

# Verstehen Sie Aspisch?

Selbsthilfegruppe für Angehörige von  
Menschen mit Asperger-Syndrom



Das Leben mit einem Asperger-Syndrom Betroffenen in der Familie, sei dies ein Partner oder ein Kind, fordert uns oft bis aufs Äusserste. Wir wollen unsere Lebenssituationen miteinander teilen, mit allen Facetten die dazu gehören. Auch das gemeinsame Lachen soll nicht zu kurz kommen.

**Ziel der Gruppe:** Austausch in entspannter Atmosphäre, hilfreicher Umgang mit der Diagnose, eigene Grenzen kennen lernen, einander ermutigen und im Gebet unterstützen. Umgang mit unseren Gefühlen wie Wut, Trauer, Verzweiflung, Gemeinsames erlernen der «Asperger-Sprache», neue Freiräume entdecken für Erholung, Umgang mit Behörden, Versicherungen und Fachpersonen.

**Daten 2024:** 27. Januar, 6. April, 15. Juni  
24. August, 19. Oktober, 30. November

**Zeit:** jeweils um 14 - 17 Uhr

**Ort:** Marktgasse 63, Eingang Käfiggässli, Bern

**Infos:** [asperger@vineyard-bern.ch](mailto:asperger@vineyard-bern.ch)