eerlijk speelt, dat je lijf er superveel stress van krijgt als dat niet zo is en dat je hierdoor erg boos wordt." Op deze manier kan je het bespreekbaar maken, kaderen binnen zijn autisme en bekijken hoe het er de volgende keer anders mee om kan gaan.

Geef ruimte aan gevoelens van het kind

Met je kind praten over zijn beperkingen kan voor veel gemengde gevoelens zorgen, zowel bij jezelf als bij je kind. Praat ook hierover. Laat je kind weten dat alle gevoelens er mogen zijn, zowel opluchting als verdriet of woede.

Ze hebben het recht om boos te worden, bang te zijn, ... Geef ook je eigen gevoelens weer aan je kind, want het is voor hen vaak moeilijk om te weten wat er in de andere persoon omgaat. Als je kind plots verdrietig wordt omdat het iets heeft meegemaakt wat voortkomt uit zijn autisme, geef dan erkenning en bevestiging.

Op deze manier laat je aan je kind blijken dat je openstaat voor communicatie over gevoelens en dat het altijd bij jou terecht kan.



Photo by [Jordan Whitt](#) on Unsplash

Praat over de krachten van je kind met autisme

Ouders aarzelen soms om het gesprek aan te gaan over autisme omdat ze er niet meteen een etiketje op willen plakken. Ze denken dat hun kind dan enkel nog maar de diagnose is. Dit is natuurlijk niet zo. Elke persoon bestaat uit vele facetten, het autisme is daar maar een klein stukje van.

Het is daarom belangrijk om niet alleen te praten over wat niet goed lukt of wat je kind niet goed kan, maar ook over wat het wel goed kan. Vaak denken mensen dan aan talenten, maar het gaat over zoveel meer. Zoek wat je kind kracht geeft, bijvoorbeeld iets wat het heel leuk vindt om te doen, specifieke interesses of hobby's die ze hebben. Deze activiteiten zorgen voor een positieve sfeer en kunnen helpen om moeilijke momenten te doorbreken. kinderen meer zaken zelfstandig te kunnen en om hun zelfbeeld weer te vergroten.

Er valt heel wat te zeggen over uitleg geven over autisme aan je kind, maar heel belangrijk om te weten is dat dit een langetermijnproject is. Het heeft tijd nodig. Het is een proces waarbij elk kind in zijn eigen tempo de informatie verwerkt. Soms lukt dit vlot, soms niet.

Merk je tijdens dit proces dat je als ouder vastloopt en je kind baat heeft bij professionele hulp of ondersteuning, bekijk dan wat de mogelijkheden zijn. Er zijn heel wat diensten en personen die kunnen ondersteunen bij dit thema: auticoach, ondersteuner op school, thuisbegeleidster, psychiater, ...



AUTITHEEK

Psycho-educatie voor kinderen

In onze autitheek vinden jullie aardig wat boeken rond het thema 'psycho-educatie' voor je kleuter, lagereschoolkind of opgroeiende puber. We laten jullie even meekijken naar bepaalde boeken die we in de autitheek terugvinden.

Misschien geeft het jullie wat inspiratie en een duwtje in de rug om ermee aan de slag te gaan. Nieuwsgierig en op zoek naar nog meer materiaal? Neem dan een kijkje op www.lsa.be/autitheek.



Gewoon een beetje anders dan de rest.

Dit lees- en verwerkingsboek wil een kind met autisme en zijn/haar naaste omgeving op verschillende manieren tot meer (zelf) inzicht brengen. Het verhaal over Stan geeft een inkijkje in het dagelijks leven van een kind met autisme.

Daarnaast stimuleren de reflectievragen op een ongedwongen manier een gesprek tussen het kind en een volwassene. Uniek en compleet (voor)leesboek dat autisme bespreekbaar maakt voor kinderen van ongeveer 6-12 jaar en hun omgeving.

Ik en autisme

Dit boek bevat informatie, opdrachten, tips en spelletjes die samen met het kind met ASS gemaakt kunnen worden. Het is dus een interactief boek waarbij je samen met het kind kan zoeken welke stukjes van ASS bij hem passen.





