

Välkommen till digital föreläsning  
och uppmärksammande av Världsautismdagen 2024  
tisdag 2 april kl. 18.00- 20.15:

Jill Rogheden

## Autism – varför är det så svårt att få energin att räcka till?

Ett av de största problemen vid autism är ofta bristen på energi. Åtskilligt i vardagen kan också ge upphov till mer stress än hos andra. Stress och energibrist sänker förmågorna samtidigt som svårigheterna blir större. Detta kan orsaka stora utmaningar och ibland leda till allvarliga konsekvenser. Men genom att nå en god balans förhöjs välbefinnandet och förmågan att klara av vardagens krav vilket därtill ger bättre förutsättningar i ett livsperspektiv.



**Jill Rogheden** blev som vuxen diagnostiserad med autism och ADD. Hon är också mamma till två barn med autism och ADHD och dotter till en förälder med NPF. Dessutom är Jill utbildad inom autism/NPF. Genom sitt företag Imaginari ger hon konsultationer, föreläser och handleder. I sin blogg "Ett annat sätt att tänka" delar Jill med sig av pedagogiska tips och livet med autism:  
[www.ettannatsattattanka.wordpress.com](http://www.ettannatsattattanka.wordpress.com)

Datum: tisdag 2 april  
Tid: 18.00 – 20.15 inkl. paus  
Plats: Online via Zoom  
Kostnad: Gratis

Anmälan:  
<http://tinyurl.com/anmalan-varldsautismdagen> eller genom att skanna koden nedan  
Sista anmälningsdag: 31 mars



I samarbete med Autism Blekinge, Jönköping län, Kalmar län,  
Kronoborgs län, Skåne, Östergötland.