



## Webbutbildning om autism

Autismteamet på Vuxenhabiliteringen i Örebro har skapat en webbutbildning om autism. Den vänder sig till dig som har fått diagnosen Autismspektrumtillstånd. Webbutbildningen innehåller 7 avsnitt där det även finns reflektionsfrågor och tips. Du kan i egen takt lära dig mer om autism och hur det kan påverka ditt sätt att tänka, känna, ta in omvärlden och din vardag.

Kunskap om hur du själv fungerar ökar din förmåga att påverka ditt eget liv. Det handlar både om att kunna förklara för andra hur du fungerar, vilket tex kan vara värdefullt på en arbetsplats samt i dina relationer mm. Men det är även viktigt för att du ska förstå dig själv och kunna se dina styrkor och vad du har för utmaningar i din vardag.

Kunskap om dig själv gör det lättare att skapa strategier som gör att vardagen fungerar bättre.

Hoppas att du blir nyfiken och vill lära dig mer om autism.  
Länk till Webbutbildningen om autism finns här:

<https://autismintro.habiliteringskunskap.se/>

Lycka till!



Region Örebro län