Autisme in mij - Een interactief informatieboek

In dit interactieve boek kunnen jongeren meer over 'hun' autisme te weten komen, door aan te geven welke informatie bij hen past. De opdrachten, tips en voorbeelden zijn bedoeld om hen meer inzicht te verschaffen in de manier waarop autisme bij hen tot uiting komt. En op welke manier zij er het beste mee kunnen omgaan. Daarnaast is 'Autisme in mij' uitstekend geschikt om ouders, familieleden, studenten en professionals kennis te laten maken met autisme bij jongeren.

Mick

Mick is een voorleesboekje over ASS voor de allerjongsten. Met behulp van dit boekje kan de volwassene op een eenvoudige wijze ASS uitleggen aan het kind zelf, zijn broertje of zusje, maar ook aan zijn leeftijdsgenootjes. Na het lezen van dit boekje kan het gedrag van het kind met ASS gekoppeld worden aan Micks verhaaltjes.



Teddy heeft autisme en Pien rode krullen



Teddy heeft ASS en Pien wil alles weten over ASS. Dit is het uitgangspunt van dit boek. Het is vooral bruikbaar voor kinderen tussen 8 en 12 jaar. Al de grote thema's die bij ASS horen komen aan bod: werking van de hersenen, sensorische integratie, verschillen tussen jongens en meisjes, sociale situaties en communicatie, ... Je vindt duidelijke prenten terug die de uitleg visueel ondersteunen. Het is ook bruikbaar als werkboek: na elk hoofdstuk kan het kind, als het dat wil, tekenen of schrijven wat voor hem/haar belangrijk is. Dit maakt dat je op het einde een samenvatting hebt voor het kind van 'zijn ASS'.

De wereld van Luuk

De wereld van Luuk is een verhaal voor kinderen van ongeveer 6 tot 10 jaar met ASS. Er is een korte inleiding over het thema ASS. Daarna volgt het verhaal van Luuk. We leren Luuk en zijn wereld kennen vanuit de verschillende invalshoeken van het autisme: via zijn (vreemde) verzamelingen, via zijn angsten en zijn onvermogen om met Sylvie samen te spelen. De moeder van Luuk speelt een belangrijke rol bij de begeleiding van Luuk, bij het uitleggen van zijn problemen en bij het laten ervaren van zijn bijzonder-zijn.



Binnenkijken bij GIO

Het GIO-traject van Leon

Algemeen

Binnen GIO wordt ondersteuning geboden aan kinderen van 0 tot 7 jaar met (een vermoeden van) autisme en de betrokken kinderopvang en/of (kleuter)school. Het is een kortdurende ondersteuningsvorm (maximaal 30 uur) waarbij onze begeleid(st)ers hun aanpak afstemmen op de specifieke noden van het jonge kind binnen de kinderopvang, kleuterklas en/of het eerste leerjaar. We helpen begeleiders/leraren naar een autismevriendelijke aanpak en leren hen hulpmiddelen in te zetten in de opvang/klaspraktijk. Daarnaast kan er ook individueel met het kind gewerkt worden, bijvoorbeeld rond bepaalde sociale aspecten. Deze ondersteuningsvorm is bovendien volledig gesubsidieerd en dus kosteloos voor de betrokken partijen.

In wat volgt schetsen we in een notendop het GIO-traject van Leon. Hij is vijf jaar en zit in de derde kleuterklas.

Van aanvraag tot intake

Leon wordt aangemeld door zijn mama. Onze secretariaatsmedewerkers stellen haar enkele vragen en mama wordt gevraagd om ook de school te informeren over de aanmelding. We vinden het namelijk belangrijk dat beide partijen hun goedkeuring voor GIO geven. Zodra er een GIO-begeleider wordt toegewezen voor de begeleiding van Leon, neemt hij/zij opnieuw contact op met de ouders en de betrokken kleuterschool voor een intakegesprek. Het gesprek vindt plaats op school. Zowel de ouders van Leon als de (zorg)juf zijn aanwezig.

Doelen op maat

Er zijn zeven modules waar we binnen GIO rond kunnen werken, namelijk 'inzicht in autisme', 'structureren van de leeromgeving', 'communicatie en interactie', 'emoties en gedrag', 'adaptieve vaardigheden', 'spel en vrije tijd' en 'transitie-overgang'.

