



Turun seudun  
autismi- ja ADHD-yhdistys Aisti ry

www.aistiyhdistys.fi aistiyhdistys@aistiyhdistys.fi

### **Aisti**

on tammikuussa 2012 perustettu yhdistys, jonka sydämenasiana on autismitieteen ja ADHD-henkilöiden sekä heidän perheidensä edunvalvonta ja tukeminen eri tavoin. Tässä tiedotteessa kerrotaan kevään 2020 ohjelmasta ja annetaan ennakkotietoja tulevasta toiminnasta, joita päivitetään kevään kuluessa Aistin kotisivuille. Kannattaa siis lisätä Aistin kotisivu [www.aistiyhdistys.fi](http://www.aistiyhdistys.fi) suosikkeihin.

### **Harrastustoiminta**

Syksyn uintiryhmät If-hallissa alkavat torstaina 9.1.2020. Uintiryhmät kokoontuvat kevään kuluessa 14 kertaa. Kausimaksu on Aistin jäsenille 100 € ja ei-jäsenille 160 €. Kausimaksu laskutetaan uintikauden alkupolella. Alkeis- ja tekniikkaryhmissä on tilaa 1-2 uimarille.

**Löydä ystävä ja harrastus –vertaiskerhot** jatkuvat keväällä 2020. Autismitieteen nuorten ryhmä (15-vuotiaille ja sitä vanhemmille nuorille) aloittaa toimintansa 23.1. ja ADHD- ja Asperger-nuorten ryhmä (12-vuotiaille ja sitä vanhemmille) aloittaa jo 16.1.2020. Ryhmässä sovitaan siitä, mitä kulloinkin tehdään, mutta ensimmäiset kokoontumiset ovat aina Aistin toimistolla, Lounatuulet Yhteisötalolla (Läntinen Pitkätie 33, 2. krs.), Turussa. Molemmissa ryhmissä joitakin vapaita paikkoja!

**Lisätiedot ja ilmoittautumiset** kaikkiin harrastusryhmiin Aisti ry:n kotisivujen kautta osoitteessa [www.aistiyhdistys.fi](http://www.aistiyhdistys.fi).

### **Vertaistukiryhmät**

**Autismitieteen lasten ja nuorten vanhempien vertaistukiryhmän** kevään ensimmäinen tapaaminen on 13.1.2020 klo 17.30–19.30.

**Neurologisesti epätyypillisten aikuisten eli Omituisten otusten vertaistukiryhmän** tapaamiset jatkuvat keväällä parillisten viikkojen keskiviikkoina klo 17.30 alkaen. Vuoden ensimmäinen tapaaminen 8.1.2020.

**Asperger-lasten ja -nuorten vanhempien vertaistukiryhmä** tapaa ensimmäisen kerran 15.1.2020 klo 17.30–19.00.

**ADHD-lasten ja -nuorten perheiden vertaistukiryhmä** tapaa ensimmäisen kerran 27.1.2020 klo 17.30–19.30.

**ADHD-aikuisten vertaistukiryhmä AaDeeHooDeet** aloittaa kevätkauden 7.1.2020 klo 18.00–20.00.

**Maskun Erityislasten vanhempien vertaisTukiRyhmä METRI** jatkaa toimintaansa 15.1.2020 klo 17.30–20.00 Maskun seurakuntatalolla. Lisätiedot [maskunvertaiset@gmail.com](mailto:maskunvertaiset@gmail.com).

**Autismitieteen isovanhempien vertaistukiryhmä** on alkanut kokoontua kuukausittain, ja ensimmäinen kokoontuminen on 27.1.2020. Ensimmäinen kokoontuminen on poikkeuksellisesti Koivu-tilassa.

**Nepsyplus**-vertaistukiryhmä vanhemmille, joiden lapsilla tai nuorilla on neurologisen diagnoosin lisäksi myös muu diagnoosi kuten diabetes, astma, reuma jne. Kevään ensimmäinen tapaaminen la 11.1. klo 11–13.

