

Financieel jaarverslag 2018 Stichting Autisme NetwerkCafé Krimpen

Inkomsten

Subsidies, fondsen totaal ontvangen 2018	<u>€ 2.500,00</u>	€ 2.500,00
--	-------------------	-------------------

Uitgaven

	uitgaven	
Kosten bijeenkomsten	€ 1069,00	
Communicatie/promotie (incl website)	€ 80,32	
kosten sprekers	€ 937,24	
onkosten bestuur	€ 285,00	
overige kosten: o.a. bank/bedankjes organisaties en vrijwilligers/kvk etc	<u>€ 819,20</u>	
uitgaven totaal	€ 3190,76	
		<u>€ 3.190,76</u> -/-
saldo 1/1/2019	-/-	<u>€ 690,76,</u>

N.B. De stichting is nog steeds financieel gezond, doordat er financiële middelen over zijn van 2017.

Inhoudelijk jaarverslag 2018 van Stichting Autisme Netwerkcafé Krimpen

Januari 2019

Algemeen

Er zijn in 2018 vier bijeenkomsten georganiseerd door Stichting Autisme Netwerkcafé Krimpen. Alle bijeenkomsten vonden plaats op dinsdagavond van 19.30 – 22.00 uur in lunchroom 'De Specialiteit', Patrijzenstraat 63 in Krimpen aan den IJssel.

De thema's waren dit jaar:

1. autisme in je gezin (februari)
2. autisme en social media (april)
3. autisme en (mis)communicatie (juli)
4. autisme en voeding (november).

De bezoekersaantallen variëren van 40 tot 70 personen. Een deel hiervan bestaat uit vaste bezoekers uit Krimpen aan den IJssel en de Krimpenerwaard; ouders van kinderen met autisme die in principe altijd komen. Daarnaast zijn bezoekers afkomstig uit de omliggende regio: Capelle, Nieuwerkerk en Rotterdam. Naast ouders en grootouders schuiven regelmatig professionals aan. Zij verlaten de bijeenkomst in de pauze en zijn – om het veilig te houden - niet aanwezig bij het informele deel van de avond, als ouders hun ervaringen onderling kunnen uitwisselen.

Het bijwonen van de bijeenkomsten is gratis voor de bezoekers en wordt betaald uit een vaste subsidie van de gemeente Krimpen aan den IJssel en uit sponsorgelden.

De uitgaven blijven binnen de perken doordat de sprekers ouderinitiatieven veelal een warm hart toedragen en een beperkte vergoeding vragen. Daarnaast brengt 'De Specialiteit' geen zaalhuur in rekening. De aanwezige orthopedagoog en systeemtherapeut zijn eveneens vrijwillig aanwezig om vragen van ouders op een laagdrempelige manier te kunnen beantwoorden.

Wel is het onderhouden van de website een structurele kostenpost en zijn de cateringkosten hoger door het toegenomen aantal (aangemelde) bezoekers. Het is in 2018 niet nodig geweest te zoeken naar nieuwe sponsors (*zie voor meer info het financieel jaarverslag 2018*).

Gezien de steeds terugkerende overbelasting bij de bestuursleden en het aangekondigde vertrek van één van de bestuurders per 1 januari 2019, heeft de Stichting dit jaar veel tijd besteed aan het zoeken naar nieuwe vrijwilligers onder ouders die het café bezoeken, o.a. via de vrijwilligerskrant van de gemeente Krimpen aan den IJssel en via social media. Tot nu toe heeft dit één nieuwe betrokkene opgeleverd. Dit heeft ook geresulteerd in het feit dat er in 2019 geen 4 maar 3 bijeenkomsten organiseren.

Verder hebben we ons verdiept in de AVG en krijgen degenen die zich aanmelden voor bijeenkomsten niet meer automatisch de nieuwsbrief van de stichting toegestuurd. Daar moeten ze zich zelf actief voor aanmelden. Ook is een privacy-verklaring opgesteld die te vinden is op de website onder 'Privacy'.

Daarnaast is de Stichting na afloop van een presentatie tijdens een personeelsavond van Rabobank Krimpenerwaard in contact gekomen met een medewerker die het maken van de verslagen voortaan voor haar rekening wil nemen. Een mooi aanbod waarvan we sinds de bijeenkomst van 8 november 2018 dankbaar gebruik maken.

Inmiddels is er in Krimpen aan den IJssel ook een ontmoetingsplek voor volwassenen met autisme opgericht; de Autisme Ontmoetingsplek Krimpen. Uiteraard dragen wij dit een warm hart toe en hebben daarom een pagina op onze website hieraan besteed. Hier worden de bijeenkomsten op vermeld die door de Krimpenwijzer worden georganiseerd.

Hieronder volgt een impressie van de inhoud van de bijeenkomsten in het kalenderjaar 2018. Een uitgebreider verslag van de avonden is te vinden op www.stichtinganck.nl/nieuws.

Bijeenkomst 6 februari 2018: autisme in je gezin

Willeke van den Hoek is zelf moeder van een kind met autisme en heeft in opdracht van het ministerie onderzoek gedaan naar de ervaringen van 75 ouders met kind(eren) met autisme. De 45 bezoekers horen van Willeke dat niemand je als ouder kan vertellen hoe je het MOET doen in je gezin, want elk kind met autisme is anders en ook elk gezin. Wel kunnen we elkaar helpen door ervaringen te delen. Willeke vertelt deze avond haar tips, ervaringen en adviezen, opgedaan in haar eigen leven en gehoord tijdens de gesprekken met ouders voor haar onderzoek over autisme in je gezin.