Na de intake komt de GIO-begeleider gedurende drie uurtjes in het klasje observeren. Ze focust hierbij op het gedrag van Leon tijdens de verschillende lesfasen. Nadien volgt er een gesprek met de juf, waarin de GIO-begeleider samen met haar de doelen bepaalt. Zo wordt duidelijk waar er binnen dit GIO-traject aan gewerkt zal worden. Ze komen samen tot een vijftal doelen. In dit artikel bespreken we er drie. Zo zullen we een prikkelarm hoekje in de klas creëren, leren we Leon om vrije momentjes in de klas in te vullen en zullen we de juf *psycho-educatie* autisme geven. Hierbij geven we de juf uitleg over autisme en reiken we haar handvatten aan om met de diagnose om te gaan in de klas.

Aan de slag!

Wanneer de doelen bepaald zijn, kunnen de eigenlijke GIO-sessies plaatsvinden, waarbij zowel met het kind als met de leerkracht gewerkt wordt. Allereerst wordt ingezet op het verwerven van inzicht door de juf in het autisme van Leon. Er wordt een basisuitleg over autisme gegeven, we koppelen dit terug aan bepaalde gedragingen die Leon stelt, we geven boekentips, ... Op deze manier willen we ervoor zorgen dat de juf het gedrag van Leon beter leert begrijpen en haar aanpak hierop afstemt.

Omdat Leon in zijn gedrag aangeeft dat de prikkels van het klasgebeuren hem regelmatig te veel worden, zullen we binnen de GIO-uren een prikkelarm hoekje inrichten. De school van Leon beschikte reeds over een ei-stoel van IKEA, ideaal voor Leon om tot rust te komen. We plaatsen het ei in een rustig hoekje, voegen wat kussens en/of dekens toe, ... Aan de hand van picto's leggen we Leon uit dat hij hier tot rust kan komen. De juf verwijst hier nu actief naar en ook Leon neemt hier vanzelf plaats wanneer de prikkels hem even te veel zijn geworden. Hij trekt dan de witte kap naar beneden en zondert zich eventjes af van het klasgebeuren. Nadien is hij weer helemaal klaar om mee te doen met de groep!



Om tijdens het maken van werkjes in de klas minder snel afgeleid te worden door geluidsprikkels in zijn buurt, raden we aan een geluiddempende koptelefoon aan te schaffen. En wat een succes! Waar Leon eerder zijn oren bedekte met zijn handjes wanneer het te druk werd, neemt hij nu vanzelf de koptelefoon en werkt hij geconcentreerd zijn taakje af.

Daarnaast dwaalt Leon vaak rond in de klas. Hij gaat kijken waar andere kindjes mee spelen, neemt dan zelf even iets en dwaalt vervolgens weer verder. Er is ook zoveel om mee te spelen! Om Leon te helpen kiezen voor een spelactiviteit, maken we foto's van zijn lievelings speelgoed. We maken er kaartjes van, plastificeren deze en leren de juf hoe ze dit hulpmiddel kan inzetten in de klas. De juf toont tijdens elk spelmoment enkele kaartjes aan Leon, zodat hij hieruit kan kiezen. Leon begrijpt nu beter welk spelaanbod er is in de klas en gaat nu veel sneller aan de slag!



ERVARING VAN LEERKRACHTEN EN OUDERS

Klasleraar: "Bedankt om de planning en aanpak zo gedetailleerd door te spelen aan ons. Ik ben ervan overtuigd dat dit zowel voor X. als voor onze leerkrachten zeer zinvolle sessies gaan worden!"

Zorgleerkracht: "Bedankt voor alles wat je doet!"

Ouder: "Nogmaals merci voor vandaag! Voor ons is het heel veel waard, de bijdrage die jullie geven!"

Ook interesse in het GIO-project? Ouders, de kinderopvang of de school kunnen een aanvraag doen voor GIO. Belangrijk hierbij is dat beide partijen op de hoogte zijn en akkoord gaan met de aanvraag. Stel uw vraag telefonisch via 011 55 99 60 of per mail via LSA@wegwijs.stijn.be

N.v.d.r.: We maakten gebruik van fictieve namen om de anonimiteit van onze cliënten te respecteren.



