



Rådgivning

Fonden Asgaard

Indhold

Diætvejledningsforløb.....	2
Familiebehandling.....	3
Sansebearbejdning.....	4
Seksualvejledning Individuelt forløb.....	5
Seksualvejledning Parforløb.....	6
Studiementor	7
Følelseshåndtering.....	8
Misbrugsvejledning.....	9

Diætvejledningsforløb

Målgruppe: Unge og voksne med autisme

Asgaard har ansat en klinisk autoriseret diætist, som er specialiseret i diætvejledning til mennesker med ASF. Det kan handle om vægttab, småt spisende, restriktivt spisende, sensorisk udfordrede på smage/dufte/lyde/ de taktile områder, fødevareallergier, ønsker om mere energi i hverdagen og livsstilssygdomme (type 2 diabetes, hjertekar sygdomme, forhøjet blodtryk osv.)

Diætvejledningen tager højde for målgruppens udfordringer og kompetencer, såsom sanseforstyrrelser, udfordringer med eksekutive funktioner og intellektuelle kompetencer, som kan tilføre en forhøjet livskvalitet for målgruppen. Blandt andet oplever flere unge at det generelle energiniveau løftes og at dette medfører muligheder og frihed i hverdagslivet. Desuden kan diætvejledningen give gode vaner og viden, som er forebyggende og skåner de unge mennesker fra at udvikle diverse livsstilssygdomme.

Diætisten tager udgangspunkt i de muligheder der er, med udgangspunkt i det enkelte individs præferencer og ønsker. Diætisten støtter også borgere i eget hjem og tilbyder støtte til at implementere de mål i forhold til kost og motion, som borgeren og diætisten sætter i tæt samarbejde.

Diætvejledningen tilrettelægges helt individuelt fx med visuelt materiale, praktiske køkkenøvelser, mindfulness, nudging, små skridt, intuitiv spisning.



Diætist Birgitte Storgaard

Pris:

Vejledningen forløber over 5 individuelle samtaler, den første af 1,5-2 timers varighed. Derefter 1 time 1 gang ugentligt.

Pris 5.500,00 kr.

Der kan tilkøbes et opfølgingsforløb med samtale 1 gang månedligt af 1 times varighed i yderligere 5 mdr., hvis der er behov for det.

Pris 5.000,00 kr.

Pris for begge forløb: 10.000,00 kr.

Hvis forløbet skal foregå i udenfor Asgaard takseres kørsel 9 kr./km

Hvor:

Asgaard, Nøddelunden 1, 5580 Nr. Aaby

Kontakt:

Ring til Asgaard 63407071 eller mail til jv@asgaard-fyn.dk

Familiebehandling

Målgruppe: Familier med børn/unge med autisme

Det kan være en stor belastning for en familie at have et barn med autismspektrumforstyrrelse. Derfor kan der være behov for rådgivning til familien i forhold til at forstå den unges udfordringer, samt rådgivning i forhold til strategier, som kan gøre dagligdagen mindre konfliktfyldt. Gennem samtaler med forældrene formidler vi viden og forståelse for autismen og rådgiver omkring metoder til at udvikle barnets/den unges sociale og kommunikative kompetencer og have øje for de ressourcer der er til stede.

Familiebehandlingen kan enten omfatte hele familien eller udelukkende gives som rådgivning til forældrene. Vi tager udgangspunkt i en helhedsorienteret indsats i forhold til, hvordan hele familien bedst kan trives med et barn/ung med autisme ud fra de ressourcer og udfordringer, både barnet/den unge og resten af familien har i dagligdagen med baggrund i indholdet i henvendelsen.

Emnerne for samtalerne kan være:

- Psykoedukation.
- Accept af autismen, som et livsvilkår for hele familien – i større eller mindre grad.
- Uoverensstemmelsen mellem samfundets normer og autisms vilkår.
- Hvordan skaber man plads til alle i familien?
- Søskende.
- Struktur og forudsigelighed i dagligdagen.
- Aflastning/botilbud.
- Fremtiden.



Pernille
Hymøller



Jane
Vesterskov

Pris:

Pris pr. time: 1000,00 kr. (Inkl. standard forberedelse og dokumentation. Der tillægges tid til forberedelse afhængig af opgavens omfang)

Hvis forløbet skal foregå i udenfor Asgaard takseres kørsel 9 kr./km

Hvor:

Asgaard, Nøddelunden 1, 5580 Nr. Aaby

Kontakt:

Ring til Asgaard 63407071 eller mail til jv@asgaard-fyn.dk

Sansbearbejdning

Målgruppe: Unge og voksne med autisme

Næsten alle med autisme har i en eller anden grad udfordringer sansemæssigt. Det kan være en stor belastning i hverdagen og medvirkende årsag til udfordringer i det sociale liv. Asgaard kan tilbyde forløb, hvor der først udarbejdes en specifik sensorisk profil på den enkelte.