**AD(H)D-oireisten henkilöiden oireettomille puolisoille suunnattu vertaistukiryhmä** kokoontuu keväällä ensimmäisen kerran 21.1.2020 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](mailto: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 18.1.2020 klo 16.00-18.00

**Vertaistukiryhmät tapaavat Aistin toimistolla (huone 202) Lounatuulet** Yhteisötilassa osoitteessa Läntinen Pitkätie 33 (2. krs), ellei toisin mainita. Ryhmiin osallistuminen ei edellytä jäsenyyttä tai ennakoilmoittautumista pois lukien Sateenkirjavat, joihin pitää ennen ensimmäistä osallistumista ilmoittautua.

### **Kevään tulevia tapahtumia**

**28.1.2020 ja 23.3.2020 järjestetään kevään Oivalla ADHD! -tietoillat.** Illan aikana annetaan perustietoa ADHD:sta. Molemmat Oivalla ADHD! -illat ovat sisällöltään samanlaisia ja ne pidetään Lounatuulet Yhteisötilan Pihlaja-salissa (2.krs) klo 17.30–19.30. Illat ovat maksuttomia, mutta kahvitarjoilun järjestämiseksi ilmoittautumiset kerätään kotisivujemme kautta!

**26.2.2020 ja 28.4.2020 järjestetään kevään Mikä ihmeen autismikirjo? -tietoillat.** Illan aikana annetaan perustietoa autismikirjosta. Kaikki Mikä ihmeen autismikirjo? -illat ovat sisällöltään samanlaisia ja ne pidetään Lounatuulet Yhteisötilan Pihlaja-salissa klo 17.30–19.30. Illat ovat maksuttomia, mutta kahvitarjoilun järjestämiseksi ilmoittautumiset kerätään kotisivujemme kautta!

**Aisti ry:n kevätkokous pidetään 8.3.2020 klo 15.00** Lounatuulet Yhteisötilassa. Kokouskutsut lähetetään jäsenille helmikuussa. Kevätkokoukseen ovat tervetulleita kaikki Aistin jäsenet.

**Autismikirjo ja sisaruus -koulutus pidetään 14.3.2020 klo 10-15** Lounatuulet Yhteisötilassa. Tarkemmat tiedot koulutuspäivästä sekä ilmoittautumislinkki tulevat myöhemmin kotisivuillemme.

**8.5.2020 järjestämme seminaarin ADHD ja lapset: Käypä hoito -suositus.** Kyseessä on päiväseminaari, joka kannattaa lisätä jo nyt kalenteriin. Seuraa tiedotustamme.

### **Avuksi arjenhallintaan**

Syksyllä 2014 ensimmäistä kertaa päivänvalon nähnyt Aisti ry:n julkaisema päiväkirjavihko on verraton apuväline arjen ja ajan strukturoinnissa. Se on myynnissä verkkokaupassamme. Vihon hinta on 15€. Tilaa omasi heti Aistin päiväkirjavihkoputiikista, niin et jää ilman! Nyt voit myös noutaa verkkokauppaostoksesi Lounakulmasta. Lounakulma sijaitsee Lounatuulet yhteisötilan pääsisäänkäynnin vieressä. Ohikulkiessasi voit ostaa päiväkirjavihon Lounakulmasta tai vertaistukiryhmästä MobilePayllä.

### **Jäseneksi Aistiin**

voi liittyä täyttämällä jäsenlomakkeen kotisivuillemme tai lähettämällä Aistille sähköpostia. Liitä viestiin seuraavat tiedot: nimi, osoite, kotipaikkakunta, sähköpostiosoitte sekä tieto siitä, valitsetko jäsenlehdeksesi *Autismi-* vai *ADHD-lehden*. Paluupostissa saat infokirjeen ja laskun. Jäsenmaksu vuonna 2020 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!**

YKSIN VOIMME NIIN VÄHÄN, YHDESSÄ VOIMME NIIN PALJON. – HELEN KELLER