

Autismus Mittelfranken e.V.

Autismus-mfr.de

WIR ENGAGIEREN
UNS FÜR
AUTISTEN



NEWSLETTER

UNSERE STIMME DEZEMBER 2023



Foto: L.Hermanns

Stille Nacht?

*Und leise rieselt der
Schnee?*

Leider ist die (Vor-)Weihnachtszeit weniger geräusch- und reizarm für unsere Kinder...

*Umso schöner ist es,
wenn sie uns helfen, dass
wir uns auch auf das Ursprüngliche besinnen:
Eine Stunde der Stille für
unsere Kinder und für
uns Eltern.*

Liebe Freunde und Mitglieder des Vereins,

erneut erlebten wir ein ereignisreiches Jahr mit vielen Herausforderungen in einer weltpolitisch unruhigen Zeit. Wir fokussieren uns weiter darauf, hier in der Region im Rahmen unserer Möglichkeiten die Lebensqualität von Autistinnen und Autisten und deren Angehörigen zu verbessern.

Unsere gute, kontinuierliche Arbeit zahlt sich dabei aus. Unsere Mitgliederzahl steigt stetig an. Ein großer Erfolg unserer Netzwerkarbeit ist die Einführung eines Arbeitskreises zum Thema „Umsetzung der Autismus-Strategie Bayern“ beim Bezirk Mittelfranken, mit dem wir in einen guten, konstruktiven Austausch sind.

Es gab bereits erste Sitzungen in den Unterarbeitsgruppen zu den Themen Kita/ Schule, Arbeit und Wohnen. Erfreulicherweise haben sich auch erfahrene Fachleute für Unterarbeitsgruppe Medizin gefunden, die nun im Januar ebenso unter unserer Beteiligung starten wird.

Unser **Fortbildungsprogramm** wurde wieder sehr gut angenommen. Auch 2024 werden wir wieder ein umfangreiches Programm mit vielen interessanten Themen aufstellen. Erste ReferentInnen und Termine stehen schon fest. Details finden Sie auf unserer Homepage.

Auch unsere **Freizeitaktivitäten** wurden weiter ausgebaut. So konnten wir neben den beliebten Badetagen dieses Jahr wieder eine Familienfreizeit auf Burg Feuerstein anbieten. Nach den überwältigenden positiven Rückmeldungen werden wir diese Freizeit auch 2024 wieder anbieten.

Nicht zu vergessen sind natürlich unsere regelmäßig stattfindenden **Vereinsaktivitäten** wie Elterntreffen, Familientreffen, Asperger-Stammtische, unsere Badetage, Bouldertage und das Sommerfest, welches dieses Jahr am 16. September wieder in der neuen Schule der Muschelkinder in Nürnberg stattfand. Auch hier vielen Dank an die jeweiligen Organisatoren.

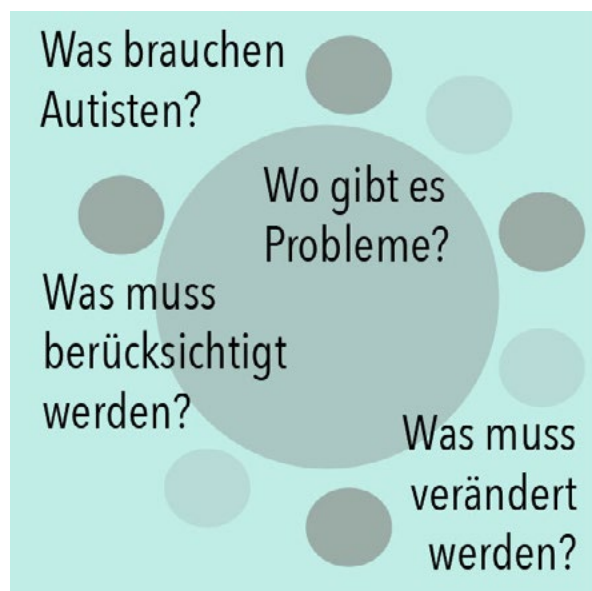
Falls Sie unseren **Newsletter** noch nicht bekommen, sollten Sie diesen über die Webseite des Vereins unbedingt abonnieren und folgen Sie uns gerne auch auf Facebook oder Instagram. Damit erhalten Sie regelmäßig aktuelle Informationen, auch zu kurzfristigen Aktivitäten.

