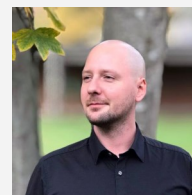




Netzwerk Autismus
Beratungs- & Koordinierungsstelle
für die Oberpfalz

Hermann-Köhl-Str. 2a, 93049 Regensburg
Tel: 0941 595799-81, Fax: 0941 595799-84
opf@netzwerk-autismus.eu
www.netzwerk-autismus.eu
Träger: Netzwerk Autismus Niederbayern
Oberpfalz GmbH

Das Team



Michael Hösl
Geschäftsführer



Janka Steuernagel
Dipl. Psychologin



Heike Vogel
Dipl. Sozialpädagogin



Lisa Gorlas
Fachberaterin
für Menschen mit ASS



Redaktion & Layout
Daniela Hummel
Sekretariat

NEWSLETTER NOVEMBER 2025

*Wer jetzt allein ist, wird es lange bleiben,
wird wachen, lesen, lange Briefe schreiben
und wird in den Alleen hin und her
unruhig wandern, wenn die Blätter treiben.*

Auszug aus einem Herbst-Gedicht von Rainer Maria Rilke

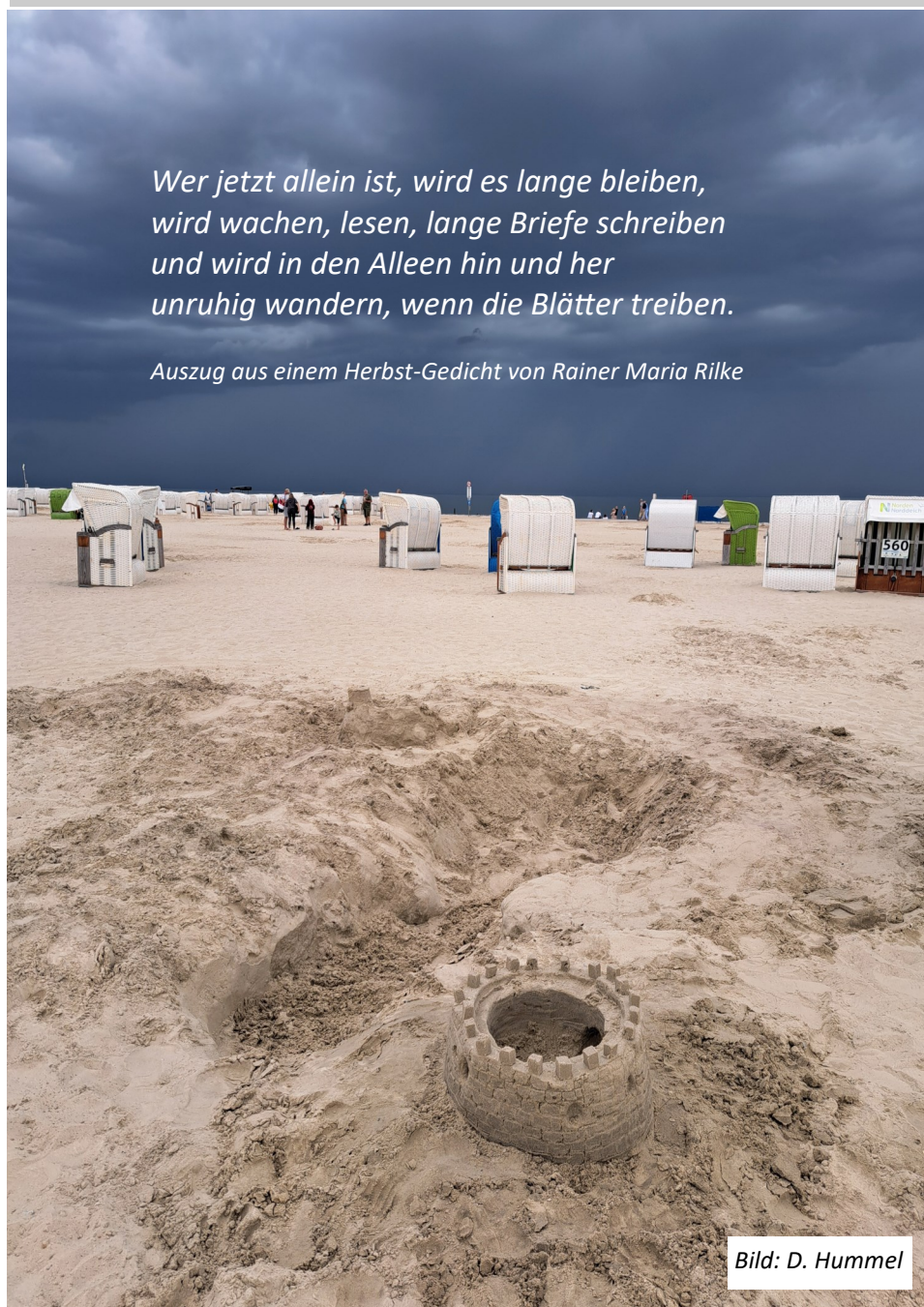


Bild: D. Hummel

Inhalt

- Angebote für Menschen mit einer ASS
- Stammtische für Eltern
- Außensprechstunden
- OTH Regensburg Weiterbildungswoche 10.-15.11.2025
- MITTENDrin: Schulung inklusiver Teilhabe-Tandems in Amberg-Sulzbach am Wochenende 01.-02.11.2025
- FLA-Fort-und Weiterbildungen
- Textbeitrag: Warum ich mich nicht gerne mit meiner Zukunft beschäftige
- Umfrage zu Essbesonderheiten bei autistischen Personen
- Inklusives Winterfest 02.12.2025
- Franziskuswerk Schönbrunn—Fort-und Weiterbildungen

Der Garten trauert,
Kühl sinkt in die Blumen der Regen.
Der Sommer schauert
Still seinem Ende entgegen.

Golden tropft Blatt um Blatt
Nieder vom hohen Akazienbaum.
Sommer lächelt erstaunt und matt
In den sterbenden Gartentraum.

Lange noch bei den Rosen
Bleibt er stehen, sehnt sich nach Ruh.
