



TERVETULOA

sunnuntaisin klo 15-18

tapaamaan muita autismikirjo / ADHD henkilöitä ja heidän perheitään Riihimäelle (Öllerinkatu 5).

Kahvikupposen äärellä tutustutaan rennosti toisiimme ja jutellaan!

Syksyn 2017 sunnuntai-iltapäivien alustava ohjelma, mikä elää osallistujien toiveiden mukaan...

- 3.9. Keskustelua ryhmän säännöistä, toiminnasta. Uusinta tutkimustietoa autismikirjohäiriöistä
- 17.9. Autismikirjo- ja ADHD-häiriöiden itsehoito
- 1.10. Autismikirjo henkilöiden voimavarat
- 15.10. Keskustelua pimeän vuodenajan vaikutuksesta arjessa
- 29.10. Itsen suhde sosiaaliseen ympäristöön ja ratkaisut sosiaalisiin vaikeuksiin
- 12.11. Keskustelua autismikirjo- ja ADHD-henkilöiden mielenterveydestä ja siihen vaikuttavista asioista
- 26.11. Musiikin merkitys itselle, levyraati
- 10.12. Keskustelua joulun ajan merkityksestä itselle sekä kevään ryhmätoiminnan odotuksista.

Ryhmään ovat tervetulleita kaikki, joita autismikirjo- tai ADHD-häiriöt koskettavat joko omassa elämässä tai jonkun läheisenä. Tervetuloa osallistumaan toimintaan, vaikka sinulla ei olisikaan autismikirjo- tai ADHD-diagnoosia, jos koet hyötyväsi vertaistuesta ja yhteisestä toiminnasta. Ryhmän toimintaa sitoo keskustelujen luottamuksellisuus ja sen myötä turvallinen ilmapiiri.

Lisätietoja www.hymyry.net

**Kanta-Hämeen asperger-, autismi-, dysfasia- ja ADHD-yhdistys
HYMY ry**