Wir freuen uns, wenn Sie auch in Zukunft an unseren Angeboten teilhaben und unseren Verein weiterhin unterstützen, damit wir gemeinsam daran arbeiten können, die Lebensqualität für Autistinnen, Autisten und deren Familien – also für uns alle – in der Region zu verbessern.

Mit herzlichen Grüßen

Stefan Bauerfeind

Vorsitzender Autismus Mittelfranken e.V.



Sommerfest des Vereins



Am Samstag, 16.09. nach dem Schulbeginn war es wieder soweit: Als Autismusverein Mittelfranken e.V. haben wir zum zweiten Mal in Folge Mitglieder und Interessierte zum Sommerfest in die Schule der Muschelkinder eingeladen.

Für das leibliche Wohl gab es ein salzig-süßes Brezenbuffet, Kaffee und kalte Getränke. Das sommerliche Wetter ermöglichte den Aufenthalt im beschatteten Innenhof, wo es für die jüngeren eine Seifenblasenstation gab, Puzzles, Maltische und eine Bauecke. Der Parkplatz wurde von allen Fahrzeugliebhabern genutzt, die auf dem Vierer-Rikschafahrad der Schule auch mal den einen oder anderen Gast mitnahmen.

Gleich um 14 Uhr kamen die ersten Gäste, größtenteils Familien mit Kindern, die erst seit Kurzen eine Diagnose aus dem Spektrum haben. Insgesamt waren bis 17 Uhr ca. 100 Besucher da, die den Verein kennen lernen wollten und Gespräche und Information suchten, neben Wiedersehen mit langjährigen Bekannten.

Der zweite Vorsitzende Alex Geist hieß mit einer kurzen Begrüßung alle willkommen, bedankte sich bei der Diakonie Rummelsberg für die Möglichkeit, das Schulgebäude zu nutzen und warb für die Vorteile des Vereins.

Unser Infotisch mit Prospekten zu verschiedenen Schwerpunkten war sehr gefragt, im Laufe des Nachmittags konnten sich auch Betroffene aus dem russisch-ukrainischen Sprachraum treffen und über eine eigene Selbsthilfegruppe vernetzen.

Nicole Wegmann und Catja Primke von der Muschelkinderschule standen für Fragen zur Verfügung und boten eine Führung durch das speziell für autistische Kinder und ihre Bedürfnisse konzipierte Gebäude an. Die kleine Turnhalle war geöffnet und in kurzer Zeit voll besetzt mit hüpfenden und schaukelnden Kindern, die das Angebot gerne annahmen. Um 16 Uhr wurde ein Seminar für Eltern angeboten zum Thema „Selbstfürsorge- weil wir alle wichtig sind“, geleitet hat es die Sozialpädagogin Andrea Haller. Etliche Mütter und Väter nutzen die Gelegenheit, sich über ihren herausfordernden Alltag mit einen oder mehreren autistischen Kindern auszutauschen, um dann gemeinsam herauszufinden, welche Möglichkeiten es gibt, auf sich selbst zu achten und sich Gutes zu tun.



Es war ein gut besuchtes Fest mit zahlreichen Gesprächen und Begegnungen und hat uns als Mitarbeiter bestärkt, die Öffentlichkeitsarbeit des Vereins weiter auszubauen.

Ute Haller



Engagierte Ansprechpartner auf der ConSozial im Oktober in Nürnberg auf dem Infostand Autismus Bayern.



Der Verein hat 2500 € für eine Hängeschaukel an die Förderstätte Bucherstraße gespendet.