Langsam tut er die [grossen]
Müdgewordenen Augen zu.

Hermann Hesse



Bild: D. Hummel

Angebote für Menschen mit einer ASS

Aspie-Stammtisch

11.11.2025 um 18:00 Uhr

Netzwerk Autismus, Hermann-Köhl-Str. 2a, 93049 Regensburg

Netzwerk Frühstück

jeweils um 10:00 Uhr

19.11.2025

17.12.2025



Netzwerk Autismus, Hermann-Köhl-Str. 2a, 93049 Regensburg

Für unsere Planung erbitten wir Ihre Anmeldung unter opf@netzwerk-autismus.eu oder telefonisch unter 0941 59579981.

autismus Regensburg e. V.

Regionalverband zur Förderung von Menschen mit Autismus

1. Vorsitzende: Dajana Krstev

Einladung zum großen Gruppentreffen – Dienstag, 11.11.2025

Wir laden euch herzlich ein zum großen Gruppentreffen am
Dienstag, den 11.11.2025 ab 18:00 Uhr im Schreiberhaus!

An diesem Abend möchten wir:

den Austausch zwischen bestehenden Gruppen fördern,

neue Interessierte willkommen heißen,

und gemeinsam überlegen, ob es Bedarf für neue Gruppenangebote gibt.

Bitte gebt uns bis spätestens 06.11.2025 Bescheid, ob ihr teilnehmen möchtet, damit wir besser planen können.

Wir freuen uns auf einen offenen, inspirierenden Abend mit euch!

Webseite: www.autismus-regensburg.de

REGENSBURG: ASSpie-Moms

Elternstammtisch für Eltern von betroffenen Kindern ab Grundschulalter

Kontakt: ASSpie-Moms@web.de

Westlicher Landkreis: SH-Gruppe Freigeister

Wir wollen betroffene Eltern von Kindern mit ASS, ADHS, der Kombination von beidem oder auch „nur“ Hochsensibilität im westlichen Landkreis um Beratzhausen/Hemau/Laabers ansprechen, denn letztlich brauchen viele dieser Kinder ähnliche Unterstützung.

