



Turun seudun
autismi- ja ADHD-yhdistys Aisti ry

www.aistiyhdistys.fi aistiyhdistys@aistiyhdistys.fi

Aisti

on tammikuussa 2012 perustettu yhdistys, jonka sydämenasiana on autismikirjon ja ADHD-henkilöiden sekä heidän perheidensä edunvalvonta ja tukeminen eri tavoin. Tässä tiedotteessa kerrotaan syksyn 2019 ohjelmasta ja annetaan ennakkotietoja tulevasta toiminnasta, joita päivitetään syksyn kuluessa Aistin verkkosivuille. Kannattaa siis lisätä Aistin verkkosivu www.aistiyhdistys.fi suosikkeihin.

Harrastustoiminta

Syksyn uintiryhmät If-hallissa alkavat torstaina 5.9.2019. Ilmoittautuminen uintiryhmiin alkaa nettisivuillamme olevien ilmoittautumislinkkien kautta keskiviikkona 21.8. klo 9.00. Uintiryhmät kokoontuvat syksyn kuluessa 14 kertaa. Kausimaksu on Aistin jäsenille 100 € ja ei-jäsenille 160 €. Kausimaksu laskutetaan uintikauden alkupuolella. Syksyisin niin uudet kuin vanhatkin uimarit ilmoittautuvat.

Löydä ystävä ja harrastus –vertaiskerho jatkuu syksyllä 2019. Tulossa on kaksi ryhmää: autismikirjon nuorten ryhmä aloittaa toimintansa 26.9. ja ADHD-nuorten ryhmä aloittaa 3.10. Autismikirjon nuorten ryhmä on tarkoitettu 15-vuotiaille ja sitä vanhemmille nuorille, ADHD-nuorten ryhmä on tarkoitettu 12-vuotiaille ja sitä vanhemmille. Ryhmässä sovitaan siitä, mitä kulloinkin tehdään, mutta ensimmäiset kokoontumiset ovat aina Aistin toimistolla, Lounatuulet Yhteisöotalolla (Läntinen Pitkätie 33, 2. krs.), Turussa.

Ilmoittautumiset kaikkiin harrastusryhmiin Aisti ry:n nettisivujen kautta osoitteessa www.aistiyhdistys.fi.

Vertaistukiryhmät

Vertaistukiryhmät tapaavat Aistin toimistolla (huone 202, 2.krs) Lounatuulet Yhteisöotalossa osoitteessa Läntinen Pitkätie 33, ellei toisin mainita.

Autismikirjon lasten ja nuorten vanhempien vertaistukiryhmän syksyn ensimmäinen tapaaminen on 28.8.2019 klo 17.30–19.30 ja vieraana on autismiohjaaja Kirsi Vainio. Tervetuloa!

Neurologisesti epätyypillisten aikuisten eli Omituisten otusten vertaistukiryhmän tapaamiset jatkuvat syksyllä parillisten viikkojen keskiviikkoina klo 17.30 alkaen.

Asperger-lasten ja -nuorten vanhempien vertaistukiryhmä tapaa ensimmäisen kerran 16.9.2019 klo 17.30–19.00.

ADHD-lasten ja -nuorten perheiden vertaistukiryhmä tapaa ensimmäisen kerran 5.9.2019 klo 17.30–19.30.

ADHD-aikuisten vertaistukiryhmä AaDecHooDeet aloittaa syyskauden 14.8.2019 klo 18.00–20.00.

Maskun Erityislaster vanhempien vertaisTukiRyhmä METRI jatkaa toimintaansa 11.9.2019 klo 17.30–20.00 Maskun seurakuntatalolla. Lisätiedot maskunvertaiset@gmail.com.

Autismikirjon isovanhempien vertaistukiryhmä on alkanut kokoontua kuukausittain, ja ensimmäinen kokoontuminen on 26.8.2019.

Nepsyplussan ensimmäisen kokoontumisen teemana on ADHD ja ykköstyypin diabetes. Ryhmä kokoontuu 9.10.2019 klo 18.00–20.00.

AD(H)D-oireisten henkilöiden oireettomille puolisoille suunnattu vertaistukiryhmä kokoontuu syksyllä ensimmäisen kerran 20.8.2019 klo 18.00–20.00.

Sateenkirjavat on seksuaalisuudeltaan ja sukupuoleltaan moninaisille neurokirjon aikuisille tarkoitettu ryhmä. Ryhmä kokoontuu parillisten viikkojen lauantaisin klo 15.00–17.00. Lisätiedot: sateenkirjavat@aistiyhdistys.fi.