Fortbildungen 2024

Einführung in den TEACCH-Ansatz 02.03.2024 9-15 Uhr

ReferentInnen: Beate Drückler und Reginald Niksch

Ort: Barmherzige Brüder, Gremsdorf

Frühstückstreffen & Austausch

„Hilfe, wie überlebe ich das alles - Selbstfürsorge 24.02.2024 10-13 Uhr

Referentin: Andrea Haller

Ort: Cafe Konkret, Nürnberg, max. 15 Teilnehmer

Basisseminar Autismus 09.03.2024 09-18 Uhr

ReferentInnen: Johanne Meiners und Andreas Autenrieth

Ort: Schule Muschelkinder, max. 20 Personen

Autismus und Schule – was passt für uns? 20.03.2024 19 -21Uhr

Referentin: Ute Haller

online, max. 20w Teilnehmer

Umgang mit herausforderndem Verhalten 20.04.2024 9-15 Uhr

ReferentInnen: Beate Drückler und Reginald Niksch

Ort: Barmherzige Brüder, Gremsdorf

Pflegegrad und Eingliederungshilfe 30.04.2024 18-21Uhr

Referentin: Manuela Bugdaycioglu

online

Basisseminar Autismus 19.10.2024 09-18 Uhr

ReferentInnen: Johanne Meiners und Andreas Autenrieth

Ort: Schule Muschelkinder, max. 20 Personen

Pflegegrad und Eingliederungshilfe 22.10.2024 18-21 Uhr

Referentin: Manuela Bugdaycioglu

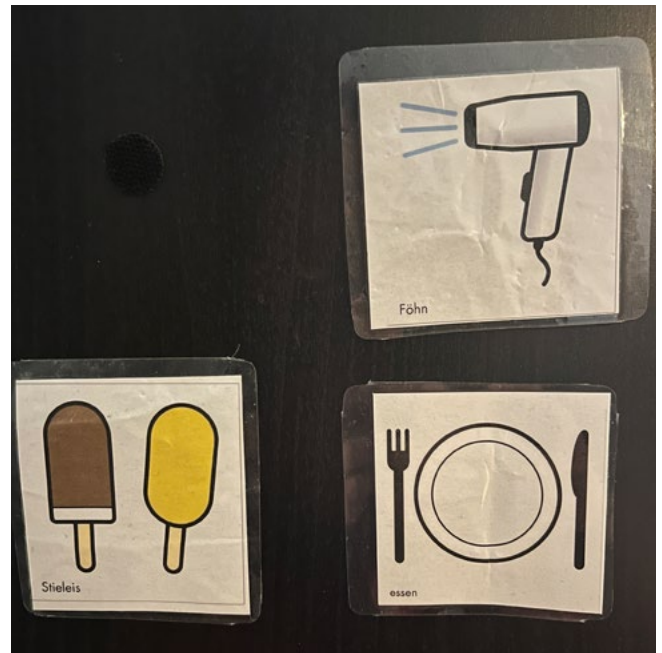
online

Zusätzliche Angebote und weitere Infos zu den Themen, ReferentInnen und Kosten sowie Termine für 2024 finden Sie auf unserer Homepage

Gegenstände, Rituale oder Personen, die uns den Alltag besser meistern lassen

#4 Der Föhn (White Noise Geräusch):

Bei uns fing es schon sehr früh an. Bereits im Babyalter hat sich gezeigt, dass sich unser Sohn sehr von sämtlichen Geräuschen und Reizen seiner Umwelt ablenken ließ und dies zu Nahrungsverweigerung, zu Überreizung und zu Schreiattacken führte. Damals war es meine Hebamme, die mir einen Föhn bzw. ein Föhngeräusch (White Noise) über YouTube empfohlen hat, da dies beruhigend wirken soll. Damals und heute ist der Föhn für uns ein absoluter Game Changer: Lief der Föhn (bzw. das Geräusch) hat er als Baby in Ruhe getrunken. War er später überreizt, hatte sich verletzt oder brauchte etwas Gewohntes, um Ruhe zu finden, haben wir den Föhn angemacht (oder das Geräusch über einen kleinen Bluetooth-Lautsprecher) und er hat sich beruhigt. **Heute begleitet uns der Föhn/das Föhngeräusch überall hin. Es hilft bei Overloads und er verbindet damit seine Auszeit. Eine Auszeit von visueller und von auditiver Überreizung, in der er sich runter fahren kann, die Augen schließt und sich weniger selbst verletzt.** Der Föhn ist auch unser Einschlaf-Ritual, das Geräusch gibt ihm Geborgenheit und verschafft ihm Ruhe. Heute ist unser Sohn vier Jahre alt, er leidet unter einer unglaublichen notorischen Unruhe, überreizt schnell und wird aggressiv. Mittlerweile bringt er uns den Föhn bzw. die dazugehörige Meta-com-Karte in einigen Situationen selbst und wir wissen, dass er jetzt eine Auszeit braucht oder schlafen möchte. Auch in der SVE und Tagesstätte ist der Föhn sein Begleiter. Wir sind täglich mehrfach dankbar für diesen Alltagshelfer, der uns das Leben in vielen Situationen leichter macht.



