

SPEKTRUM



Mot ljusare tider

INNEHÅLL

Sid. 2 Information från styrelsen
Sid. 3 Kallelse årsmöte 2023
Sid. 4 Stipendium 2023

Sid. 5 Pusselbiten 2023
Sid. 6 Lisebergsresan
Sid. 8-15 Kalendarium



autism
Östergötland



Autism Östergötland

Nu har vi bytt namn på förbundet och föreningen. Vi arbetar för att det gamla namnet ska tas bort och ersättas av det nya. Förhoppningsvis är det arbetet klart när ni får denna tidning.



Om Covid-19 och aktiviteter

Covid-19 är inte längre en samhällsfarlig sjukdom, vi ser dock att det är många som blir sjuka till och från fortfarande. Vi ber er fortsättningsvis att stanna hemma från aktiviteter om det finns förkylningssymtom inom familjen. *Styrelsen & kansliet*

Världsautismdagen 2023!

Den 2/4 är det **Världsautismdagen**.

Vi planerar för ett öppet hus på Thapperska i Norrköping.

Tid: 12:00-15:00

Håll utkik på vår hemsida från och med mars för mer information:

www.autism.se/ostergotland

Tipsa oss gärna om nyheter, aktiviteter och skicka in bilder!

Bilder behöver vara högupplösta.

Skicka ett mail till:

spektrum@autism-ostergotland.se

Hjälp oss!

Vi vill gärna veta när det händer saker inom tex LSS eller andra områden där personer med autism befinner sig. Håll gärna koll i lokaltidningarna på just DIN ort och fota/skanna och maila till oss.

info@autism-ostergotland.se

Styrelsen

Föreningens hemsida och uppläsning!

En del har svårt att läsa det som står på hemsidan. För er finns det möjlighet att få innehållet på sidorna upplästa. Klicka på "Lyssna" (markerad med en svart ruta på bilden).

www.autism.se/ostergotland

Ansvarig utgivare: Anna Paulsen

Layout: Anna Wikström

Foto framsidan: Helén Josefsson

Tryck: Screenprint

Piktogram: www.pictoselector.eu

Nästa nummer: Nr 2 2023 i augusti/september 2023

Sista datum för material till tidningen är 1 augusti.

Kallelse till årsmöte med Autism Östergötland

När: tisdagen den 28/3

Tid: 18:30

Plats: Föreningshuset Fontänen, Västra vägen 32, Linköping

Förslag till dagordning:

1. Mötets öppnande
2. Val av ordförande för mötet
3. Val av sekreterare för mötet
4. Val av två justeringsmän tillika rösträknare
5. Fastställande av dagordning
6. Upprättande och justering av röstlängd
7. Fråga om mötet blivit behörigen utlyst
8. Föredragning och behandling av styrelsens verksamhetsberättelse och ekonomiska redovisning
9. Föredragning av revisionsberättelse
10. Fråga om fastställande av balans- och resultaträkning
11. Fråga om ansvarsfrihet
12. Fastställande av medlemsavgift för nästkommande år
13. Fastställande av ersättningar under innevarande år
14. Fastställande av verksamhetsplan och budget för innevarande år
15. Val av ordförande för en tid av ett år
16. Val av övriga styrelseledamöter för en tid av två år.
17. Val av styrelsesuppleanter och fastställande av ordningen för inträde i styrelsen
18. Val av revisor och revisorssuppleant
19. Val av valberedning
20. Val av ombud jämte ersättare till riksmötet
21. Behandling av inkomna motioner och förslag framlagda av distriktsstyrelsen och Autism Sveriges styrelse
22. Mötets avslutande

Från och med den **28/2** finns verksamhetsberättelse och ekonomisk redovisning att tillgå på kansliet, 011-10 43 16, eller via mail till anmalan@autism-ostergotland.se

Motioner skall vara oss tillhanda senast den **20/2**. Skickas via mail till info@autism-ostergotland.se eller per post till: Autism Östergötland, c/o Paulsen, Rundelgatan 10, 573 35 Tranås. Märk kuvertet "Motion"

Sista anmälningsdag för deltagande på årsmötet är den **20/3**.