**GLOBALE INDIVIDUELE
ONDERSTEUNING**

Ondersteuning van jonge
kinderen met autisme
in de kinderopvang
en (kleuter)klas


Limburgse Stichting Autisme

RTH thuisbegeleidingsdienst voor personen met ASS
Donkweg 24, 3520 Zonhoven
011 55 99 60 - LSA@wegwijs.stijn.be
www.lsa.be

VIJVERPLEIN

In het Belang van Limburg

Neos Oudsbergen verrast leden met geschenk

Omdat in er deze moeilijke tijden geen of weinig activiteiten mogelijk zijn, verraste het bestuur van Neos Oudsbergen haar leden met een bezoek en een geschenk.



Hierdoor willen ze zoveel mogelijk het contact onderhouden. **De residenten van Vijverplein** pakten 80 flessen wijn in en voorzagen het pakje van een mooi kaartjes. Voor de volwassenen met ASS (Autisme Spectrum Stoornis) was dit een geschikte dagbesteding buiten andere activiteiten zoals crea, houtbewerking, bakken en semiwerk. Ze zijn nog op zoek naar verenigingen, winkels, bedrijven en anderen waarmee ze kunnen samenwerken. Ze helpen graag bij inpakwerk, plooiwerk, briefwisseling, liefst zonder tijdsdruk. Vanuit de dagbesteding in residentie Vijverplein bedankten ze Neos Oudsbergen voor de fijne opdracht die ze mochten uitvoeren. Het bestuur anderzijds is erg tevreden met hun initiatief, hierdoor sloegen ze twee vliegen in een klap.

KAPELANIJ

Dagbesteding de Kapelanij
heeft nog plekjes vrij!!!



De Kapelanij is een brasserie gelegen in Zutendaal waar vanuit de Limburgse Stichting Autisme een dagbesteding wordt aangeboden voor personen met ASS. Op ieders maat wordt er een takenpakket uitgewerkt en kan er onder begeleiding geholpen worden in de keuken en de bediening.

In de keuken wordt er geholpen bij het wassen en snijden van groenten, gerechten klaarmaken en het dresseren van borden, de afwas en het proper houden van de keuken. In de bediening behoort het opnemen van bestellingen en het bedienen van de klanten tot het takenpakket. Verder zijn er ook algemene taken zoals bijvoorbeeld het strijken van handdoeken, onderhoud van het terras, indraaien van bestek en flesjes sorteren.

Ieders takenpakket wordt op maat opgesteld. Regelmatig wordt dit door de begeleiding en het personeel van de Kapelanij geëvalueerd en bijgestuurd indien nodig. Op regelmatige basis worden hiervoor gesprekken met de deelnemers georganiseerd.

Personen met een diagnose ASS kunnen vanaf 16 jaar terecht in onze werking indien zij beschikken over middelen voor dagbesteding binnen rechtstreekse of niet rechtstreekse hulpverlening (RTH of PVB).

Ben je geïnteresseerd of heb je vragen? Aarzel dan niet om contact met ons op te nemen voor een vrijblijvend kennismakingsgesprek en een rondleiding. Hiervoor kan je terecht op het nummer 0477/90 83 05 of mail naar Lsa.dagbesteding@wegwijs.stijn.be.

EN NU JULLIE

Lou heeft altijd moeite gehad met slapen en in slaap te vallen. Sinds hij een verzwaringsdeken heeft, gaat het veel beter. Zijn mama, Lobke, vertelt.

Slapen, het is geen evidentie voor Lou. Vroeger lag hij nog uren wakker. Te lachen, gibberen, liedjes zingen, ... alles behalve slapen. En rond 23 uur viel hij dan eindelijk in slaap, om dan om 5 uur weer wakker te worden. Veel te weinig slaap dus voor een klein ventje.

Toen werd er beslist om melatonine op te starten en dat zorgde er al voor dat hij niet meer zo heel lang wakker lag, maar hij werd nog steeds heel vroeg wakker.

Anderhalf jaar geleden kregen we ons verzwaringsdeken aan voor Lou. We hadden eentje van 6 kg besteld. En dan denk je: "Oh 6 kilo, dat valt wel mee!" Maar dat is echt zwaar. En Lou vindt het heerlijk. Ik zag hem direct ontspannen toen ik het de eerste keer op hem legde. Geen protest! Wat wel vaak voorkomt bij nieuwe dingen. Hij slaapt sindsdien sneller in én hij slaapt 's morgens ook langer! Hij is nu gemiddeld rond 6 uur wakker in plaats van rond 5 uur.

