

Wonen en Autisme

Zelfstandig wonen is voor mensen met autisme niet altijd vanzelfsprekend. Vaak hebben zij hierbij ondersteuning nodig. Voor sommigen betekent dat 24-uurs zorg en intensieve ondersteuning en voor anderen enkele uren per week begeleiding. Er zijn mensen met autisme die geheel zelfstandig wonen, alleen of met partner en/of kinderen. Veel (jong)volwassenen met autisme wonen bij ouders thuis omdat de stap naar zelfstandig of begeleid wonen nog te groot is.

Een goede voorbereiding is dan ook noodzakelijk om de overgang naar (begeleid) zelfstandig wonen zo gemakkelijk mogelijk te maken. Zo kan het helpen om samen op te schrijven welke vaardigheden er nodig zijn om zelfstandig te kunnen gaan wonen. Deze vaardigheden kunnen vervolgens stuk voor stuk en stap voor stap worden geoefend, tot de persoon met autisme klaar is om (eventueel begeleid) zelfstandig te gaan wonen.

“Hoezo moet ik mijn kamer opruimen? Dat kan toch helemaal niet, die kamer blijft toch gewoon nog op zijn plaats?”

Daarnaast is het raadzaam om in kaart te brengen aan welke voorwaarden een woning of appartement moet voldoen. Voor mensen met autisme is het vaak belangrijk dat de omgeving zo prikkelarm mogelijk is.

Soms is begeleiding alleen tijdelijk nodig, voor anderen is de behoefte aan woonbegeleiding blijvend. Het voordeel is dat men niet alles zelf hoeft te regelen en te beslissen en er iemand, naast het eigen netwerk, is om op terug te vallen. De inrichting van de woning, het zelf regelen van bijvoorbeeld de administratie en financiën, het plannen en uitvoeren van huishoudelijke taken, omgang met burens, kan voor iemand met autisme al een behoorlijke uitdaging zijn.

In het woonproject ‘Aut Hôes’, gelegen in de binnenstad van Roermond in de flat ‘De Toerist’, zijn in samenwerking met Wonen Limburg drie verdiepingen gereserveerd waar (jong)volwassenen met autisme wonen. Elk met hun eigen appartement, die ze zelfstandig huren van Wonen Limburg. Ze krijgen daarbij op maat en afgestemd op de individuele behoeften begeleiding aangeboden door ‘Met ggz’. Deze begeleiding kan geboden worden bij bewoning van een appartement en ter voorbereiding op het wonen in het woonproject. Begeleiding vindt plaats op diverse levensgebieden: huishoudelijke ondersteuning, sociale ondersteuning, emotionele ondersteuning, hulp bij het aanleren van vaardigheden, leren, werken, ondersteuning bij het invullen en plannen van vrije tijd/dagplanning etc. Het wonen binnen Aut Hôes biedt daarnaast een veilige omgeving waarin de bewoners op elkaar kunnen terugvallen en activiteiten met elkaar kunnen ondernemen zoals een bioscoop bezoek, theaterbezoek, samen koken, eten, gamen, boodschappen doen en buiten een wandeling maken.

“Het feit dat mijn buurman ook een vorm van autisme heeft en snapt waar ik tegen aanloop geeft mij veiligheid en rust. Ik kan mezelf zijn.”

Kijk voor meer informatie op: www.aut-hoes.nl