



# SAM MAIL

September 2025

*#EmpoweringThroughAutonomy*

## **Update over Update**

Zo'n vier maanden geleden kregen de SAM en SAM-Junior apps een grote update. Hierop hebben wij veel reacties ontvangen. Soms positieve, soms negatieve. Op basis daarvan hebben wij een paar extra aanpassingen gemaakt. Zo staan er in de app nu meer icoontjes in plaats van plaatjes.

Andere verbeterpunten die wij vaak terughoren zijn de mogelijkheid om de extra vragenlijsten op te slaan en een 'dark mode'-functie. Wij horen jullie en zijn ermee bezig!

Wij blijven graag je feedback ontvangen. Zo voeren wij nu een studie uit waarin wij ontevreden gebruikers interviewen.



## **Gezocht: ADHD'ers voor nieuwe studie**

Dat de Stress Autism Mate stress kan verminderen bij mensen met autisme, staat al een tijdje vast. Mensen met ADHD hebben kenmerken die soms overeenkomen met die van mensen met autisme, maar soms ook juist niet. Daarom onderzoeken wij nu of de app ook bij hen werkt, en zo niet, hoe wij de app aan hun behoeften kunnen aanpassen.

Ken jij mensen met ADHD die de SAM-app vier weken lang zouden willen gebruiken? Laat ze dan een mailtje sturen naar [a.m.d.huiskes@student.vu.nl](mailto:a.m.d.huiskes@student.vu.nl)!



## **Volg ons op Facebook!**

SAM is sinds kort weer actief op Facebook! Like en share:  
<https://www.facebook.com/profile.php?id=61580256123640>



## Webinar Autisme en Maskeren

Het webinar over autisme en maskeren heeft inmiddels plaatsgevonden. [Klik hier om hem terug te kijken!](#)

Ons volgende webinar gaat over autisme en culturele diversiteit. Datum en tijdstip kondigen wij binnenkort aan op onze website en sociale media.



## Jouw ervaringsverhaal in de app?



Sinds kort staan er ervaringsverhalen over stress bij autisme in de app. Daarin delen SAM-gebruikers wat stress voor hen betekent en hoe zij hiermee omgaan. Wil jij ook een verhaal schrijven? Met of zonder onze hulp? Of word je liever geïnterviewd, in podcastvorm? Alles kan! Mail ons via [sam@ggzcentraal.nl](mailto:sam@ggzcentraal.nl). We bijten niet, beloofd.

## Sociale stress, wat is dat precies?

Afwijzing, pesten, buitensluiting of het verlies van een dierbare: het zijn allemaal onderdelen van het leven. En voor veel mensen met autisme misschien nog wel meer dan bij anderen. Leveren zulke situaties ook stress op? En hoe komt dat eigenlijk? Ervaringsdeskundige en promovendus [Alvin van Asselt](#) legt dit uit op onze website: <https://www.stressautismmate.nl/sociale-stress/>

### SAM Goes Global

De SAM wordt in steeds meer landen beschikbaar en onderzocht. Onze nieuwste projecten vinden plaats in Zweden, Portugal en Japan!