Derefter er der målrettet træning og konkrete anvisninger til, hvad man med fordel kan gøre – og samtidig ikke gøre. Ikke mindst hvad man gør godt og med fordel kan gøre mere af.

Således bliver der både trænet og kompenseret for de udfordrede sanser.

Afslutningsvis laves igen en sensorisk profil, for at registrere eventuelle forandringer, og dermed se om den lagte plan holder, eller der er områder som skal revurderes og træningen ændres.

Efterfølgende mulighed for at tilkøbe ekstra træning.

Samtaleforløbet indeholder en opstartssamtale og 5 efterfølgende samtaler.



Pernille
Hymøller



Marie-Louise
Winther

Pris:

Hele forløbet 6.000 kr.

Hvis forløbet skal foregå i udenfor Asgaard takseres kørsel 9 kr./km

Hvor:

Asgaard, Nøddelunden 1, 5580 Nr. Aaby

Kontakt:

Ring til Asgaard 63407071 eller mail til jv@asgaard-fyn.dk

Seksualvejledning

Individuelt forløb

Målgruppe: Unge/voksne med ASF

Asgaards seksualvejleder tilbyder seksualvejledning til unge og voksne med autisme spektrum forstyrrelse.

Et seksualvejledningsforløb kan være over det antal gange, der giver mening afhængigt af emne/problemstilling.

Seksualvejledning kan være mange ting. Det kan handle om uløste problematikker eller forebyggende indsatser og viden omkring seksualitet. Det kan handle om alt fra identitet og kønsidentitet, ens seksuelle tiltrækning, ønske om venner og/eller kæreste, sociale relationer og samspil, sex, samleje, prævention, sexlegetøj, fetichisme, onani og meget andet.

Alle forløb vil være individuelt tilpasset afhængigt af behov.



Seksualvejleder Marie Louise Jørgensen

Pris:

Pris pr. time: 1000,00 kr. (Inkl. standard forberedelse og dokumentation)

Hvis forløbet skal foregå i udenfor Asgaard takseres kørsel 9 kr./km

Hvor:

Asgaard, Nøddelunden 1, 5580 Nr. Aaby

Kontakt:

Ring til Asgaard 63407071 eller mail til jv@asgaard-fyn.dk

Asgaard – Nøddelunden 1 – 5580 Nr. Aaby

Seksualvejledning

Parforløb

Målgruppe: Unge og voksne par, hvor den ene eller begge har autisme

Når man har autisme og er i et parforhold, kan der være behov for samtaler. Samtaler kan handle om samme ovennævnte emner i de individuelle forløb, men det kan også handle om hvordan man kommunikerer, læser og forstår hinanden både verbalt og kropsligt. Det kan være par hvor kun den ene eller begge parter har autisme. Det kan også være at den ene har et ønske om at afprøve noget bestemt med sin partner og hvordan får man snakker om det og evt. fundet en vej/mellemvej begge parter kan være tilfredse med.



Seksualvejleder Marie Louise Jørgensen

Pris:

Pris pr. time: 1000,00 kr. (Inkl. standard forberedelse og dokumentation)

Hvis forløbet skal foregå i udenfor Asgaard takseres kørsel 9 kr./km

Hvor:

Asgaard, Nøddelunden 1, 5580 Nr. Aaby

Kontakt:

Ring til Asgaard 63407071 eller mail til jv@asgaard-fyn.dk

Studiementor

Målgruppe: Unge og voksne studerende med autisme

Et rådgivningsforløb vil typisk omhandle emner som at skabe en struktur for hverdagen, transportsituation, socialt liv, fritid, dagligdagsrutiner og selvforståelse mv.

Formålet er at støtte eleven til at lægge en struktur for hverdagen der både indeholder planlægning af lektier, opgaveaflevering, det sociale liv på uddannelsesstedet og også inddrager hverdagsrutiner derhjemme er, at det er vigtigt at se på hele elevens livssituation for at stressreducere og derved sikre overskud til studiet.

Selvforståelse indgår naturligt i rådgivningsforløbet, da det er centralt at den enkelte får viden og forståelse for egen diagnose, og får samtaler om egnede mestringsstrategier til at kunne håndtere et studieliv.