Ik heb ook de indruk dat hij nu vaster slaapt en dus een betere slaapkwaliteit heeft. Als ik vroeger nog eens ging piepen, dan werd hij gegarandeerd wakker. Nu knort hij lekker door.

Ook op vakantie gaat zijn deken mee. Dat hoort er nu gewoon bij. En hij wil echt niet meer zonder slapen. Want als het heel warm is in de zomer en ik het niet op hem leg, dan wijst hij er toch naar dat hij het op zich wil hebben.

En ik kan er ook wel in komen dat het zalig voelt. Geborgen, stevig, als een dikke knuffel. Het zorgt ervoor dat hij dat drukke lijfje beter kan ontspannen en de prikkels van de dag beter kan verwerken.

Voor Lou hebben we een deken van 100x140 cm en 6 kg aangekocht bij De Zolderkamer. Het was een gok om aan te kopen. Want we hebben al zoveel dingen voor hem gekocht die dan niet bekeken werden. Maar dit is echt wel een topaankoop geweest!



Anonieme getuigenis

Deze namiddag huilend thuis gekomen van bij de dokter. Op zich goed nieuws: Gezonde bloedwaarden. Mijn permanent verhoogde hartslag heeft een puur mentale oorzaak, genaamd parentale burn-out. Tot hier toe helemaal akkoord. Mijn 2 auti-meiden vragen namelijk tonnen veerkracht van mij, en die is nu eventjes zoek. Maar...

Hij trakteerde me vervolgens op een - op zich heel onschuldig en goed bedoeld - opvoedkundig advies. Het was best lang geleden dat ik deze nog eens op mijn bordje kreeg: "Je moet gewoon wat strenger zijn en hen consequenter op straf zetten. Dan wordt het sowieso rustiger thuis en kan jij je wat beter ontspannen." Ja hoor, daar gingen we weer... Na een strijd van meerdere jaren om familie en vrienden te overtuigen dat het thuis niet altijd zo makkelijk loopt, leek ik weer onderaan de ladder te staan. Het voelde als een steek recht in mijn hart.

Het raakte me zo diep, dit te moeten aanhoren na 2 intense jaren op het KPC, wroeten en zoeken naar een opbouwende aanpak, waarbij we steeds het kind "ontvangen" voordat we bijsturen, rekening houden met hun extreme sensorische gevoeligheden en dwangmatige regressie als ze in mijn buurt komen. Dit wéér eens te moeten slikken, na een quasi totale inperking van mijn vroegere expressieve en uitbundige "ik", naar een stille, altijd rustige en beheerste mama, die met een lage stem spreekt, die haar kinderen nooit aanraakt zonder eerst toestemming te vragen, die niet mag zingen of piano spelen wanneer ze daar behoefte aan heeft, ondanks het feit dat dit eigenlijk ook haar job is, die zelfs oplet wanneer ze wel of niet naar hen KIJKT...



Foto door [Kat Jayne](#) via [Pexels](#)

Vanbinnen schreeuwde ik het uit, maar ik zei gewoon: "Ja, ik zal het eens proberen". En met deze zin zonk de moed me in de schoenen. Het doet zoveel pijn om telkens die ongelijke strijd te moeten aangaan tegen dergelijke opmerkingen, om in woorden tekort te schieten bij mijn 629ste uitleg dat "gewoon" op straf zetten niet lukt, dat we dat echt wel al meer dan genoeg hebben geprobeerd, dat er misschien toch wel een reden is waarom mijn meisjes al meer dan een jaar dagbehandelingen krijgen in een psychiatrisch centrum. En vooral... dat het echt klopte is om steeds in het hoekje geduwd te worden van pessimistische, falende mama.

"Want het valt toch allemaal wel mee, zo erg is het niet."

...

"Misschien ligt het eerder aan hoe jij met hen omgaat?"

...

"Elk jong gezin maakt toch zo'n momenten mee?"

...

"Maak je geen zorgen, die van mij doen ook zo, dat wil niets zeggen."

...

"Bij mij doen ze zo niet"

...

