



UNIUNEA EUROPEANĂ



GUVERNUL ROMÂNIEI
MINISTERUL MUNCII, FAMILIEI,
PROTECȚIEI SOCIALE ȘI
PERSOANELOR VÂRSTNICE
AMPOSDRU



Fondul Social European
POSDRU 2007-2013



Instrumente Structurale
2007-2013



ORGANISMUL INTEREDIAR
REGIONAL PENTRU POS DRU
REGIUNEA BUCUREȘTI ILFOV



Autism Speaks® 

SERVICII PENTRU FAMILIE

Ghid pentru BUNICI

© 2013 Anumite fragmente ale Ghidului sunt reproduse, sub licență, cu permisiunea Autism Speaks. Fundația Romanian Angel Appeal își asumă integral răspunderea pentru conținutul Ghidului în limba română.



GUVERNUL ROMÂNIEI
MINISTERUL MUNCII, FAMILIEI,
PROTECȚIEI SOCIALE
ȘI PERSOANELOR VÂRSTNICE







Ghid pentru bunici



REACTIA FATA DE DIAGNOSTIC

Majoritatea bunicilor sunt socati cand aud pentru prima oara ca nepotul/nepoata lor a fost diagnosticat/a cu autism. S-ar putea sa treceti printr-o gama de emotii precum tristete, vina, jena si furie. S-ar putea sa treceti printr-o perioada dureroasa, similara celei prin care trec parintii.

REACTII DES ÎNTÂLNITE

Furie - „Chestia asta ni se trage din partea familiei ginereului meu.”

Confuzie - „Sunt copleșit de toate aceste informatii.”

Negare - „Asta nu se poate intampla familiei mele.”

Dezamagire - „Voi reusi oare sa stabilesc o relatie cu nepotul meu?”

Frica - „Ce-o sa se intample cu nepotul meu cand eu n-o sa mai pot sa-l ajut?”

Vina - „Am facut ceva de s-a intamplat asta? Ar fi trebuit s-o ajut pe fiica mea mai mult in timpul sarcinii?”

Neputinta - „As vrea sa pot schimba ceea ce i se intampla familiei mele.”

Fiecare persoana reactioneaza în felul său propriu la auzul vestii despre diagnosticul de autism. S-ar putea sa va faceti griji pentru fiul/fica dumneavoastra, pentru sotia/sotul ei și pentru felul in care vor face fata situatiei si s-ar putea sa nu stiti cum sa ii ajutati. Probabil aveti multe intrebari si s-ar putea sa dureze pana veti primi un raspuns. Acest Ghid va va ajuta sa gasiti un punct de pornire in procesul de adaptare la diagnostic, să depășiți momentul si sa faceți progrese în calitatea dumneavoastră de bunic al unui copil afectat de autism.

În plus, puteți să descărcați de pe internet ghidul *Ghidul primelor 100 de zile* creat de organizatia Autism Speaks pentru familiile al caror copil a fost recent diagnosticat.

ROLUL DUMNEAVOASTRĂ CA BUNIC

Daca nepotul dumneavoastră a fost de curand diagnosticat cu autism, va simtiti probabil copleșiti. Va dura pana sa va dati seama de rolul dumneavoastră ca bunic al unui copil cu autism. Cel mai probabil, aveti încă aceleasi prioritati și mod de viață ca inainte de aflarea diagnosticului.

Multi bunici relateaza ca si-au schimbat valorile și că se implică mai mult in viata de familie si in activitatile cu familia, ceea ce ii face sa se simta multumiti si impliniti.

In 2009, rețeaua internațională *Interactive Autism Network (IAN)* a facut un studiu in randul a 2600 de bunici ai unor copii diagnosticati cu autism pentru a afla cum le-a schimbat viata faptul ca nepotul/nepoata lor are autism si cum au sprijinit ei nevoile emotionale si materiale ale copiilor lor (acum adulti) si ale nepotului/nepoatei lor cu autism.