Anmälan sker till anmalan@autism-ostergotland.se eller till Anna, 0707-818 919.



Vill du vara med i vår styrelse?

Att vara med i styrelsen innebär att man är med och påverkar vad som ska hända i föreningen under året. Vi har cirka 6-8 styrelsemöten per år (å 2 timmar/gång). Utöver det engagerar man sig i det som behöver göras utifrån sina egna förutsättningar.

Vill du ställa upp i styrelsen?

Kontakta valberedningen@autism-ostergotland.se

Vill du veta mer om hur det är att sitta i styrelsen?

Kontakta Anna Paulsen, anna@autism-ostergotland.se

eller 0707-818 919 (vardagar kl. 9-17).

Stipendium 2023

Nu är det dags att söka föreningens stipendium.

Du som är medlem i Autism Östergötland kan ansöka om vårt stipendium. Stipendiet är på 5000 kr. Summan kan komma att delas mellan flera sökanden om styrelsen finner det lämpligt. Det finns inga begränsningar för vad du kan söka för, styrelsen avgör vad som är mest lämpligt. Alla ansökningar är hemliga och styrelsens beslut kommer inte att kungöras offentligt.

Senast den 20/2 vill vi ha din ansökan.

Du kan skicka talongen nedan i brev till nedanstående adress.
Det går bra att skriva på ett annat papper.

Märk kuvertet med "Stipendium".

Autism Östergötland, c/o Carlsson, Kamrersgatan 4A, 61432 Söderköping

Du kan också maila din ansökan till maria.carlsson@autism-ostergotland.se

Stipendium 2023



Namn:

Medlemsnummer:

Gatuadress:

Postnummer och postort:

E-postadress:

Telefonnummer:

Kostnadsberäkning:

Motivering till ansökan:

Pusselbiten 2023

Nominera någon till föreningens Pusselbit!

Syftet med Pusselbiten är att uppmärksamma någon som gjort något bra för personer med autism/våra medlemmar under året som varit eller under längre tid. Du kan nominera nästan vem som helst. Det kan vara medlemmar i föreningen, andra privatpersoner, organisationer och företag m.m. Pusselbiten kommer att delas ut i samband med Världsautismdagen i början av april 2023.

Senast den 20/2 vill vi ha din nominering.

Du kan skicka talongen nedan i brev till nedanstående adress.

Det går bra att skriva på ett annat papper.

Märk kuvertet med "Pusselbiten". Autism Östergötland, c/o Carlsson, Kamrersgatan 4A, 61432 Söderköping.

Du kan också maila din nominering till maria.carlsson@autism-ostergotland.se

Pusselbiten 2023

Du som nominerar

Namn:

Medlemsnummer:

Gatuadress:

Postnummer och postort:

E-postadress:

Telefonnummer:

Den som blir nominerad

Namn/organisation/företag:

Gatuadress:

Postnummer och postort:

E-postadress:

Telefonnummer:

Motivering till nomineringen:



Lisebergsresan 17 juni 2023

I år blir det två bussar som åker till Liseberg. Avgång från Norrköping sker kl. 7:30. Den tidiga bussen åker hem kl. 17:30 (Buss 1). Den sena bussen åker hem kl. 22 (Buss 2). Påstigningsorter är Norrköping, Linköping och Mjölby. Det finns några platser för att åka med egen bil (det betalar ni själva). Exakta tider meddelas i slutet på maj/början på juni till de som ska följa med på resan.

Platser på resan:

De som aldrig tidigare deltagit i en Lisebergsresa kommer garanterat att få platser under förutsättning att det inte blir fullt i bussarna. Detta gäller om man anmäler sig mellan 20-27/1. De platser som sedan är kvar kommer att gå i tur och ordning efter att er anmälan kommit in. Besked om ni kommer med eller inte kommer senast den 29/1.

Pris för bussresan (priset beror på åldern på avresedagen):

60 kr per medlem från och med 13 år

30 kr per medlem mellan 6 och 12 år

Gratis per medlem 5 år och yngre

Avgiften skall vara betald senast den 31 mars (betalningsuppgifter får ni i bekräftelsen).