Bijeenkomst 24 april 2018: autisme en social media

Deze avond komt Mischa Wink de 40 bezoekers vertellen over autisme en social media. Eerste legt ze uit dat kinderen met autisme veel moeite hebben met vanzelfsprekend afstemmen in het sociale contact. De meeste pubers en volwassenen met autisme hebben in hun kindertijd zoveel faalervaringen opgedaan in de sociale interactie, dat dit een negatieve invloed heeft gehad op hun zelfbeeld. Al dan niet bewust zijn ze voortdurend bezig met de vraag: hoe maak ik contact, hoe stem ik goed af op de ander en waarom lukt mij dat niet? Hoe werkt het eigenlijk met 'ik en de ander'? Dit kan zich uiten in terugtrekgedrag of juist provocerend gedrag. Andere kinderen zoeken een omgeving waar je voor je gevoel meer grip hebt op wat er gebeurt: social media. Het kind kan denken: als het me dan in deze wereld niet lukt om me aan te passen, lukt dat misschien wel in de online wereld.

Mischa heeft de ervaring dat in diagnostiek-gesprekken vaak wordt vergeten om aandacht te besteden aan social media; het wordt vervolgens ook niet vanzelfsprekend in de begeleiding meegenomen. Dit is wel belangrijk omdat het risico bestaat dat de virtuele wereld als de echte wereld wordt gezien. Naast andere risico's komen ook de mogelijkheden van social media uitgebreid aan bod. Als ouder moet je jezelf de vraag stellen hoe jij ervoor kunt zorgen dat de voordelen op de voorgrond blijven staan. Daarbij speelt je eigen houding een belangrijke rol. Kinderen voelen of je er echt voor hem/haar bent en vanuit oprechte interesse en betrokkenheid het gesprek aangaat in plaats van veroordelen. Dat geeft onbewust reactie bij het kind.

Mischa benoemt tijdens haar lezing dat de inzichten over autisme nog steeds groeien. Zo werd tot vijf jaar geleden gedacht dat mensen met autisme geen emoties hebben en zich niet kunnen inleven en invoelen. Inmiddels is duidelijk dat mensen met autisme wel degelijk emoties voelen, vaak zelfs nog sterker dan mensen zonder autisme. Omdat ze de emoties en spanningen niet begrijpen, lukt het vaak niet deze ook te verwoorden.

Bijeenkomst 3 juli 2018: autisme en (mis)communicatie

Veertig bezoekers luisteren deze avond naar de presentatie van Leander Sevink en ervaringsdeskundige Petra Palstra. De basis voor de presentatie is het boek 'Plan B, een vernieuwende handreiking voor autisme en communicatie' van Marjon Kuipers en Gijs Horvers. Dit boek gaat over het maken en opbouwen van contact met jezelf en met de ander, in relatie tot autisme. Keuzes, eigen regie en uitgaan van mogelijkheden van, voor en de door de individuele mens met autisme zijn belangrijke thema's in het boek. Kenmerkend is dat mensen met autisme geen filters in hun hoofd hebben waardoor heel veel informatie en prikkels binnenkomen. De hersenen 'moeten' elke seconde een mooie foto maken en al die informatie moet bij elkaar gepuzzeld worden. Dat is vermoeiend en zorgt ervoor dat er meer verwerkingstijd nodig is. Elk mens met autisme heeft uiteindelijk z'n eigen methodes om tot rust te komen.

We kennen allemaal miscommunicatie, maar voor mensen met autisme is het nog lastiger om de ander goed te begrijpen. Dat komt omdat taal letterlijk genomen wordt. Daarnaast geven we vaak verkeerde signalen af via ons lichaam, waardoor de mens met autisme in verwarring raakt. Het is belangrijk om bij problemen goed te benoemen waar het om gaat en er niet omheen te praten. Leander adviseert om goed te checken of je kind begrepen heeft wat je hebt gezegd en om grenzen aan te geven.

Bijeenkomst 6 november 2018: autisme en voeding

Jeroen de Haas boeit deze avond zo'n zeventig bezoekers met zijn verhaal over de invloed van voeding op autisme. Aangepaste voeding met zo nodig supplementen kunnen de concentratie verbeteren, het energieniveau verhogen, slaap verbeteren en agressiviteit en druk gedrag laten afnemen. Jeroen is orthomoleculair arts en heeft zelf een zoon met autisme. Een veel geconstateerde disbalans bij mensen met autisme is een teveel aan koper en te weinig zink. Ook komen darmklachten veel vaker voor (75% t.o.v. 33%). Jeroen geeft het dringende advies om niet zonder analyse vooral voedingsstoffen of supplementen weg te laten of juist toe te voegen aan de dagelijkse voeding. Voor ieder mens kan de behoefte anders zijn.

Een ervaringsdeskundige met autisme vertelt tenslotte wat zijn ervaringen met de orthomoleculair therapeut. Na een aantal onderzoeken en consulten heeft hij een advies gekregen over voeding en voedingssupplementen, om aangetoonde tekorten aan te vullen. Sinds die tijd ervaart hij een wereld van verschil, kan hij weer volledig werken en goed functioneren in de hedendaagse maatschappij.