Interessierte Eltern können sich gerne an mich wenden: Peggy@drechsel-online.de

WEIDEN: Gesprächskreis Autismus

GESPRÄCHSKREIS AUTISMUS für alle Eltern, Angehörige und gesetzliche Betreuer von Menschen mit Autismusspektrumsstörung

Nähere Infos über offenehilfen@HPZ-Irchenrieth.de

SH-Gruppe

ASPERGER Kultur
REGENSBURG

Bei Interesse wenden Sie sich bitte an: asperger.regensburg@gmx.de

AUSSENSPRECHSTUNDEN 2025



AMBERG

15.12.2025

von 9:00-12:00 Uhr

in den Räumen der Erziehungsbera-
tungsstelle
Regensburger Str. 68, Amberg



CHAM

08.12.2025

von 9:00-12:00 Uhr

in den Räumen der OBA
der Barmherzigen Brüder
Schützenstraße 14, Cham



NEUMARKT

08.12.2024

von 9:00-12:00 Uhr

in den Räumen von
Regens Wagner Offene Hilfen
Dr. Schrauth-Str. 11, Neumarkt



WEIDEN

15.12.2025

von 9:00-12:00 Uhr

in den Räumen
der Erziehungsberatungsstelle
Josef-Witt-Platz 1, Weiden

Terminvergabe ausschließlich über Netzwerk Autismus, Tel. 0941 59579981

MITTENDrin: Schulung inklusiver Teilhabe-Tandems in Amberg-Sulzbach am Wochenende 01.-02.11.2025

Ihr wollt Eure Meinung sagen und selbstbestimmt in einem Netzwerk aktiv sein? Dann sucht Special Olympics Bayern Euch, als Inklusives Teilhabe-Tandem. Als Mitbestimmerinnen und Mitbestimmer.

Gemeinsam nehmt ihr an unserer kostenfreien 2-tägigen Schulung am 01.-02.11.2025 in Amberg-Sulzbach teil und entwickelt dort Ideen und Projekte für Euer Netzwerk (z.B. Sportverein, Arbeitskreis, sonstige Organisation). Nach der Schulung setzt ihr Eure Ideen gemeinsam mit Euren Netzwerken um – als inklusive Tandems. SOBY unterstützt Euch dabei.

Ihr seid interessiert und wollt gerne Mitbestimmer sein? Dann meldet Euch bei uns! Unter zusammeninklusiv@specialolympics-bayern.de oder direkt persönlich bei Frank Schuck (089/15702437) oder Franz Schlammerl (089/15702356).

Alle relevanten Informationen findet ihr unter diesem [Link](#).

Team **#ZusammenInklusiv** Bayern
Special Olympics Deutschland in Bayern e.V.
- Haus des Sports -
Georg-Brauchle-Ring 93 | 80992 München

zusammeninklusiv@specialolympics-bayern.de



Bild: D. Hummel

Ein herzliches Dankeschön
an

Frau Claudia Merznicht

M.A., Studienrätin im Förderschuldienst,
MSD-A

für ihr äußerst informatives und
gelungenes Impulsreferat
„TEACCH im Klassenzimmer“

anlässlich des Online-AKs
Schule und Schulbegleitung

Sehr geehrte Damen und Herren,

in der Woche vom **10.–15. November 2025** lädt die **OTH Regensburg** zu einer [Weiterbildungswoche](#) ein. Hier finden Informationsveranstaltungen zu den berufsbegleitenden Bachelor- und Masterstudiengängen der OTH Regensburg aus den Bereichen Wirtschaft, Technik, IT, Gesundheit und Soziales statt. Auch einzelne Hochschulzertifikate werden präsentiert.

Die Studiengangverantwortlichen stellen die Studieninhalte vor und stehen Ihnen für Ihre individuellen Fragen zur Verfügung. Nutzen Sie die Gelegenheit, um sich in dieser Woche umfassend zu informieren und tauschen Sie sich mit bereits berufsbegleitend Studierenden und Alumni aus!