Acestea sunt cele mai importante concluzii din partea bunicilor:

- Aproape 30% dintre bunici au fost primii care au observat ca era ceva in neregula cu dezvoltarea nepotului/nepoatei lor.



- Aproape 90% au considerat ca experienta datorată situației nepotului lor i-a apropiat mai mult de propriii lor copii.
- 72% dintre bunici au spus ca și ei au avut un rol în decizia tratamentului pentru nepotul/nepoata lor.
- Mai mult de 7% au spus ca s-au împărțit între gospodăria proprie și cea a copiilor lor, pentru a putea sa fie de ajutor in tot ceea ce inseamna cresterea unui copil cu autism, in timp ce 14% s-au mutat mai aproape (dar nu in aceeași casa) din același motiv.
- Peste 34% au spus ca au grija de nepotul lor cel puțin o data pe saptamana si unul din cinci bunici a relatat ca se ocupă cu regularitate de transportul nepotului/nepoatei lor.
- Aproape 6% dintre bunici au spus ca situatia familiei devenise atat de grea, incat si-au asumat rolul de parinte.
- Un sfert din bunici au relatat ca, lunar, cheltuiesc aproape 99\$ pentru nevoile specifice ale nepotului/nepoatei cu autism, câțiva dintre ei contribuind cu mai mult de 500\$ sau 1000 \$ pe luna.

Pentru informatii suplimentare puteți consulta pagina web IAN Survey.

SPRIJIN PENTRU NEPOTUL/NEPOATA DUMNEAVOASTRA

Când nepotul/ nepoata dumneavoastra este diagnosticat/a cu autism, s-ar putea sa nu știți cum să fiți de folos. E posibil ca sprijinul de care are nevoie acest copil sa fie diferit de cel pe care il acordati celorlalti nepoti pe care îi aveți. Relatia cu nepotul/nepoata afectata de autism poate fi diferita, dar la fel de speciala si plina de satisfactii.

Implicați-vă in viata nepotului/nepoatei dumneavoastră. Daca puteți, dedicați-i un moment special din timpul dumneavoastră, pe care sa-l petreceti împreună în mod regulat. Copiilor cu autism le prinde bine un program stabil, previzibil si plin. Incercati sa gasiti activitati care sunt structurate si pe care sa le faceti impreuna in mod periodic. Intrebati- i pe parinti care sunt activitatile preferate ale nepotilor dumneavoastră, cele care îi fac să se simtă bine si care nu ii frustreaza.

CE AU DE SPUS GRUPURILE DE SUPTOR FORMATE DE BUNICI!

- Luati legatura cu alti bunici care au nepoti afectati de autism.
- Intrebati-i pe copiii dumneavoastră daca stiu alte familii cu bunici in zona.
- Alaturati-va unor filiale locale ale organizatiilor nationale de autism, ca de exemplu, miscarea locala Walk Now for Autism Speaks, din Statele Unite.
- Pentru a afla despre alti bunici dornici să discute sau să participe la crearea unui grup de suport, interesați-vă în cadrul spitalelor, discutați cu medicii pediatri sau neurologi si apelați la furnizorii de servicii de asistenta pentru persoane cu autism.

Sa stiti ca exista multe optiuni de tratament si resurse disponibile pentru familia dumneavoastra. Pentru mai multe informatii despre autism si optiuni de tratament, vizitati pagina web

www.autismspeaks.org



Este important, totodata, sa identificati in zona dumneavoastra furnizori de servicii de asistenta temporara pentru persoane afectate de autism. Pentru exemple in acest sens, puteti consulta Ghidul de Resurse Autism Speaks, disponibil pe pagina web www.autismspeaks.org/community/fsdb/search.php

Lată o serie de sfaturi practice despre cum să vă folosiți la maxim timpul pe care-l petreceți cu nepotul / nepoata care suferă de autism, oferite de membrii unui grup de suport înființat de bunici în Statele Unite (Grandparent Autism Network):

- Cand sunteți vizitați de nepoti, delimitați-le o zona a lor unde sa se poată juca cu jucariile preferate si unde sa puteti sa mestesugiti impreuna. Marcati zona cu un semn, o poza sau un simbol pe care ei sa il recunoasca si la care sa se intoarca cu ocazia vizitelor viitoare. Folositi aceeasi tehnica de demarcare si semnalizare și pentru a le arata: unde sa isi atarne hainele în cuier, unde sa se aseze la masa, etc.

