

NIEUW

Meer zelfvertrouwen, zelfacceptatie en geluk *bij autisme*

Meer inzicht.
Meer vertrouwen.
Meer jij.



Een
positieve blik.
op jezelf
is mogelijk.



Live groepscursus voor volwassenen

Voor volwassenen met autisme
of kenmerken daarvan



Wat leer je?

Je leert positiever en realistischer naar jezelf kijken, je kwaliteiten beter herkennen en gebruiken en milder met jezelf omgaan. Ook werk je aan meer zelfvertrouwen, zelfacceptatie en omgaan met tegenslagen.

De 7 bijeenkomsten

1

Zelfbeeld en
zelfvertrouwen

2

Sterke punten
herkennen en
gebruiken

3

Omdenken
bij autisme

4

Zelfacceptatie
en zelfliefde

5

Geloof in
eigen kunnen

6

Geluk en omgaan
met tegenslagen

7

Volhouden en
mijn eigen koers



Voor wie?

Voor volwassenen met autisme
of kenmerken daarvan die meer
zelfvertrouwen en zelfacceptatie
willen ontwikkelen.

Er is geen voorkennis nodig.

Praktische informatie



Wanneer: Woensdagavonden 19:30 – 21:00



Data: 4 november, 11 november, 18 november,
25 november, 2 december, 9 december en 16 december



Locatie: De Kazerne, Hertog Janstraat 5, 5141 KJ Waalwijk



Maximaal 8 deelnemers



Gratis deelname



Aanmelden: sociaaldomein@waalwijk.nl

*Samen groeien,
op jouw manier.*



Gemeente

Waalwijk

MEER MOGELIJK. SAMEN.