

Nyhedsbrev fra Kreds Limfjord september 2015

Kære alle medlemmer

Sommeren er slut, efteråret kalder og hverdagen er for alvor startet op igen, hvilket også gør sig gældende i vores foreningsarbejde. Vi håber, at alle har haft en god sommerferie og har fået "ladet batterierne op" og alle nu er klar til, at møde de udfordringer og oplevelser dette måtte bringe, på godt og ondt.

Mens mange mennesker med autisme, har set frem til og trives med at vende tilbage, til de vante rutiner og kendte omgivelser, så er hverdagens indtog for andre, en angst og stressfyldt begivenhed. Jeg tænker bl.a. på de inkluderede børn og unge, der kæmper med at tilpasse sig, i et normaliseret miljø, som på alle måder er svær at gebærde sig i, og ofte efterlader eleven med en følelse af, ikke at kunne efterleve alle de krav, som samfundet konstant forventer af én. Det samme gælder for de unge mennesker med ASF ude på uddannelsesstederne, samt på arbejdsmarkedet. Det er stressende!

Men selvom stress, er noget vi alle kender til, er det som om anerkendelsen af betydningen heraf negligeres, i nogle kredse diskuterer man endda, at det er blevet en slags psykosocialt "Modefænomen", som alle pludselig lider af og som resultat heraf, bliver mange ofte mødt med alt fra rullede øjne og dybe suk, til direkte mistro og ligegyldighed. Men stress er et alvorligt problem og i særdeleshed for mennesker med autisme, hvor det ofte er en daglig kamp.

Derfor har vi i Kreds Limfjord, valgt i dette efterår, at sætte fokus på emnet *stress*, og har derfor valgt at holde en række foredrag om dette emne. Vi har især fokus på målgruppen *unge med autisme spektrum forstyrrelser*. Vi lægger ud med et spændende foredrag med Maja Thoudal, en inspirerende ung kvinde med Asperger, som gennem en personlig beretning, vil fortælle om hendes måde, at tackle stress på i hverdagen, samt præsentere sin teori om "Energi regnskab", som hun selv har udviklet.

Foredraget bliver holdt fredag den 9.oktober 2015 kl. 19-21.30 i Kreds Limfjords egne lokaler på **Jegstrupvej 4b, 7800 Skive** og det henvender sig både til unge mennesker med ASF, pårørende og fagfolk. I vedhæftet fil og på Kreds Limfjords hjemmeside, kan man læse mere om, hvordan man tilmelder sig dette foredrag og vi håber at se mange til dette arrangement.

Venlig hilsen

Bestyrelsen Kreds Limfjord.