Toiminnallinen ADHD-aikuisten vertaistukiryhmä on tarkoitettu rentoon ja hauskaan yhdessäoloon ja tekemiseen pelkän keskustelun sijaan. Tapaamiskerroilla mm. pelataan erilaisia pelejä. Ensimmäinen kokoontuminen on 3.8.2019 klo 16.00-18.00

Syksyn tulevia tapahtumia

28.8.2019 ja 23.10.2019 järjestetään ensimmäiset **Oivalla ADHD -tietoillat**. Illan aikana annetaan perustietoa ADHD:sta. Molemmat Oivalla ADHD-illat ovat sisällöltään samanlaisia, joten voit valita itsellesi paremmin sopivan ajankohdan. Oivalla ADHD-illat pidetään Lounatuulet Yhteisötilassa klo 17.30–19.30. Tilaisuudet ovat maksuttomia, mutta pyydämme ilmoittautumista, jotta osaamme varautua kahvitarjoiluun.

17.9.2019 neuropsykiatrinen valmentaja Marianne Kulmala puhuu aiheesta **ADHD ja itsenäistyminen**. Tilaisuus pidetään Lounatuulet Yhteisötilan Pihlaja-salissa (2. krs.) klo 17.30–19.30. Tilaisuus on maksuton, mutta edellyttää ennakoilmoittautumista.

18.9.2019 ja 19.11.2019 järjestetään ensimmäiset Autismikirjo tutuksi -tietoillat. Illoissa aikana annetaan perustietoa autismikirjosta. Kaikki Autismikirjo tutuksi-illat ovat sisällöltään samanlaisia, joten voit valita itsellesi paremmin sopivan ajankohdan. Autismikirjo tutuksi -illat pidetään Lounatuulet Yhteisötilassa klo 17.30–19.30. Tilaisuudet ovat maksuttomia, mutta pyydämme ilmoittautumista, jotta osaamme varautua kahvitarjoiluun.

16.10.2019 pidetään Lounatuulet Yhteisötilan Pihlaja-salissa Autismisäätiön julkaiseman **Esteille hyvästit! -oppaan aluejulkarit**. Päivätilaisuus pidetään klo 13.00–15.00 ja iltatilaisuus klo 17.00–19.00. Tapahtumaan ilmoittaudutaan nettisivuillamme. Tapahtuman yhteydessä on mahdollisuus saada Esteille hyvästit-opas.

23.11.2019 Autismiliitto tulee pitämään koulutusta aiheesta **autismikirjo ja sisaruus**. Lisätietoa tapahtumasta tulee myöhemmin nettisivuillamme.

Syksyn 2019 aikana Aisti ry tarjoaa mahdollisuuden osallistua **Mielenterveyden ensiapu 1-koulutukseen**. Koulutuspäivät löytyvät myöhemmin nettisivuiltamme.

Kaikkien syksyn tapahtumien **lisätiedot ja ilmoittautumiset** nettisivuillamme!

Avuksi arjenhallintaan

Juhlistimme päiväkirjavihon 5-vuotis syntymäpäivää avaamalla viholle oman Päiväkirjavihkoputiikin! Nyt vihon voi tilata nopeasti, helposti ja turvallisesti osoitteesta <http://aistinkauppa.mycashflow.fi/> Aistin jäsenille hinta on 12 € (pyydä tarjouskoodi s-postilla laskutus@aistiyhdistys.fi), muille 15 €. Tilaa omasi heti, niin et jää ilman!

Vihkoa voi ostaa myös Aistin toimistolta tapahtumien ja vertaistuki-iltojen yhteydessä. Tällöin maksuvälineinä käyvät käteinen tai uutena MobilePay.

Jäseneksi Aistiin

voi liittyä täyttämällä jäsenlomakkeen kotisivuillamme tai lähettämällä Aistille sähköpostia. Liitä viestiin seuraavat tiedot: nimi, osoite, kotipaikkakunta, sähköpostiosoite sekä tieto siitä, valitsetko jäsenlehdeksi *Autismi-* vai *ADHD-lehden*. Paluupostissa saat infokirjeen ja laskun. Jäsenmaksu vuonna 2019 on 30 euroa ja sisältää jommankumman lehden.

Lisää yhdistyksestä ja toiminnastamme löytyy kotisivuiltamme. Sivuja päivitetään jatkuvasti ja sieltä löytyy lisätietoja mm. kaikista tässä kirjeessä mainituista tapahtumista. Aisti on myös Facebookissa, Instagramissa ja Twitterissä, jotka toimivat tiedotuskanavina verkkosivujen ja sähköpostilistan ohella. Aistin hallitukseen saa yhteyden kotisivujen kautta tai lähettämällä meille sähköpostia.

Toiminnan sisältöön ja laatuun voi jokainen vaikuttaa osallistumalla yhdistyksen toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen esimerkiksi perhepäivissä, vertaistukiryhmissä tai internetissä.

Tervetuloa mukaan Aistin toimintaan!