- Pregatiti-i dinainte pe copii pentru experiente noi sau sarbatori in familie, descriindu-le in detaliu evenimentul care urmează să se întâmple. O sa-i ajute sa nu fie tematori cand acesta va avea loc. li va ajuta de asemenea pe copii sa inteleaga ce comportament este potrivit pentru ocazia respectiva.

- Puneti pe frigider sau într-un loc vizibil poze cu locuri pe care urmeaza sa le vizitati sau unde urmeaza sa faceti cumparaturile si intrebati-i pe nepoti unde le-ar placea sa mearga. Pregatiti programul zilei aranjand pozele în ordinea în care vor fi vizitate locurile alese, astfel incat copiii sa poata anticipa durata activitatilor.

- Dezvoltați activități pornind de la ceea ce îi interesează, îi atrage sau le place foarte mult copiilor. Tineti minte ca nu puteti sti de ce anume este interesat un copil pana nu a incercat mai multe lucruri. În plus, interesele lor se pot schimba in timp. Daca nepotul/nepoata dumneavoastra nu e interesat/ă de o anumita activitate, mai incercati dupa ceva vreme. Din moment ce copiii isi schimba preferintele in mod regulat, merită să incercati și altă dată.

- Cand luati masa cu nepotii in oras, alegeti restaurante unde nu trebuie sa asteptati foarte mult și care nu cer un cod de conduită strict in timpul mesei. Sunati inainte la restaurant pentru a comanda, daca anticipati o asteptare lunga si dificila la servirea mesei.

- Daca vă veti desparti de nepotul/nepoata dumneavoastra pentru o perioada de timp, marcați data în care va veti reintalni, punând în calendar o poză a dumneavoastră. Astfel copilul poate sa anticipeze cand veti fi din nou impreuna.

Pentru sfaturi suplimentare, puteti vizita pagina de internet www.gaininfo.org.

SPRIJIN PENTRU FAMILIA DUMNEAVOASTRA

Bunicii sunt foarte preocupati de binele propriilor lor copii, care sunt parinti ai unui copil cu autism. Din moment ce diagnosticul de autism pus unui copil poate genera un stres emotional, dificultăți financiare si probleme în căsnicie, bunicii joaca adesea un rol important in susținerea familiilor lor.

Aveti aici niste idei despre cum ati putea ajuta:



- Intrebatii daca puteti avea grija de nepotul/nepoata dumneavoastra pentru cateva ore sau peste noapte, astfel incat parintii sa poata lua o pauza sau sa se bucure de puțin timp împreună.

- Daca locuiti prea departe sau daca nu va incanta ideea de a sta cu nepotii peste noapte, va puteti oferi sa platiti niste servicii de asistenta temporara.

- Informati-va dumneavoastră insiva si apoi intreaga familie despre autism. Participati la seminarii, cititi carti, comunicati cu familia prin e-mail sau telefonic pentru a fi la curent cu progresul nepotului/nepoatei dumneavoastră.

- Implicați-vă in tratamentul si dezvoltarea nepotului/nepoatei dumneavoastră. Daca locuiti in apropiere, oferiti-va sa va insotiti nepotul/nepoata la intalnirile cu terapeutul, participați la aceste intalniri si învățați tehnici prin care să interactionați eficient cu nepotul/nepoata.

Exemple de modalitati prin care ii puteti sprijini la nivel emotional pe copiii vostri adulti:

- Comunicați cu ei cât mai onest și direct, impartasindu-le propriile dumneavoastră tristeti, temeri si bucurii. Fiti deschisi si sinceri când le povestiți despre interactiunea cu nepotul/nepoata dumneavoastră: spuneți-le exact ceea ce simțiți. Relaționarea cu un copil afectat de autism poate fi epuizantă sau dificilă. Este firesc sa recunoasteti ca uneori va simtiti frustrati sau sleiti de puteri.