Berufsbegleitende Bachelorstudiengänge – auch ohne Abitur

- Betriebswirtschaft (B.A.) | 15. November, 16:00 Uhr (Präsenz)
inkl. Schnuppervorlesung ab 14:00Uhr
- Evidence Based Practice Ergotherapie (B.Sc.) | 13. November, 17:00 Uhr (online)
- Evidence Based Practice Pflege (B.Sc.) | 11. November, 17:00 Uhr (online)
- Pflegemanagement (B.A.) | 11. November, 17:00 Uhr (online)
- Soziale Arbeit (B.A.) | 13. November, 18:00 Uhr (online)
- Systemtechnik (B.Eng.) | 10. November, 18:00 Uhr (online)

Berufsbegleitende Masterstudiengänge

- Business Administration (MBA) | 12. November, 18:00 Uhr (online) NEU: Jetzt für Wirtschaftler und Nicht-Wirtschaftler
- Informationstechnologie (M.Eng.) | 12. November, 18:00 Uhr (online)
- Leitung und Kommunikationsmanagement (M.A.) | 12. November, 17:00 Uhr (online)

Berufsbegleitende Hochschulzertifikate

- Certified Conflict Practitioner | 12. November, 12:30 Uhr (online)
- Future Skills for Business Professionals | 12. November, 12:00 Uhr (online)
- Innovations-Coaching | 11. November 16:30 Uhr (online)
- KI-tech | 13. November, 17:00 Uhr (Präsenz)

Wussten Sie bereits, dass Sie viele Module aus unseren Studiengängen auch einzeln belegen können?

Weitere Infos und Anmeldung

Sie sind herzlich eingeladen! Wir freuen uns, wenn Sie diese Nachricht auch an Interessierte in Ihrem Umfeld weitergeben.

Freundliche Grüße

Ihr Team vom Zentrum für Weiterbildung und Wissensmanagement der OTH Regensburg

i.A. Petra Schmöller

Senior-Referentin für Marketing und Wissensmanagement, OTH Regensburg, Fon +49 941 943 9858
petra.schmoeller@oth-regensburg.de www.oth-regensburg.de/weiterbilden

Achtung – nicht verpassen! Es sind noch Plätze frei in folgenden Veranstaltungen:

NEBI Impuls: 2025 geschafft?! Rückblick & Perspektive – Ein Impulsvortrag für Lehrkräfte und Schulleitungen

Mittwoch, 05.11.25 16-18 Uhr (online)

Autismus.Basis.Plus. Intensivwoche – In Niedersachsen als Bildungsurlaub anerkannt

Montag, 10.11.25 – Donnerstag, 13.11.25 9-16 Uhr (online)

Autismus & Schulbegleitung – praktische Hilfen – BV – 20251124 – Fortbildungsinstitut Lebenshilfe Alfeld | Leine e.V.

Montag, 24.11.25 14-19 Uhr (online)

Offen für alles? – Suchtgefahr im Spektrum – FM – 20251126 – Fortbildungsinstitut Lebenshilfe Alfeld | Leine e.V.

Dienstag, 25.11.25 16-19 Uhr (online)

Jetzt anmelden – wir freuen uns auf Sie!

Team Fachberatung und Fortbildung

Fortbildungsinstitut (FLA)

Nikolaistr. 8

31137 Hildesheim

Tel.: 05121 2849257

E-Mail: fla-autismus@lebenshilfe-alfeld.de

Internet: www.fla-pro.de



Bild: D. Hummel

Warum ich mich nicht gern mit meiner Zukunft beschäftige

Ich habe in einem meiner vorherigen Artikel geschrieben, dass ich immer einen Plan für die nächsten Tage brauche, mich immer vorbereiten will. Mich mit meiner näheren Zukunft zu beschäftigen, gibt mir Sicherheit. Ich kann überlegen, was auf mich zukommen könnte, und entscheiden, wie ich darauf reagieren kann, wie ich mich darauf vorbereiten kann. Aber ich vermeide es, weiter in die Zukunft zu denken. Ich bin niemand, der Vertrauen in die Welt und das Leben hat. Ich bin auch niemand, der darauf vertraut, dass alles schon irgendwie gut wird, oder zumindest so kommen soll, wie es kommen mag. Ich versuche, nicht über das nächste Jahr hinaus zu denken, weil ich mir alles danach nur so grauenhaft vorstellen kann, dass ich beim Gedanken daran Herzrasen bekomme. Zukunftsangst ist, wie ich finde, die verständlichste Angst überhaupt. Die Zukunft hängt von so vielen Faktoren ab, die man selbst nicht kontrollieren kann, und das allein wäre schon schlimm genug. Ich weiß aber auch schon, dass in den nächsten Jahren immer mehr Situationen auf mich zukommen werden, für die ich jetzt keine Lösungen finde.