L. Hermanns

#4 Boxershorts saugfähig:

Für manche ist das vielleicht gar kein Thema, für andere ein langwieriges und großes Problemfeld - Wie werde ich die Windel los? Besonders heikel sind die Übergangszeiten - mal probieren, ob es nicht schon klappt ohne Windel, und da kommt bei unseren sensiblen Kindern oft die Angst vor einer nassen Hose. Was haben wir nicht alles probiert, leichte Windeln, verschiedene Einlagen, die dauernd verrutschten und sich blöd anfühlten, ganz abgesehen von den voluminösen Pflegewindeln in XL. Da hätte ich mir so eine saugfähige coole Unterhose gewünscht für meinen Sohn! Und jetzt gibt es sie endlich zu kaufen oder zu bestellen.



Also: mutig der Windel tschüss sagen und was Neues probieren! Bei uns war einer der Auslöser für das Verschwinden der Windel übrigens die Bemerkung der älteren Schwester zu unserem Teenager: „Also wenn da oben aus deiner Hose die Windel rausguckt, das ist sowas von gar nicht cool...!“

U. Haller

<https://www.amazon.de/Inkontinenz-Herren-Boxershorts-saugfähigem-Urinkapazität-Unterwäsche/>

(unbezahlte Werbung zu diesem Produkt)

Familienfreizeit 2024



Save the date!
Autismus Familienfreizeit
wieder auf Burg Feuerstein
vom 12.07. – 14.07.2024

Gesprächskreis Autismus

Elterntreff für Angehörige von Kindern mit Autismus



HILFE ZUR SELBSTHILFE - AUSTAUSCH UND DISKUSSION VORTRÄGE UND INFORMATIONENABENDE

Termine: in der Regel am letzten Donnerstag im Monat, 20:00-22:00 Uhr

In den Schulferien findet kein Treffen statt.

Ort: Im Haus am Kirchplatz, Kirchplatz 1 in Feuchtwangen

Geplante Termine im Jahr 2023

Änderungen vorbehalten! Aktuell: www.autismus-feu.de

Do. 25. Januar	Do. 27. Juni
Do. 29. Februar	Do. 25. Juli: (Biergarten)
Do. 21. März	Do. 26. September
Di. 02. April: Welt-Autismus-Tag (Kein Treffen)	Do. 24. Oktober
Do. 25. April	Do. 28. November
Do. 16. Mai	Do. 19. Dezember (Weihnachtsmarkt)

Weitere **Veranstaltungen** in Planung, diese werden auf unserer Internetseite www.autismus-feu.de und in der örtlichen Presse bekannt gegeben.

Interessierte sind jederzeit willkommen!

Kontakt: E-Mail: info@autismus-feu.de
Familie Six / Buckel / Neidenberger



Die Selbsthilfegruppe *Gesprächskreis Autismus Feuchtwangen* wird gefördert durch die gesetzlichen Krankenkassen und ihre Verbände in Bayern.

Familientreffen

Wir treffen uns mehrmals im Jahr zum Spielen und Toben im Tucherland oder MonkeyTown in Fürth mit den Kindern und zum Austausch und Erzählen zwischendurch. Großeltern und Geschwister sind willkommen!

Tucherland Nürnberg,

Kontakt & Anmeldung: Lilli Schenke, lilli.schenke@gmx.de



*ebenfalls Kontaktadresse zur WhatsApp - Gruppe
(Tucherland & mehr) der frühkindl. Autisten*



nächste Termine: 14.01.24, 18.02.24

Badetag in Gräfenberg

Im Herbst beginnen wieder die Badetage - das neugebaute kleine Schulschwimmbad in Gräfenberg gehört dann nur uns.

Termine über den Newsletter

Schulschwimmbad Gräfenberg, 14-16 Uhr, Vereinsmitglieder kostenfrei



nächster Termin: 20. Januar, 13. April 24

Asperger Elternstammtisch

Hier treffen sich Eltern und Angehörige, deren Kinder eine Diagnose aus dem Bereich „Asperger“ haben.

Der Stammtisch ist nach wie vor immer am ersten Freitag im Monat. Herzliche Einladung!