- Respectati hotararile pe care le iau in legatura cu copilul lor afectat de autism. Va vor aprecia sprijinul. Daca aveti anumite intrebari, cereti explicatii suplimentare sau mai multe informatii.

- Insuflati familiei dumneavoastră speranta. Pentru că în momentul de față există cercetari promitatoare care deschid multe posibilitati pentru viitor. Dacă sunteți interesați să primiți pe e-mail noutati legate de studiile și progresele stiintifice din domeniu, vă puteți abona pe internet la e-Speaks, buletinul electronic informativ al organizatiei Autism Speaks.

AVETI GRIJA ȘI DE DUMNEAVOASTRĂ

Ca bunic, puteti juca un rol important in viata nepotului/nepoatei cu autism si a parintilor săi, dar este important sa aveti grija și de dumenavoastră înșivă, ca sa va puteti ajuta familia. Nu e usor sa gasiti un echilibru intre nevoile personale și timpul, energia pe care vi le solicita nepotul/nepoata dumneavoastră. Dureaza până sa gasiti acest echilibru. Ca în orice criză, nu exista un mod potrivit de reactie.

Cu toate acestea, exista multe lucruri pe care le puteti face pentru a avea grija de dumneavoastră si a ajunge la un mod sanatos de a face față lucrurilor:

- Faceți-va timp pentru dumneavoastră insiva si viata dumneavoastra personala. Mențineți-vă sanatosi și în putere. Faceti exercitiile fizice de care aveti nevoie pentru a avea o sanatate buna.

- Alaturati-va unui grup de sprijin pentru bunici. Dacă vorbiți cu altii care trec prin aceleasi lucruri ca si dumneavoastră, o să simțiți că nu sunteți singuri.

- Nu ezitati sa cereti ajutor specializat. S-ar putea sa va fie de folos o discuție cu un asistent social, un consilier școlar sau un membru al parohiei locale, care este obiectiv si este alaturi de dumneavoastră.



• Faceti lucruri care vă încarcă cu energie si acordați-vă pauze! Reveniți la hobby-uri mai vechi sau explorați unele noi.

RETELELE DE SPRIJIN ONLINE

Multi bunici apelează la internet pentru a lua legatura cu alti bunici care au nepoți diagnosticați cu autism si pentru a gasi sprijin. Internetul ofera acces nelimitat, nu necesita deplasare si, în plus, păstrează un grad de anonimare care este important pentru unii bunici.

Ca exemplu, organizația americană Autism Speaks are un departament de Servicii adresate Familiei, care se ocupă în fiecare saptamana de un birou online numit Office Hours. Oricine se poate înscrie, isi poate spune povestea sau poate adresa o întrebare. Participanții se simt încurajați de usurinta cu care pot accesa si împartasi informatii .

INTREBĂRI FRECVENTE DIN PARTEA BUNICILOR

Intrebare: *Tocmai am aflat ca nepotul meu a fost diagnosticat cu autism. Vreau sa fiu de folos. Ce pot face pentru a ajuta familia ficei mele?*

Raspuns: Faceti un pas inapoi si respirati adanc! Familia ficei dumneavoastră va avea nevoie de sprijin, dar nu uitati ca și dumneavoastră aveti nevoie de timp pentru a vă înțelege propriile sentimente cu privire la această veste. În mod asemănător, familia ficei dumneavoastră ar putea avea nevoie de un ragaz înainte de a sti ce fel de sprijin îi este necesar. Atât dumneavoastră, cât si familia ficei dumneavoastră veti trece printr-o gama de sentimente de tristete, soc sau furie. Ca bunic, s-ar putea sa suferiti nu numai pentru nepotul dumneavoastră si pentru soarta mai bună pe care ar fi meritat-o, ci si pentru propriul dumneavoastră copil, care este adult si căruia i-ați fi dorit o experienta mai „normala” de parinte. Totuși, nu asteptati prea mult daca nu primiți un raspuns după ce v-ați oferit să-i ajutați. Puteți să o faceți deja, în diverse feluri: sa stati cu ceilalti nepoti, sa le gatiti o data pe saptamana, sa-i ajutati cu treburile gospodaresti sau cu cumparaturile. Orice puteti face le va face viata un pic mai usoara in aceasta perioada de incercari.