Ich weiß jetzt schon, dass ich nächstes Jahr höchstwahrscheinlich Nachmittagsunterricht haben werde. Ich weiß jetzt schon, dass es immer schwieriger werden wird, mündliche Aufgaben durch schriftliche zu ersetzen. Und ich weiß jetzt schon, dass ich immer in Situationen geraten werde, mit denen alle anderen umzugehen wissen und ich nicht. Zukunft heißt Veränderung, und Veränderung kann zwar Verbesserung bedeuten, aber auch das Gegenteil. Im Moment komme ich in meinem Alltag einigermaßen zurecht. Aber wie wird es in zwei Jahren sein, wie in zehn? Viele versprechen mir zwar, dass es nach der Schule leichter wird, weil man mehr selbst bestimmen kann. Aber dafür gibt es keine Garantie. Es kann genauso gut sein, dass es nach der Schule schwieriger und nicht leichter wird, weil die Anforderungen noch höher und die Möglichkeiten, unkompliziert einen „Sonderweg“ zu gehen, noch geringer sind. Alles, was ich weiß, ist, dass von mir immer Kompetenzen erwartet werden, die ich nicht habe und nicht haben werde. Ich weiß, dass ich jetzt im Moment zurechtkomme. Und ich weiß, dass es in den nächsten Jahren nicht leichter wird. Für vieles, wovon ich schon weiß, kann ich keine Lösungen finden. Ist es da nicht verständlich, dass meine Zukunft nichts ist, woran ich gern denke?

Und alle anderen sind mir in dieser Hinsicht auch nicht gerade eine Hilfe. Je älter ich werde, desto mehr sorgen alle anderen um mich herum dafür, dass mir die kommenden Jahre noch schwärzer erscheinen. Interessanterweise scheinen einige Lehrer zu denken, dass ich sorglos mit der Gewissheit, man würde mir immer entgegenkommen, in die Zukunft blicke. Sehr oft höre ich, dass ich endlich aus meiner „Komfortzone“ treten und daran arbeiten müsse, bestimmte Situationen auszuhalten oder zu bewältigen, besonders was Interaktion mit anderen betrifft. Ansonsten bekäme ich in den nächsten Jahren Probleme, spätestens beim Kolloquium, allerspätestens in der Berufswelt. Diese Aussagen tragen nicht gerade dazu bei, mich zuversichtlich zu stimmen. Sie vergrößern nur meine Angst vor der unvermeidlichen, schrecklichen Zukunft. Ich weiß selbst, dass ich immer Probleme im Alltag haben werde. Aber auch, wenn alle, die mir meine Zukunft düster ausmalen, etwas anderes zu glauben scheinen – ich werde nie ein anderer Mensch sein und das will ich auch nicht. Vielleicht werde ich in einigen Jahren ein paar Dinge besser können als heute, aber ich werde nie nichtautistisch sein – und, wie gesagt, das will ich auch nicht. Meistens bin ich zufrieden mit meinem Leben. Ich habe im Moment den richtigen Weg für mich gefunden, meinen Alltag zu bewältigen.

Aber ich habe keine Ahnung, was in drei Monaten passieren wird, ich habe keine Ahnung, wie das nächste Schuljahr wird, ich habe keine Ahnung, wie mein Leben in zehn Jahren aussehen wird – und das macht mir Angst. Ich kann mir nur denken, dass es vermutlich schwierig für mich wird. Aber das einzig Positive, das man Unberechenbarkeit zugestehen muss, ist, dass es auch viel besser kommen kann, als ich es mir gerade vorstelle.

Textbeitrag: Amelie

**Helfen Sie uns,
mehr über Essbesonderheiten bei autistischen Personen zu erfahren!**

Wir laden Sie herzlich ein, an unserer Online-Befragung teilzunehmen. Ihre Erfahrungen und Meinungen sind wertvoll und tragen zu einem besseren Verständnis von Essbesonderheiten bei autistischen Personen bei. Die Teilnahme ist anonym und dauert nur einige Minuten.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

Die Teilnahme ist unter folgendem Link <https://www.soscisurvey.de/Essbesonderheiten/>

Oder QR Code





Bild: D. Hummel

Es zogen Kraniche nach Süden,
und träumend folgtest du dem Zug
mit einem Blick, der nimmermüde,
viel Fernweh, Sehnsucht in sich trug.