Det du betalar själv

Du betalar själv din mat och dricka under dagen. Du kan ta med matsäck om du vill det.

Ledsagarband

Föreningen betalar precis som tidigare entré och åkband till attraktionerna. Vuxna som har barn med sig räknas som ledsagare och ni får ledsagarband. Med ledsagarbandet kan man åka endast tillsammans med den eller dem som man ledsagar. Vill man åka utöver det får man själv betala ett åkband.

Vuxna med egen diagnos som inte har barn med sig får självklart åkband som vanligt.

Frågor?

Kontakta Anna på liseberg@autism-ostergotland.se eller 0707-818 919 (vardagar kl. 9-17).

Medlemsavgift

Din medlemsavgift SKALL vara betald och registrerad hos förbundet innan du sätts upp på anmälningslistan för resan.

Anmälan öppnar 20 januari kl. 18:00.

Uppgifter i anmälan:

Namn och ålder (ÅÅMMDD) på samtliga resenärer

Telefonnummer

Buss 1 (hemfärd kl. 17.30), buss 2 (hemfärd kl. 22)

eller egen bil

Skicka anmälan till liseberg@autism-ostergotland.se



Föreläsning 16 februari

Vad är en Individuell plan?

Alla som har en LSS-insats har rätt till en individuell plan (IP) enligt LSS. Många vet inte vad en IP är eller varför den är den viktigaste planen. Den blandas ofta ihop med genomförandeplan (GFP) och samordnad individuell plan (SIP).



Elisabeth Ingvarsson, ordförande FUB Östergötland, föreläser om vad Individuell plan är och hur den används.

Individuell plan: För vem, med vem och vart?

För vem?	Med vem?	Vart?
För personer som har en beviljad LSS-insats. LSS-handläggaren ska informera och erbjuda insatsen.	Med personer som är viktiga för huvudmannen här, nu och framåt. LSS-handläggaren sköter inbjudan.	En plats där personen känner sig trygg.

När: 16/2

Tid: 18:00-20:00

Pris: Gratis

Var: Thapperska, Gamla Övägen 23, Norrköping

Anmäl dig till info@autism-ostergotland.se eller till Anna på 0707-818 919.

Uppgifter i anmälan: För- och efternamn samt telefonnummer.

Sista anmälningsdag är den 8/2 för beräkning av dryck och frukt som vi bjuder på.

Varmt välkommen!



KALENDARIUM: Januari - Juni 2023

Anmälan till aktiviteter

Det är obligatorisk anmälan till alla aktiviteter/föreläsningar förutom Öppen dörr.

Anmälan via mejl: anmalan@autism-ostergotland.se

Var noga med att få med alla uppgifter som efterfrågas vid respektive aktivitet.

Anmälan via telefon:

Kansliet 011-10 43 16, telefontider: tisdag 16:30-18.30, torsdag 10:00-12:00

Ibland är vi inte på plats på telefontiden men prata gärna in din anmälan på telefonsvararen:

- Vilken aktivitet du/ni anmäler till och datum
- Namn på den/dem du anmäler
- Ditt telefonnummer (gärna 2 ggr) för att kunna få en bekräftelse på att din anmälan är mottagen
- Ange eventuella allergier (till de aktiviteter där det behövs)

Anmälan på Facebook:

Det går bra att anmäla sig i tråden som skapas inför varje träff inne i respektive Facebookgrupp om du är medlem där. Annars anmäler du enligt ovan.

Detta gäller för AST-Gemenskap Linköping och föräldraträffarna i Linköping.



Avbokning av aktiviteter

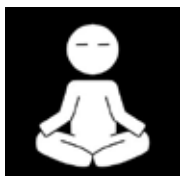
Då vi ibland har många reserver till våra aktiviteter är det viktigt att alltid avboka om ni får förhinder.

Avbokning ska ske genom sms till Anna på **0707-818 919**.

Spara gärna numret.

Avbokning ska **INTE** ske via mail

– då anmalan@autism-ostergotland.se inte kollas varje dag.