Intrebare: *Fiul si nora mea evită orice discuție cand vine vorba să-i ajut în legătură cu nepotul meu, care tocmai a fost diagnosticat cu autism. Nu vreau sa-mi depasesc atributiile, dar e vorba de nepotul meu.*

Raspuns: Căutați să aflați care sunt sentimentele lor si povestiți-le cu sinceritate despre temerile dumneavoastră. Incercați sa nu-i judecați, asta daca nu cumva credeți cu tărie ca nepotul dumneavoastră ar putea fi in pericol din cauza unei alegeri facute de parintii lui. Nu este ușor sa fii rabdator într-o astfel de perioada, dar vei obtine rezultate mai bune pe termen lung daca nu iti impui cu forta punctul de vedere.

Intrebare: *Mi-e greu sa stabilesc o relatie cu nepotul meu afectat de autism. Deși îmi doresc mult, comportamentul lui face ca acest lucru sa fie dificil. Ce pot să face pentru a avea o legatura mai buna?*

Raspuns: Multi bunici au avut reactii asemanatoare din partea nepoților lor. Întrucât, prin natura sa, această tulburare face dificilă exact interacțiunea socială, poate fi greu sa construiesti o relatie si o legatura cu un copil cu autism,. In plus, comportamentul unui copil poate fi deranjant. Unele manifestări care, din punct de vedere social, sunt considerate indezirabile, pot fi stânjenitoare când ești in public. Fiți rabdator si cereți ajutorul parintilor săi. Incepeți prin a participa, pentru perioade scurte de timp, la activitati structurate care ii fac placere nepotului. Obțineți cateva “victorii” de



acest fel si mergeți mai departe. Intentiile dumneavoastră bune vor fi recompensate in timp.

Intrebare: Ce pot face pentru sensibilizarea publicului în legătură cu autismul si cum pot susține in mod activ reglementările guvernamentale referitoare la cercetarea acestei afecțiuni si la servicii corespunzătoare pentru persoanele afectate?

Raspuns: Bunicii pot lupta foarte eficient, din poziția lor, împotriva stigmatizării sociale asociată cu autismul. Recunoscând public faptul ca aveți un membru al familiei afectat de autism, îi puteți incuraja pe cei din jur sa puna întrebări si astfel sa se informeze si sa devina conștienți de această tulburare.

Deoarece trăim în vremuri de criză și fondurile guvernamentale pentru serviciile necesare persoanelor cu autism sunt limitate, asigurarea finanțării necesare cercetării și serviciilor depinde foarte mult de susținerea dumneavoastră, cei care puteți pleda public cauza și problematica autismului. Întalniți-va, discutați și scrieți parlamentarilor, oficialilor guvernamentali, profesorilor și directorilor de școli, directorilor companiilor de asigurări și altor profesioniști din domeniul educației, locuirii sau transportului public. Toată lumea ascultă un bunic, așa ca profitați de acest lucru!

POVESTI ALE BUNICILOR

„Ca bunica a unui frumos nepotel de 5 ani afectat de autism, mi-am propus sa aflu tot ce se poate despre Tulburările din Spectrul Autismului și despre ce pot face eu ca sa-l ajut. Cred ca e nevoie de o armata de oameni sa crești un copil în zilele noastre, dar acest lucru se aplica cu atat mai mult unui copil cu autism. Sunt conștientă ca rolul meu de bunica s-a schimbat. Sunt hotărâtă sa-i ajut în orice mod pot. Împreună cu familia mea, am strans bani pentru prima oara, pentru evenimentul Autism Speaks din Atlanta organizat în 22 mai 2011. Avem nevoie de finanțare pentru cercetare și avem nevoie de o reforma în domeniul asigurărilor de sanatate aici în Georgia pentru a acoperi costul terapiei și tratamentelor pentru acești copii. Va rog și pe voi sa fiti niște bunici activi!”