Du sahst vor dir die Palmenhaine,
den wilden Fels' am blauen Meer
und auch am Hang versteckt das kleine,
weiß strahlend', schöne Haus, so hehr.

Zu gerne wärst du mitgezogen,
wärst du nur wie ein Vogel, frei!
Bist in Gedanken fort geflogen,
entflohist kurz grauem Einerlei.

Ingrid Herta Drewing

Inklusives Winterfest 02.12.2025



Liebe Freunde des Regensburger Weihnachtssingens,

hiermit dürfen wir euch eine super Aktion für das Regensburger Weihnachtssingen vorstellen: Ein großartiges inklusives Winterfest im **Weihnachtsdorf am Brandlberg**, das es so noch nie gegeben hat, findet am Dienstag, den 02.12., ab 17 Uhr statt.

Behinderte oder erkrankte Kinder und deren Begleitung, sowie Kinder und Erwachsene ohne Behinderung werden einen großartigen Abend erleben. Michael Landstorfer stellt uns sein Weihnachtsdorf kostenlos zur Verfügung. Dafür DANKE !

Freuen Sie sich auf einen Abend voller Genuss und Atmosphäre: Feinste herzhafteste und süße Spezialitäten – von Flammhachs und zartem Ochsenfleisch bis hin zu Kaiserschmarrn. Dazu gibt es heißen Glühwein, Punsch und kühles Bier vom Fass. Feuerstellen und ein großartiges musikalisches Rahmenprogramm sorgen für die perfekte Stimmung. Singer & Songwriter Michael Lex, die Blaskapelle Barbing und die Turmbläser Bad Abbach werden dabei sein.

Der Reinerlös der Veranstaltung geht komplett an das Regensburger Weihnachtssingen bzw. das Kinderzentrum St. Martin.

Der Preis pro Karte beträgt 49,00 Euro incl. MwSt.

Freier Eintritt für Kinder bis 6 Jahre!

Eintritt, Verköstigung und Rahmenprogramm sind im Preis enthalten.

Das Besondere :

Sie können nicht nur selbst dabei sein, sondern eine Patenschaft für ein behindertes oder benachteiligtes Kind und deren Begleitung übernehmen.

<https://www.regensburger-weihnachtssingen.de/inklusives-winterfest-zu-gunsten-des-regensburger-weihnachtssingens/>

Das Franziskuswerk Schönbrunn bietet laufend interessante Fort– und Weiterbildungen. Das breite Spektrum des Angebotes entnehmen Sie bitte unter

<https://www.franziskuswerk.de/startseite/lernen/fortbildungen-weiterbildungen/menschen-mit-autismus/>

Unsere Gesellschafter:



BARMHERZIGE BRÜDER
Gemeinnützige Behindertenhilfe GmbH



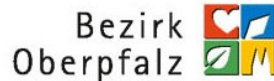
Caritasverband für die
Diözese Passau e.V.



Katholische
Jugendfürsorge
der Diözese
Regensburg e.V.



Dieser Soziale Dienst wird gefördert
aus Mitteln des:



Träger: Netzwerk Autismus Niederbayern Oberpfalz GmbH
Sitz der Gesellschaft: Grasgasse 12, 93047 Regensburg
Registergericht: Amtsgericht Regensburg
HRB-Eintrag: Regensburg 11244
Geschäftsführer: Michael Hösl

Haftung für Links: Unser Angebot enthält Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalte wir keinen Einfluss haben. Deshalb können wir für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seiten verantwortlich. Die verlinkten Seiten wurden zum Zeitpunkt der Verlinkung auf mögliche Rechtsverstöße überprüft. Rechtswidrige Inhalte waren zum Zeitpunkt der Verlinkung nicht erkennbar. Eine permanente inhaltliche Kontrolle der verlinkten Seiten ist jedoch ohne konkrete Anhaltspunkte einer Rechtsverletzung nicht zumutbar. Bei Bekannt werden von Rechtsverletzungen werden wir derartige Links umgehend entfernen.