
MÄRZ 2026



NAUTILUS – Newsletter

Beratungs- und Gruppenangebote für Menschen im Autismus - Spektrum



Willkommen bei Nautilus

WILLKOMMEN

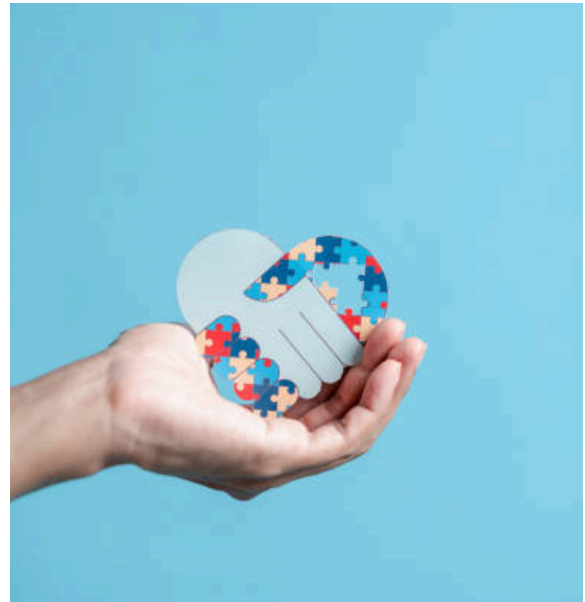
Vielen Dank für Ihre tolle Nachfrage und Ihr großes Interesse an unseren Angeboten. Das motiviert uns sehr!

Wir sind sehr stolz nach einem Jahr eine tolle Bilanz zu ziehen. Wir haben in den letzten Monaten in unseren Beratungen insgesamt 85 Menschen erreicht und freuen uns auch in den Gruppen an stetiger Nachfrage und neuen Gesichtern.

Unsere Soziale - Kompetenz Gruppe

Auch in diesem Jahr entwickeln wir unser Angebot stetig weiter und freuen uns besonders auf die Soziale Kompetenzgruppe, die im Juni startet.

Es handelt sich um eine geschlossene Gruppe mit sechs Teilnehmenden von 21 bis 35 Jahren und insgesamt 4 Terminen. Ein flexibler Einstieg in die Gruppe ist nicht möglich.



Das Angebot ist kostenlos. Die Termine für die Gruppe lauten wie folgt:

- **Mittwoch, 15. Juli 2026**
- **Mittwoch, 19. August 2026**
- **Mittwoch, 16. September 2026**
- **Mittwoch, 21. Oktober 2026**

Immer von 16:30 bis 18:30 Uhr

Eine Anmeldung ist ab jetzt über unsere Mailadresse nautilus.info@sf.hamburg möglich.

weitere Themengruppen

Zum Ende des Jahres sind weitere Themengruppen geplant:

- **18.11.2026 Studium mit Autismus –(K)ein Problem?**
- **16.12.2026 Sucht, Depressionen und Zwänge in Kombination mit dem Autismus – Spektrum**
- Wir bitten um eine Anmeldung! Die Teilnehmendenzahl ist auf 10 begrenzt und die Gruppe ist ausschließlich für Betroffene.



offene Gruppe am Vormittag

Ab Mai erweitern wir unser Gruppenangebot um eine offene Vormittagsgruppe. Diese findet künftig am letzten Donnerstag im Monat von 11:00 bis 13:00 Uhr statt.

Der 1. Gruppentermin ist der 28. Mai 2026.

Interaktionelles Gruppenangebot

Wir möchten an dieser Stelle Werbung für das Interaktionelle Gruppenangebot für Menschen im Spektrum machen. Danke hier an unsere Kolleginnen Frau Schöne und Frau Gelhausen.

Das Angebot wird ab März immer Dienstagabend von 17:30 bis 19:30 Uhr stattfinden. Bei Rückfragen wenden Sie sich gerne an unsere Kolleginnen unter:

Ursula.Schoene@sf.hamburg
Jule.Gelhausen@sf.hamburg



Autismus Pride DAY

Ein besonderes Anliegen ist uns außerdem der Autismus Pride day am 18.06.2026. Diesen möchten wir gemeinsam mit Ihnen bei feiern. Dabei stellen wir unser Projekt und unsere Gruppenangebote vor und widmen uns dem Thema: „Autismus – meine Stärke“ Die Einladung richtet sich an Betroffene, Angehörige sowie Fachkräfte. Details folgen im April.



Vielen DANK

Ihr habt Lust auf eine Beratung bei uns oder wollt in die Gruppe(n) kommen? Dann checkt gerne diesen QR - CODE zur Anmeldung.

Anton Voß und Mara Wulf



Wer wir sind...

Anton Voß (Psychologe)
Mobil: 0151 55146661

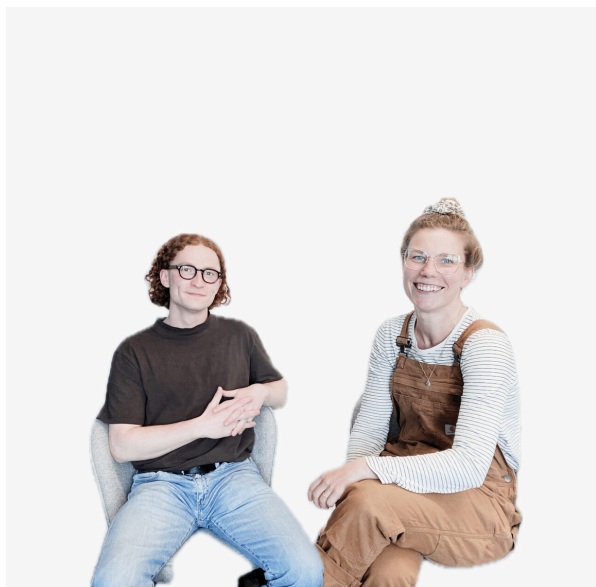
Mara Wulf (Rehabilitationspädagogin)
Mobil: 0176 14802801

Sie erreichen uns telefonisch montags bis donnerstag von 08:00 – 14:00 Uhr.

So finden Sie uns:
Ambulante Jugend- und Familienhilfe
Langenhorner Chaussee 92-94
22415 Hamburg

Wir sind im 2.OG über dem Hamburger Autismus Institut.

Wir sind ein kostenloses Angebot der Stiftung Freundeskreis.



Bildnachweise



und hier nochmal die Quellen für unsere Bilder...

Bild - unsere SKT Gruppe

Herz in Hand:

<https://silicium5.com/blog/de/autismus-spektrum-storung-erwachsene-erwachsenealter/>

Bild 2 - unsere SKT Gruppen

Herz mit Stecker :

<https://www.istockphoto.com/de/vektor/emotionale-intelligenz-ei-oder-kontrollgef%C3%BChl-und-emotion-mit-logisch-denkendem-gm155523220-526761777>

Weitere Themengruppen

Bild mit Kopf:

<https://www.meinherzlacht.de/angebote/themengruppen>

Offene Themengruppe

Gruppenbild:

https://de.freepik.com/vektoren-kostenlos/hand-gezeichnete-zeichnungssilustration-der-masse_43215096.htm#fromView=keyword&page=1&position=32&uuid=48e0b412-3643-465a-8875-1ac8d3f60aa4&query=Gruppe

Bild - interaktionelles Gruppenangebot

Gruppe:

<https://www.ipu-berlin.de/fort-und-weiterbildung/die-psychoanalytisch-interaktionelle-methode-pim/>

Bild - autistic pride day

<https://www.qualify.edu.au/autistic-pride-day/>