- Teresa Steppe, Atlanta GA

„Atât sotul meu, cât și eu l-am studiat multă vreme, după naștere, pe nepotul nostru (fiul ficei noastre și al ginerelui nostru). Obişnuiam să discutăm foarte des despre diferențele dintre el și ceilalți copii (lipsa contactului vizual, nu-i placea sa-i atingem pielea, probleme intestinale permanente, nu-i placea sa fie luat în brațe, nu a mai vorbit...). Medicul pediatru le tot spunea parintilor lui că „Are nevoie de timp. S-a născut prematur.” În cele din urma am cautat simptomele lui pe internet (Google) și am găsit raspunsul: autism. Parintii lui s-au mobilizat sa afle ce e autismul, cine îi poate ajuta și astfel au ajuns la Dr. Mary și terapia ABA!!! (Parintii de aici nu mai sunt singuri în lupta aceasta, deoarece Spitalul National de Copii are un Centru pentru Tulburari de Spectru Autist și o Retea pentru Tratamentul Autismului). Încă de când s-a născut, am fost gata sa stam oricând cu nepotul nostru. Am urmat instructiunile parintilor lui în privința îngrijirii lui. Ginecele nostru are idei foarte bune în ceea ce priveste hrănirea copilului. Mi-a spus odata sa-l „infas” ca sa nu mai planga. A functionat! Ne-a aratat și cum sa-l tinem în brațe - nu sprijinit pe umarul nostru, nu așa aproape, ci întins în poala (mult mai confortabil pentru nepotul nostru). Când a fost diagnosticat cu autism și sindromul Fragile X la 2 ani, am început sa participam la sesiunile de terapie ABA. VAI, cât de mult ne-au ajutat! Am învățat sa ne concentram mai degrabă pe abilitățile nepotului nostru decât pe dizabilitati. Când nepotul nostru avea 5 ani, stateam cu el și într-o zi l-am învățat sa joace poker. M-am gândit ca respectivele carti au numere și forme, așadar pokerul ar putea fi educational. A doua zi de dimineata, fica mea m-a sunat și m-a întrebat daca



jucasem poker cu o seara inainte pentru ca, la micul dejun, nepotul nostru spuse: „Am ful.” Cand Buni a venit din nou sa stea cu el, el a scos cartile si am jucat poker. In curand va face 16 ani. De la acea întâmplare, jucăm solitaire la dublu sau in trei si alte jocuri cu cartile. Imi amintesc cand m-a luat prima oara de mana sa urcam la etaj sa faca baie! Aproape ca renuntasem sa-l mai intreb, dar din fericire nu m-am oprit. Mi-au dat lacrimile. Aruncam și la cos! Ma intrecea de cand avea 7-8 ani! Ne facea placere sa-l privim cum se juca singur cand era mititel. Treptat, ne-a permis și nouă sa ne jucam cu el. Parintii lui se straduiesc sa-l implice in activitati specifice varstei, ca de exemplu jocuri, TV, petreceri... lui, desi are o tulburare mentala moderata, ii place muzica, „canta” la tobe, încă mai arunca la cos, inoata, participa la diverse activitati cu pustii de varsta lui si face progrese reale cu programul ABA si cu scoala. Chiar ieri, cand a fost intebat, i-a răspuns varului sau mai mare (20 de ani) ca e in clasa a X a. De ce este acest lucru important? Pentru ca noi nu l-am intebat niciodata. Eu o întrebam mereu pe mama lui: „La ce nivel citește acum?” Și, deși e o diferenta foarte mare intre raspunsurile lor - mama spune: „Clasa a VI a”, el spune: „Clasa a X a” – de fapt, amandoi au dreptate.