Natuurlijk zou ik niets liever willen dan alleen maar genieten en trots zijn op mijn fantastische dochters. Het zijn 2 prachtexemplaren, met een goed stel hersenen, veel humor en een waaier aan hobby's die ze met de grootste overtuiging doen. En ik weet dat ik hen het beste ken, op alle vlak, dat ik diegene ben bij wie ze "hun volle hoofdje kunnen leegmaken" en dat ik uiteindelijk diegene ben bij wie ze rust vinden, geen theater moeten spelen en zichzelf kunnen zijn.

Laat mij dan maar mezelf een beetje verliezen. En ja, laat mij dan maar even te mild zijn, rollende ogen en schuine blikken uit de omgeving inbegrepen. Ze komen wel terecht. En niemand zal me leren om hen alle liefde en warmte te geven die ze verdienen. Want daar faal ik nu even niet in.

BEDANKT

Rotary Club Zonhoven

Een super bedankt aan de Rotary Club Zonhoven voor onze derde snoezelkoffer!



KAMPEN 2021

Met overnachting

– 2021 –

Kampen met overnachting

voor kinderen met autisme en een normale begaafdheid

THEMAKAMPEN ism JONGE HELDEN

- 1 – 7 AUGUSTUS **spetterend spelkamp** 10 – 12 jarigen
- 8 – 14 AUGUSTUS **zomers zeekamp** 13 – 15 jarigen

TECHNIEKKAMPEN ism AYFA

- 8 – 14 AUGUSTUS **techniek magnifiek** 10 – 12 jarigen
- 8 – 14 AUGUSTUS **trickx & technix** 13 – 15 jarigen

SPORTKAMPEN ism SPORT VLAANDEREN

- 12 – 16 APRIL **move & more** 11 – 13 jarigen
- 26 – 30 JULI **buitengewoon avonturenkamp** 12 – 14 jarigen

LIGA AUTISME VLAANDEREN

JONGE HELDEN

ayfa

SPORT VLAANDEREN

LIGA AUTISME VLAANDEREN

LIGA AUTISME VLAANDEREN

Sinds 2018 organiseert de Liga Autisme Vlaanderen kampen voor kinderen met autisme en een normale begaafdheid, in samenwerking met een jeugdwerkpartner.

WAT MAAKT ONZE KAMPEN UNIEK?

- kleine kampgroepen (max. 20 deelnemers in totaal) + subgroepjes voor de activiteiten
- kleine kamers (bv. 1 tot 4 bedden)
- voldoende begeleiders (1 begeleider voor 2 kinderen)
- alle begeleiders hebben kennis van autisme
- het weekprogramma ligt van A tot Z vast en wordt op voorhand aan de deelnemers bezorgd



- de kamplocatie is enkel ter beschikking voor ons kamp (dus niet voor andere groepen)
- er wordt zoveel mogelijk rekening gehouden met de individuele noden van het kind op basis van een uitgebreide vragenlijst en een huisbezoek bij elke deelnemer

DEELNAMEVOORWAARDEN?

- diagnose autisme met een normale begaafdheid
- de begeleiding door de thuisbegeleiders wordt geregistreerd als Rechtstreeks Toegankelijke Hulp van het VAPH. Op onze website vind je meer info hierover.
- de beslissing om in te schrijven voor één van onze kampen neem je samen met jouw kind



MEER INFORMATIE?

- Alle info over onze kampen vind je op: www.ligaautismevlaanderen.be
- Bij vragen kan je ons bereiken op: info@ligaautismevlaanderen.be

LIGA AUTISME VLAANDEREN

Brusselsesteenweg 375
9090 Melle

0492 23 41 46

info@ligaautismevlaanderen.be
www.ligaautismevlaanderen.be

Burgerlijke maatschap

IBAN BE64 7370 4815 1752
BIC KREDBEBB

Voor meer info: <https://www.ligaautismevlaanderen.be/wat-doen-wij/kampen/onzekampen/>

Inschrijvingsdata en voorwaarden:

<https://www.ligaautismevlaanderen.be/wat-doen-wij/kampen/inschrijven/>

ONTSPANNING

Kleurplaat





Limburgse Stichting Autisme

Donkweg 49 • 3520 Zonhoven
011/ 55 99 60 • LSA@wegwijs.stijn.be
www.lsa.be

facebook.be/limburgsestichtingautisme