YOGA

Våra medlemmar får boka yogapass som är på 75 minuter hos Jan och Kathleen som tidigare drev Kundalini Yogacenter vid Ängsbacken Övre i Söderköping.

Hör av er till Jan, 070-410 49 22, eller Kathleen, 070-958 96 45, för bokning.

E-post: angsbacken.ovre@gmail.com



FÖRÄLDRAGRUPP

Här har du möjlighet att träffa andra föräldrar till barn med autismspektrumtillstånd (diagnostiserat eller förmodat) och diskutera och utbyta erfarenheter medan vi fikar. Dessa träffar är barnfria för att ni föräldrar ska få lite "barnfri" tid. Obligatorisk anmälan, sista anmälningsdatum inom parentes nedan.

Första
anmälningsdag
23/1

Föräldragrupporna har varsin Facebookgrupp där man kan vara med om man vill, säg till ledarna eller maila någon av mailadresserna nedan så bjuder vi in dig.

Är du intresserad av att vara med på träffar i Norrköping?

Maila info@autism-ostergotland.se

Plats: Fontänen, Bergqvists rum, Västra vägen 32, Linköping

Tid: 11:00-13:00

Ledare: Anna Hammarsten och Ronny Hellman

Information & anmälan: anmalan@autism-ostergotland.se,

via facebookgruppen eller till kansliet 011-10 43 16 - ange eventuella allergier

LINKÖPING

18/2 (13/2)

18/3 (13/3)

22/4 (17/4)

13/5 (1/5) **Tid:** 12:00-14:00 – restaurangbesök (var bestämmer vi under träffen innan)



ÖPPEN DÖRR NORRKÖPING

Dörren är öppen för alla, både för medlemmar och för dig som vill veta mer om föreningen. Inget särskilt är planerat. Vi bjuder på fika. Ingen anmälan är nödvändig.

Dag: måndag, jämna veckor

Tid: 18:00-20:00

Plats: Thapperska, Gamla Övägen 23, Norrköping

Information: anmalan@autism-ostergotland.se, tel. 011-10 43 16

Datum:

JANUARI 9/1, 23/1

FEBRUARI 6/2, 20/2

MARS 6/3, 20/3

APRIL 3/4, 17/4

MAJ 15/5, 29/5

Sommaren 2023:

Vid denna tidnings tryck vet vi ännu inte hur sommaren kommer att se ut.

Kolla i kalendern på hemsidan från och med början på juni:

<https://www.autism.se/ostergotland/kalender-ostergotland/>





AST-GEMENSKAP

Till våra träffar är du som är 18 år eller äldre och har Aspergers syndrom, högfungerande autism eller liknande välkommen. Vid behov får du också ta med dig en ledsagare, kontaktperson eller någon annan som du känner dig trygg med.

Aktivitetsdatum (sista anmälningsdatum inom parentes nedan).

LINKÖPING

Tid: 18:00-20:00, måndagar om inget annat anges nedan

Plats: Fontänen, Västra vägen 32, Linköping om inget annat anges nedan

Ledare: Helen Hagström och Anders Koroly

Information & anmälan: anmalan@autism-ostergotland.se,
via Facebookgruppen eller till kansliet på 011-10 43 16

- 16/1** (9/1) Vi testar era kunskaper i en musikquiz. Lycka till!
- 30/1** (23/1) Fika på stan. **Plats:** Espresso house, Nygatan 25, Linköping
- 13/2** (6/2) Vi löser en spännande frågesport.
- 27/2** (20/2) Filmkväll. Vilken film vi ser beslutas i Facebookgruppen.
- 13/3** (6/3) Bowling, vem får första striken?
Plats: Strandgatan 2, Linköping
- 27/3** (20/3) Spelkväll. Vi spelar några av föreningens alla spel.
- 24/4** (17/4) Vi kommer att ha en vänskaplig 5-kamp utomhus.
Plats: samling vid Fontänen
- 8/5** (1/5) Vi löser ett spännande stadsmysterium.
Plats: samling vid Stadshuset, Storgatan 43, Linköping
- 22/5** (15/5) Vi äter glass hos Bosses glassbar.
Plats: Platensgatan 3, Linköping
- 5/6** (29/5) Minigolf. Vi avslutar vårens aktiviteter med minigolf.
Plats: Valla fritidsområde, Stratomtavägen, Linköping

