

Kurs für Menschen im Autismus-Spektrum

Neuanfang «Autismus»

Orientierung, Wissen und Strategien nach einer Diagnose

Geleitet von Sabrina Garbely



Vierteiliger Kurs für Menschen im Autismus-Spektrum
Donnerstag, 18., 25., Februar sowie 4. und 11. März 2027
jeweils von 18.30 Uhr – 20:30 Uhr

Beratungsstelle von Autismus-Wallis
Schinerstrasse 3, 3900 Brig

Eine Autismus-Diagnose wirft oft viele Fragen auf: Was bedeutet das konkret? Was hilft im Alltag? Wie geht es jetzt weiter? Dieser vierteilige Kurs bietet Personen im Autismus-Spektrum eine erste Orientierung rund um das Autismus-Spektrum. Neben verständlich vermitteltem Fachwissen stehen vor allem praktische Strategien, Austausch und Entlastung im Mittelpunkt.

Der Kurs wird von Sabrina Garbely, dipl. Sozialpädagogin und Fachperson Autismus, geleitet.

Inhalte:

- Grundlagen zum Autismus-Spektrum
- Verständnis für die eigene Wahrnehmung
- Umgang mit Herausforderungen im Alltag und der neuen Diagnose
- Struktur, Routinen und praktische Hilfsmittel
- Austausch mit anderen Personen im Autismus-Spektrum
- Stressmanagement und Selbstfürsorge / Selbstakzeptanz
- Ressourcen und persönliche Stärken
- Raum für Fragen, Unsicherheiten und individuelle Themen

Zielgruppe:

Personen ab 16 Jahren mit einer **Neudiagnose Autismus-Spektrum**

Dieser Kurs kann **nach der Abgabe des Neudiagnose-Kits kostenlos** besucht werden, sofern auf die Fachberatung verzichtet wurde.

Datum und Zeit: jeweils von 18:30 Uhr bis 20:30 Uhr

- Donnerstag, 18. Februar 2027
- Donnerstag, 25. Februar 2027
- Donnerstag, 4. März 2027
- Donnerstag, 11. März 2027

***Kurskosten** (für alle vier Teile):

- **Nach einer Neudiagnose:** mit Gutschein – **kostenlos**
- Ohne Gutschein oder Fachberatung bereits bezogen (nur als Gesamtpaket):
 - Mitglieder von Autismus-Wallis: 100 Fr.
 - Nicht-Mitglieder: 300 Fr.

Anmeldung bis zum 4. Februar 2027 über die Webseite

Die Teilnehmerzahl ist auf 6 Personen begrenzt!

**Falls Sie sich den Kurs nicht leisten können, melden Sie sich bitte bei uns!*

***Der Kurs kann nicht erstattet werden. Es darf eine Ersatzperson teilnehmen*