

Mededelingen:

Heeft u bepaalde onderwerpen die u graag in de nieuwsbrief zou willen lezen, of ervaringen die gedeeld mogen worden dan kunt u deze mailen naar

n.vandeweitgraven@abhetspectrum.nl

Bijlagen:

- Introductie folder lezing Annalies Spek
- Kunstfotograaf Richard Westerhuis

Introductie

Graag willen we de nieuwsbrief aan u introduceren!

Via deze nieuwsbrief willen we u op de hoogte brengen

Van de bewegingen in onze organisatie en daarnaast willen we u informeren over de activiteiten omtrent autisme.



Van de directie:

Voor u ligt de eerste externe nieuwsbrief van AB Het Spectrum. Vanuit onze achterban is naar voren gekomen dat er behoefte is aan een nieuwsbrief waarin de ontwikkelingen van AB Het Spectrum worden vermeld en waarin ook aandacht is voor algemene ontwikkelingen op het gebied van ondersteuning voor mensen met een Autisme Spectrum Stoornis.

Verderop in deze nieuwsbrief kunt u lezen over onze fysieke inspanningen. Er gaat verhuist worden naar een nieuw kantoorpand in Amersfoort. Op die locatie zal in mei een unieke training starten waarbij behandeling en boksen wordt gecombineerd en welk fantastisch effect dit kan hebben bij kinderen en jongeren.

Vanuit de directie gaat er momenteel veel aandacht uit naar de voorbereiding voor de nieuwe wetgeving AVG. Wij doen ons uiterste best om binnen de gestelde termijn aan deze wetgeving te voldoen. De komende weken gaat u meer informatie over dit onderwerp van ons ontvangen.

Graag sluit ik af met een quote die ik onlangs tegen kwam:

Een diagnose bepaalt niet wie ik ben,

Een diagnose zorgt ervoor dat je een paar dingen over mij beter kunt begrijpen.

Maar zoals iedereen, ben ik mijn eigen unieke zelf.

Hartelijke groet,

Judith Meerding

De verhuizing

Het hoofdkantoor van AB Het Spectrum is te klein geworden. Om die reden zoeken we al enige tijd naar een nieuwe ruimte. Nu we die hebben gevonden wordt er druk verbouwd om het aan onze wensen aan te passen. Op onderstaande foto's een korte impressie. In een volgende nieuwsbrief zullen we u op de hoogte stellen van de verhuisdatum.

Nijverheidsweg Noord 123-127 te Amersfoort.



Emotieregulatie en weerbaarheidstraining

Emotieregulatie en weerbaarheidstraining met inzet van boksen!

Half mei start er een nieuwe training bij AB Het Spectrum!

Een training waarin uw kind leert meer controle te krijgen over emoties. Emoties, gedachten en gedrag beïnvloeden elkaar. Om die reden is het van belang dat emoties gereguleerd kunnen worden. Wanneer je gevoelig bent voor emotionele prikkels, kunnen je emoties in bepaalde situaties hoog oplopen. Hierdoor kun je explosief of juist terughoudend gedrag vertonen, zoals boze uitbarstingen, verlies van impuls controle of een grote onzekerheid.

tijdens de sessies gaan de deelnemer meer verbinding met zichzelf maken door te boksen. Binnen een aantal sessies hopen we op meer inzichten in gedrag, houding, emoties. Uw kind leert gelijk steviger te staan en te ademen, door de basis van het boksen te leren.

De volgende aspecten komen aan bod tijdens de training:

Hoe kom ik over: stevig staan, contact, manier van spreken

Vragen: wanneer je iets wilt

Zeggen: wanneer je iets niet leuk vindt of hulp nodig hebt.

Gevoelens: inzicht in hoe de ander zich voelt, vriendelijk reageren

Positief denken: negatieve gedachten omzetten naar helpende gedachten

Nee-zeggen: voor jezelf opkomen als je iets niet wilt

Reageren op nee: Nee accepteren van de ander.

Ontspannen: Rustig worden as je bang, boos of verdrietig bent

Boosheid uiten: omgaan met teleurstelling, Frustratie

Sociale vaardigheden: Meer inzicht in sociale situaties en handig reageren

Start Half mei starten de eerste groepen, dinsdags van 19.00 uur tot 21.00 uur voor de leeftijdscategorie 13 tot en met 17 jaar en vrijdags van 16.00 uur tot 18.00 uur voor de leeftijdscategorie 8 tot en met 12 jaar. De groepen zullen bestaan uit maximaal 6 deelnemers.

- Dinsdag 15 Mei 19.30 uur – 21.30 uur 13 tot en met 17 jaar
- Vrijdag 18 Mei 16.00 uur – 18.00 uur 8 jaar tot en met 12 jaar
- Duur 10 weken, afsluiting maandag 16 Juli

Aanmelding

voor de training is een verwijzing van de huisarts of een beschikking via de gemeente nodig. Zodra er een beschikking is wordt uw kind op de lijst gezet.

Gegevens verwijzing huisarts

Gooi en Vecht

ambulante jeugdhulp, jeugdhulp 1 45A48

Noordwest veluwe

Basis ggz interventie niveau 1

Eemland

Specialistische jeugd ggz, interventieniveau 1, code 54000

Kunstofograaf Richard Westerhuis

Kunstofograaf Richard Westerhuis maakt portret foto's van mensen in hun kwetsbaarheid. Hij geeft gezicht aan mensen met hun beperking of stoornis en fotografeert hen hoe ze op dat moment zijn. De fotograaf vindt dat in onze samenleving er nog altijd wordt neergekeken op mensen met een stoornis of beperking en wil benadrukken met zijn foto's dat we allen mens zijn en in principe niet veel van elkaar verschillen.

In de bijlage van deze nieuwsbrief is een impressie van zijn foto's zichtbaar. Mocht er interesse zijn voor deze fotograaf dan kunt u dat bij uw begeleider doorgeven.

Vacatures:

Binnen AB Het Spectrum zijn we nog op zoek naar nieuwe collega's. De volgende vacatures hebben wij openstaan:

- **Vacature Casemanager Harderwijk**
- **Ervaren Ambulant begeleiders. (Amersfoort, Hilversum en Nijkerk)**
- **Ervaren Casemanagers**
- **Ervaren Ambulant begeleiders Almere.**



Voor informatie omtrent de verschillende functies kunt u onze website : www.abhetspectrum.nl bezoeken.

Mocht u zelf of iemand in uw omgeving interesse hebben dan kunt u een sollicitatie met c.v. sturen naar info@abhetspectrum.nl