NORRKÖPING

Tid: onsdagar, 18:00-20:00 om inget annat anges nedan

Plats: Thapperska, Gamla Övägen 23, Norrköping om inget annat anges nedan

Ledare: Linda Örulv och Anders Koroly

Information & anmälan: anmalan@autism-ostergotland.se eller kansliet 011-10 43 16

JANUARI

- 11/1** (8/1) **Tid:** 18:00-21:00. Vi bakar sockerkaka för att frysa in till Öppen dörträffarna.
- 18/1** (15/1) Fika på stan. **Plats:** Espresso house, Drottninggatan 50, Norrköping.
- 25/1** (22/1) Filmkväll. Vi ser på film genom en av Thapperskas projektorer. Filmen väljer vi vanligen på plats från ett urval, men om filmen blir vald innan skriver vi titeln i kalendern på hemsidan. Träffen kan pågå längre än till klockan 20:00 beroende på vilken film som blir vald.

FEBRUARI

- 1/2** (29/1) Yatzyturnering. Vi har en liten sällskaplig yatzyturnering med ett pris till vinnaren.
- 8/2** (5/2) **Tid:** 18:00-19:30. Vi bowlar i Vilbergen. **Plats:** Vilbergen bowling, Urbergsgatan 90, Norrköping
- 15/2** (12/2) **Tid:** 18:00 Vi spelar innebandy. Vi kan klä om och duscha på plats. Möjlighet finns att vara i bastun också. OBS! Gympasalen är bokad från klockan 18:15 men träffen börjar klockan 18:00.

MARS

- 22/2** (19/2) Frågesport. Leif och Jerry har knåpat ihop en klurig frågesport som vi får lösa.
- 1/3** (26/2) Lätt yoga med Linda. Kom i mjukisbyxor eller andra mjuka kläder! Dusch och ombyte kommer inte att behövas (men om du behöver byta om så kan vi ordna det). Vi yogar först och fikar efteråt, så se till att inte vara vrålhungrig.
- 8/3** (1/3) Bio på Filmstaden. **Plats:** Filmstaden, Drottninggatan 56, Norrköping
- 15/3** (12/3) **Tid:** 18:00. Badminton. Vi spelar badminton i gympasalen. Vi kan klä om och duscha på plats. Möjlighet finns att vara i bastun också. OBS! Gympasalen är bokad från klockan 18:15.
- 22/3** (19/3) **Tid:** 18:00-21:00. Våffelkväll. Vi lagar smaskiga våfflor till kaffet och självklart är det med grädde och sylt.
- 29/3** (26/3) Våra favoritlåtar. Vi delar med oss av vår favoritmusik. Vi spelar upp låtar via Spotify. OBS - det är frivilligt att dela med sig - det går även bra att bara lyssna.

APRIL

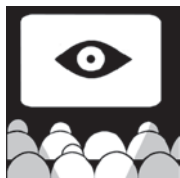
- 5/4** (2/4) Bingo. Vi låter hjulet rulla denna nervkittlande kväll. Vem får bingo först?
- 12/4** (9/4) Vi spelar shuffleboard. **Plats:** Eventcenter, Mirum galleria, Hagebygatan 147, Norrköping.
- 19/4** (16/4) Zumba. Maria leder ett zumbapass för oss. Vi kan klä om och duscha på plats. Möjlighet finns att vara i bastun också. OBS! Gympasalen är bokad från klockan 18:15 men träffen börjar klockan 18:00.
- 26/4** (23/4) **Tid:** 18:00-21:00. Vi lagar mat tillsammans: bakad potatis och bakad söt-potatis med smarriga röror. Vi ser till att det finns både glutenfria och laktosfria alternativ. Hör av dig senast på söndagen om du är vegetarian/vegan eller behöver annan specialkost!

