



andere instanties en personen die jou ondersteunen. Zoals jouw huisarts of behandelaar. Wij hebben goede contacten met Altrecht en andere behandelinstellingen. Door de samenwerking met kenniscentrum Phrenos bundelen en ontwikkelen we onze kennis en deskundigheid op het gebied van autisme. Bovendien zijn we lid van het Netwerk Innovatie & Productontwikkeling Autism (NIPA) en het Netwerk Autism Utrecht (NAU). We streven naar de best denkbare ondersteuning voor mensen met autisme.

Aanmelden

Lister is actief in de gemeenten Utrecht, Houten, Nieuwegein, IJsselstein,

Vijfheerenlanden, Lopik, Vianen. De zorg van Lister wordt gefinancierd vanuit de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) en de Wet langdurige zorg (Wlz). Heb je vragen over de begeleiding van Lister, kijk dan op www.lister.nl/ voor-clienten. Of neem contact op met team Voordeur van Lister.

Contactgegevens team Voordeur

Team Voordeur
Furkplateau 15
3524 ZH Utrecht
T 030 236 10 95
E voordeur@lister.nl

Lister
Furkplateau 15
3524 ZH Utrecht
www.lister.nl

LISTER
Samen werken aan herstel



Begeleiding bij autisme

Autisme heb je altijd, maar de hoeveelheid steun die je nodig hebt varieert

LISTER
Samen werken aan herstel

Als je autisme hebt, kan hulp vragen soms moeilijk zijn. Terwijl je deze ondersteuning soms wel nodig hebt. Bijvoorbeeld bij het doen van huishoudelijke taken, het maken van afspraken of voor het onderhouden van contact met andere mensen. Bij Lister werken professionals die jou hierin ondersteunen zolang dat nodig is. We helpen je met het trainen van vaardigheden. Naast praktische hulp kun je ook bij ons terecht met levensvragen over bijvoorbeeld seksualiteit, intimiteit, verlies en identiteit.

Zoveel mogelijk zelfstandigheid

Het doel van onze begeleiding is jou te helpen zo zelfstandig mogelijk te leven. Het liefst samen met de mensen die voor jou belangrijk zijn en natuurlijk op een manier die bij jou past. We werken volgens de individuele rehabilitatie benadering (IRB). Zo helpen we je om naar succes en tevredenheid te wonen en te leven op je eigen plek in je eigen wijk. Altijd naar eigen vermogen.

Bevorderen zelfmanagement

In de begeleiding besteden we ook aandacht aan de strategieën en gewoontes die jij zelf al hebt ontwikkeld om met je autisme om te gaan. We kijken samen naar wat voor jou wel werkt en wat niet. Als het nodig is, ondersteunen we jou hierin zodat je vaardiger wordt. Bijvoorbeeld met een training Zelfin-

zicht bij autisme. Deze training is ontwikkeld door het Netwerk Innovatie & Projectontwikkeling Autisme (NIPA).

De begeleiding in de praktijk

Jouw begeleiders zijn het vaste aanspreekpunt voor jou en je familie en vrienden. Samen met de begeleiding stel je een begeleidingsplan op waarin je beschrijft aan welke doelen je wilt werken. De begeleiding ondersteunt je hierbij. Wij zullen regelmatig aan je vragen of je tevreden bent over de kwaliteit van je leven en of het lukt je doelen te realiseren.

Opbouwen sociaal netwerk

Het vinden en onderhouden van een sociaal netwerk is voor mensen met autisme niet altijd eenvoudig. We gaan graag met je na wat voor jou een goede

‘Samen activiteiten ondernemen op een manier die bij mij past. Daar word ik blij van!’



manier is om met je familie en vrienden om te gaan.

Wonen in de buurt van familie en vrienden is belangrijk bij het opbouwen van een sociaal netwerk. Het helpt als je in een buurt woont waar je bijvoorbeeld kunt winkelen en andere activiteiten kunt ontplooiën. De begeleiding kan je helpen bij het gebruikmaken van de voorzieningen in jouw woonomgeving.

Een zinvolle dagbesteding

Als je nog geen studie of (vrijwilligers) werk doet, dan helpen we je bij het vinden van een geschikte dagbesteding. Wij geloven dat iedereen kan werken of studeren in een richting die aansluit bij diens kwaliteiten. Een zinvolle dagbesteding geeft voldoening en maakt dat iemand zich gewaardeerd voelt en een bijdrage levert aan de maatschappij. Een goede dagbesteding zorgt ook voor een goede dag- en weekstructuur. Voor mensen met autisme biedt dit vaak veel voordelen. Zij kunnen soms erg profiteren van het aanbrengen van een goede dag- en weekstructuur met overzicht in de te ondernemen activiteiten.

Begeleiding in jouw eigen huis of in een woning van Lister

We begeleiden jou bij voorkeur in jouw eigen woning. De hoeveelheid begeleiding hangt af van wat jij nodig hebt. Als je niet zelfstandig kunt wonen, kun je bij ons ook beschermd wonen. We leveren 24-uurs zorg als dat nodig is. Lister heeft woningen voor cliënten met autisme in Utrecht en Houten.

Begeleiden doen we samen

Bij Lister werken we met professionals met verschillende deskundigheden. Gespecialiseerde begeleiders ondersteunen je bij het verder ontwikkelen of verder eigen maken van jouw huishoudelijke vaardigheden. Daarnaast helpen trajectbegeleiders je bij het vinden van (vrijwilligers)werk of een studie. Lister heeft ook ggz-specialisten autisme in dienst. Zij ondersteunen medewerkers, teams en cliënten bij specifieke vragen rondom autisme.

Een deel van onze begeleiding is ervaringsdeskundig. Zij hebben zelf autisme of andere ontwrichtende ervaringen en kunnen aangeven wat hen heeft geholpen hun leven weer op te pakken. We werken ook samen met