



SELBSTHILFEAARGAU

Gesprächsgruppe

Elternkaffee für Eltern mit Kindern im Autismus Spektrum

Kennst du das auch:

- Dein Kind hat die Diagnose ASS oder ist auf einer Warteliste für die Abklärung?
- Du hast das Gefühl, die ganze Welt versteht dich nicht?
- Du fühlst dich allein gelassen?
- Du funktionierst nur noch und weisst nicht, wie deine Batterien aufladen?
- Dir fehlt ein offenes Ohr, Tipps und Tricks für den Alltag?

Manchmal tut es gut, sich mit Menschen auszutauschen, die ähnliche Erfahrungen machen. In gelassener Atmosphäre bieten wir Raum für Gespräche, gegenseitige Unterstützung und neue Kontakte. Auf Augenhöhe, ohne zu Werten!

Mögliche Ziele dieser Selbsthilfegruppe:

- Du kannst deine Sorgen/Probleme erzählen.
- Du bekommst mehr als zwei Ohren, die dir zuhören.
- Du erhältst die Möglichkeit für einen wertvollen Austausch.
- Du lernst andere Eltern kennen, die ähnliche oder die gleichen Sorgen haben.
- Du merkst, dass du nicht mehr alleine bist.

Die Treffen findet einmal im Monat in Othmarsingen statt von 9.00 bis 11.00 Uhr. Die genauen Daten und Adresse sind auf der Rückseite ersichtlich.

Unkostenbeitrag: CHF 5.-

**Eine Anmeldung ist erforderlich unter elternkaffeeass@gmx.ch
Teilnahme beschränkt auf 20 Personen (für einen intensiven Austausch)**



SELBSTHILFE AARGAU

Weitere Informationen zur Gruppe und Anmeldung

Gerne per E-Mail an elternkaffeeass@gmx.ch

Zeit: 09.00-11.00

Adresse: Kirchrain 4, 5504 Othmarsingen

Daten:

27.08.2026

17.09.2026

15.10.2026

12.11.2026

10.12.2026

14.01.2027

18.02.2027

11.03.2027

08.04.2027

06.05.2027

03.06.2027

01.07.2027

In Zusammenarbeit mit

Selbsthilfe Aargau

Rain 6

5000 Aarau

056 203 00 20

info@selbsthilfe-ag.ch