Hvis rådgivningsforløbet finder sted sideløbende med uddannelsen (som en slags mentorordning), og der opstår fagspecifikke udfordringer, kan vi støtte eleven med at kontakte underviser og agere tolk.



Morten Østergaard

Pris:

Pris pr. time: 495,00

Hvis forløbet skal foregå i udenfor Asgaard takseres kørsel 9 kr./km

Hvor:

Asgaard, Nøddelunden 1, 5580 Nr. Aaby

Kontakt:

Ring til Asgaard 63407071 eller mail til jv@asgaard-fyn.dk

Følelshåndtering

Målgruppe: Unge og voksne med autisme

Målgruppens karakteristika kan bl.a. være ringe selverkendelse, udpræget eksternalisering af skyld og manglende ansvarsfølelse. Yderligere kendetegn kan være impulsivitet og handling uden omtanke for konsekvenserne, da disse kan være svære at forudsige eller forstå.

Gode råd, almindelig information og formaninger har ringe eller ingen effekt. Ofte planlægges der meget lidt og en meget konkret tænkemåde kan være fremherskende. En del er præget af en ufleksibel og selvsikker tankegang og en opfattelse af verden i "sort og hvidt", som derved forhindrer en mere nuanceret forholden sig til sig selv og andre. Denne tankegang kan gøre sig gældende i privatlivet, såvel som i skole, uddannelses- og jobsammenhæng – og afstedkommer ofte vanskeligheder og følelser af nederlag.

Målgruppen kan have en tendens til at ophobe frustration foranlediget af manglende evne til indgåelse i sociale sammenhænge. En sådan frustration kan have mange udtryk. Det kan f.eks. komme til udtryk i en markant mangel på selvtillid, følelsen af at være forsmået, en voldsom følelse af at være såret, følelsen af at være ulykkelig, jalousi, følelsen af at være alene i verden og lign. I visse tilfælde fører ophobningen af frustrationer til en voldsom udladning eller ventilering af følelserne "når bægeret er fuldt".

Det er derfor vigtigt at lære at beherske strategier til at kunne kontrollere sig selv samt genkende egne og andres følelser.

Kurset er bygget op omkring 9 lektioner af 1 times varighed, hvor man afdækker og arbejder specifikt ind i den enkeltes tankemønster og handlinger. Der arbejdes med strategier til håndtering af følelser, afkodning af andre og selvindsigt. Forløbet er individuelt tilrettelagt og tager udgangspunkt i et interview der afdækker hvilken udfordringer, der er de primære og hvordan der arbejdes mest hensigtsmæssigt med følelserne fremadrettet.



Lykke Jørgensen

Pris:

9.000,00 kr. (Inkl. standard forberedelse og dokumentation)

Hvis forløbet skal foregå i udenfor Asgaard takseres kørsel 9 kr./km

Hvor:

Asgaard, Nøddelunden 1, 5580 Nr. Aaby

Kontakt:

Ring til Asgaard 63407071 eller mail til jv@asgaard-fyn.dk

Misbrugsvejledning

Målgruppe: Unge og voksne med autisme

Nogle borgere med ASF har misbrug med hash, alkohol og stoffer, for at dulme tankemylder og stress. Asgaards misbrugsbehandler kan tilbyde samtaleforløb, som planlægges med borgeren efter behov. Hvis borgeren har det svært, vil der være fleksibilitet så vi hjælper borgeren ekstra hvis der er brug for det.

Vi støtter borgeren i at holde sig clean/ædru og lærer borgeren at håndtere de situationer hvor lysten til at bruge kan opstå.

Borgeren lærer at håndtere de situationer hvor lysten til at bruge kan opstå og borgeren opnår på den måde øget selvindsigt. Samtalerne omhandler blandt andet håndtering af trang, samt strategier i forhold til at borgeren holder sig clean/ædru.

Efterfølgende afholdes forebyggende samtaler, så borgeren ikke falder tilbage i misbrug. Hvis der er behov for det kan der etableres et samarbejde med et evt. misbrugscenter.

I visse tilfælde testes jævnligt for eventuelle stoffer i urinen.



Jørgen Dohn Rix

Pris:

Pris pr. time: 1000,00 kr. (Inkl. standard forberedelse og dokumentation)

Hvis forløbet skal foregå i udenfor Asgaard takseres kørsel 9 kr./km

Hvor:

Asgaard, Nøddelunden 1, 5580 Nr. Aaby

Kontakt:

Ring til Asgaard 63407071 eller mail til jv@asgaard-fyn.dk