Restaurant Zum Stamos, Dientzenhoferstrasse 26, 99480 Nürnberg, 19 Uhr

Kontakt & Anmeldung: Familie Pohl

Emailadresse: sigrid.pohl@autismus-mfr.de, Handy: 0179-5228882

nächster Termin: Januar 24

Elterntreffen im Salon Regina

Mütter oder Väter treffen sich zum Austausch ohne die betroffenen Kinder. Gelegenheit dazu gibt es mittwochs beim Elterntreffen.

Salon Regina, Fürther Str. 64 in Nürnberg, jeweils 20 Uhr



nächster Termin: 07.02.24

Angebote weitere Treffen

*weitere regelmässige Gruppen außerhalb unseres Vereins, auch für Selbstbetroffene:
siehe Homepage des Autkom Nürnberg
<https://www.autismus-mittelfranken.de/willkommen/>*



Langenzenn hilft e.V.
Selbsthilfegruppe
Autismus
-Spektrum-Störung

für Familien mit Kindern
zwischen 6 und 12 Jahren

**Austausch
Kontakte
Freundschaften**

Jeden 1. Montag im Monat
15 Uhr
Im KidsClub
Denkmalplatz 4
90579 Langenzenn

ab 2.10.

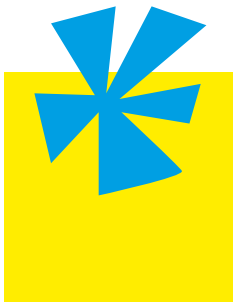
Fühlst Du Dich angesprochen?

Melde Dich gerne bei uns:
kontakt@langenzenn-hilft.de
+49 9101 4789844

Schreib uns auf
WhatsApp

Die Selbsthilfegruppe ist ein Angebot unseres ehrenamtlichen Vereins.
Wir setzen uns für eine tolerante, gerechte, nachhaltige,
verantwortungsbewusste, integrative und aktive Gesellschaft ein.

Geschenke & Spenden



Geschenktipps und Inklusionsideen für besondere Kinder
unter <https://shop.ariadne.de/>

Und wer schon alle Geschenke hat und wunschlos glücklich ist? Da gibt es die Möglichkeit, anlässlich einer Feier zum Beispiel eine Box aufzustellen und Spenden für den Verein zu sammeln oder speziell ein Projekt zu unterstützen, den Badetag oder einen Ausflug oder...

Herzlichen Glückwunsch!



*Mio Morgenstern, 9,
Autist, der Gewinner der 2. Runde der Mathe Meisterschaft Mittelfranken.*

Mio ist sehr stolz, der beste Viertklässler in Nürnberg zu sein, und hat erfolgreich 11 von 12 Aufgaben gelöst! Er besucht die 4. Klasse der Grimmschule mit Schulbegleitung und macht jeden Tag eine Stunde Mathe mit seinem Großonkel Josef über das Telefon.

Sie interessieren sich für unsere Arbeit und wollen uns gerne unterstützen?

Auch AutistInnen sind bei uns willkommen.

Kontakt über: stefan.bauerfeind@autismus-mfr.de

Unsere Vorstandsitzungen finden zweimontalich online statt, 2x jährlich gibt es ein gemeinsames Abendessen statt.

Eine Stunde vor dem offiziellen Beginn startet unsere neue Selbsthilfegruppe „Offene Runde Mitglieder & Vorstand“.

Hier geht es um einen persönlichen Erfahrungsaustausch, in dem neue Mitglieder - Familien und AutistInnen - begleitet und ermutigt werden



nächster Termin: 13.03.24 19 Uhr

Sie sind interessiert und wollen in unseren Verein eintreten oder sich bei uns engagieren?

Beitrittserklärung auf unserer Homepage

<https://www.autismus-mfr.de/wp-content/uploads/2021/10/Beitrittserklaerung-Autismus-Mit->

***Wir wünschen Ihnen friedliche Feiertage
und ein Gutes Neues Jahr!***



<https://www.facebook.com/pages/Autismus-Mittelfranken-eV/500183963357918>



instagram @autismus_mittelfranken_e.v.

Sie sind interessiert und wollen gerne uns als Verein finanziell unterstützen?

Unser Spendenkonto:

SPK NÜRNBERG Kto: 1178 1861 BLZ: 760 501 01

IBAN: DE37 76050101 0011781861 BIC: SSKNDE77

Autismus Mittelfranken e.V., Himmelgartenstraße 16

91077 Neunkirchen am Brand

www.autismus-mfr.de

Grafik: Ute Haller, alle Fotos: privat