



Nederlandse
Vereniging voor
Autisme

Noord-Brabant/Zeeland



AIC Eindhoven Thema-avond autisme en timemanagement 6 oktober 2025

Op maandagavond 6 oktober organiseert het Autisme Info Centrum (AIC) Eindhoven een themabijeenkomst: autisme en time management

Deze avond is bedoeld voor volwassenen, die (kenmerken van) autisme hebben.

Vind je het leuk om gelijkgestemden te ontmoeten, die net als jij autisme hebben en het lastig vinden om hun leven goed te organiseren? Dan ben je van harte welkom op deze avond. Deze speciale thema avond staat in het teken van helpende structuren, zelforganisatie en time management. Je kunt je ervaringen delen met anderen en wellicht kun je ook veel leren van de ervaringen van anderen.

We gaan tijdens de bijeenkomst met elkaar in gesprek over hoe het is om te zorgen voor goede zelforganisatie en time management. De volgende vragen kunnen aan bod komen tijdens de avond: wat vind jij het meest lastig als het gaat om plannen en het indelen van je tijd?

Ben je heel erg gestructureerd of juist niet? Heb jij weleens last van uitstelgedrag en heb je daar al een oplossing voor gevonden? En hoe ga jij om met hyperfocus of juist een gebrek aan focus?

Ook bespreken we een aantal timemanagement methodes, zoals de Pomodoro-methode, Deep Work (focussen op één taak tegelijk), to do lijsten of takenlijsten en werken met tijdsblokken (timeboxing). We gaan tijdens deze bijeenkomst met elkaar in gesprek en zullen ook heel veel ervaringen uitwisselen. De avond wordt begeleid door vrijwilligers van het AIC die in hun eigen leven te maken hebben met autisme.

Heb je vragen, dan kun je mailen naar coördinatoreindhoven@nva-nb.nl.

Je bent van harte welkom om deze avond te bezoeken!

Wanneer: Maandag 6 oktober 2025

19.20 ontvangst

19.30 aanvang

21.00 eindtijd

Locatie:

Wijkhuis de Dommel, Verdiruimte

Bennekelstraat 131

5654 DD Eindhoven



Uiterste inschrijfdatum: 3 oktober 2025 16:00 uur

Kosten: geen



SCAN MIJ

Aanmelden
klik hier



www.sclera.be