Tuturor parintilor si bunicilor care nu stiu ce sa faca la inceput, le spun: amintiti-va de rolul vostru de bunici (stiu ca unii bunici au mai multe roluri și responsabilități). Să ne oferim sa stam cu nepotul; să ne oferim sa gatim o data sau de mai multe ori; să invatam care sunt cuvintele/ expresiile la modă folosite acum; să continuam sa iubim si sa pretuim; să avem asteptari mari, dar să fim fericiti cand facem pasi mici. Vietile noastre s-au schimbat și putem să aducem schimbare și în viata nepotului nostru, facand ceea ce este necesar si firesc. Iubiți-l mult pentru a deveni bunicul de care are nevoie nepotul dumneavoastră.”

- Barbara Peacock, co-președinte (împreună cu soțul, Roger) al Columbus Walk Now For Autism Speaks Community Outreach

„Nepotul nostru de 3 ani si jumătate, Charlie, este autist. A fost diagnosticat la 2 ani. A avut vacanta in august asa ca am ajutat-o pe fica noastra avand grija de el timp de 3 saptamani. Iata cum am invatat sa ajutam:

1. Lui Charlie ii place locul de joaca pentru copii, astfel ca eu si bunicul lui il duceam acolo chiar și de doua ori pe zi. Am exersat cu el si l-am invatat sa se catere si sa capete incredere pe aparatele respective. Am descoperit ca si altor copii cu autism le place sa mearga la locul de joaca si astfel am cunoscut oameni la fel ca noi acolo.

2. Am gătit tone de chiftele de vita, de pui, de curcan pentru Charlie...folosind un ou la aproape 500 g de carne si orez brun si condimente. Charlie le adora! La fel si mama lui, pentru ca le scoate din congelator si sunt gata numaidecat. Exista tot felul de retete fără gluten, fara cazeina, fara soia pe care bunicile / bunicii le pot pregati si congela!

3. Cu serviciul ei cu norma intreaga si ingrijirea lui Charlie, fica noastra nu mai are timp deloc sa caute informații pe internet, de exemplu despre problemele pe care le au alti parinti cu copii autisti. Charlie are nevoie de un iPad. Ce sa facem? Toata lumea spune: ”pai, cauta pe Google”. Mama lui este copleșita de treburi. Ne-a spus ca cel mai bun mod de a o ajuta e sa cautam, sa gasim un produs, sa-l achizitionam si sa i se livreze acasa, iar ea ne va da banii. Asa ca asta facem eu si sora mea pentru ea.

4. Fiica noastra nu are timp nici sa se tunda. Asa ca l-am dus pe Charlie la locul de joaca, apoi la piscina – fiindca iubeste apa – pentru ca fica noastra sa mearga in acest timp sa se aranjeze la par pentru prima oara dupa luni de zile.



5. Fiica noastra vrea sa-l duca pe Charlie la Disneyland. Așa că mai întâi am încercat o versiune mai mica – l-am dus la Knott's Berry Farm - ca sa vedem cum se descurca. I-a placut mai ales Tabara Snoopy si s-a dat in tiribombe! Ne-am intors tarziu in seara aceea. Ma gandeam cu teama care va fi atitudinea lui la restaurant la ora 9 seara, dupa patru ore in parc, dar mama lui era pregatita. A mancat mai intai el. Apoi, in timp ce mancam noi, Charlie s-a uitat la DVD-ul lui preferat, pe care mama lui il pregatise de acasa. Minunat, m-am gandit!

Dupa ce am trait eu însămi o mică parte din lucrurile prin care trece fiica mea zi de zi, am inceput sa susțin cursuri de terapie prin scris pentru parintii de copii cu autism, pentru a le oferi un grup de sprijin emotional. Acesta poate fi un remediu foarte bun pentru numeroasele lor probleme.

Sper ca aceste ganduri sa-i ajute si pe alti bunici!"

Mary Lee, Arizona