MAJ

- 3/5** (30/4) 5-kamp. Vi kommer att ha en vänskaplig 5-kamp utomhus. **Plats:** samling utanför Thapperskas södra entré
- 10/5** (7/5) Stadsvandring där vi löser ett mysterium. **Plats:** samling vid Tyska torget, Norrköping
- 17/5** (14/5) Tipspromenad. Vi går en tipspromenad. **Plats:** samling utanför Thapperskas södra entré
- 24/5** (21/5) Minigolf Haga. Vi spelar minigolf, båda banorna om man så vill och hinner. **Plats:** Lindö minigolf, Pampusvägen 40, Norrköping
- 31/5** (28/5) Frisbeegolf. Vi spelar frisbeegolf. **Plats:** KFUM Äventyrsgolf, Dragsgatan 10, Norrköping

JUNI

- 7/6** (4/6) Grilla korv & kubb. En trevlig grill- och spelkväll avslutar vårens träffar.



BIO

I Norrköping och Söderköping visas nyare biofilmer för våra medlemmar. Då har vi hela salongen för oss själva. Vi släcker inte ned helt, utan har svag belysning under hela visningen. Vi har inte heller lika högt ljud som på vanliga biovisningar. Dörren till salongen står öppen under filmen ifall någon känner sig instängd. Sista anmälningsdatum inom parentes nedan.

Första
anmälningsdag
23/1

Information & anmälan: anmalan@autism-ostergotland.se

– ange namn på alla som anmäls samt telefonnummer

NORRKÖPING

Datum (fredagar):

17/2 (13/2)

Lyle, Lyle Crocodile

21/4 (17/4)

Super Mario Brosfilmen

Tid: 15:00

Plats: Cnema, Kungsgatan 56,
Norrköping

SÖDERKÖPING

Datum (lördagar):

25/3 (20/3)

En annorlunda värld

13/5 (8/5)

Håkan Bråkan

Tid: 15:00

Plats: Söderköpings bio,
Ringvägen 45A, Söderköping



MÖJLIGHETERNAS GÅRD

Hälsa på djuren på gården, prova på att rida eller åka häst och vagn. Bland annat finns det grisar, hästar, kaniner och höns. Vi bjuder på korv med bröd och fika vid klockan. 12:30. Sista anmälningsdatum inom parentes.

Första
anmälningsdag
23/1

Datum: söndagen den 28/5 (15/5)

Tid: 11:00-14:00

Plats: Skärblacka (vägbeskrivning fås i samband med välkomstmailet)

Information & anmälan: anmalan@autism-ostergotland.se eller kansliet 011-10 43 16

– ange namn på de som ska komma, eventuella allergier samt telefonnummer

Hemsida: www.mojligheternasgard.se



Har du flyttat?

Kom ihåg att meddela din nya adress till oss, vi får den inte automatiskt. Skicka ett mail till info@autism-ostergotland.se eller ring kansliet på 011-10 43 16.

Du kan också ändra adressen genom att logga in på www.autism.se
Dina inloggningsuppgifter hittar du på din faktura.



BAD NORRKÖPING

Personer med autism (oavsett ålder) tillsammans med en medföljande person (två vid behov av assistenter) får bada. Sista anmälningdatum inom parentes nedan. I början av terminen får ni besked några dagar efter er anmälan då vi behöver pussla lite med badtiderna så de fördelas jämnt mellan er som anmält.

Första
anmälningdag
23/1

Datum:

FEBRUARI	4/2 (30/1), 11/2 (6/2), 18/2 (13/2), 25/2 (20/2)
MARS	4/3 (27/2), 11/3 (6/3), 18/3 (13/3), 25/3 (20/3)
APRIL	1/4 (27/3), 15/4 (10/4), 22/4 (17/4), 29/4 (24/4)
MAJ	6/5 (1/5), 13/5 (8/5), 20/5 (15/5), 27/5 (22/5)

Ange i anmälan (helst via mail men sms går bra):

- Namn på de som vill bada – inklusive medföljare
- Telefonnummer
- Tid ni vill bada (16:00-16:45 eller 16:45-17:30)
- De datum ni vill bada

Dag: lördag

Tid: 16:00-16:45 eller 16:45-17:30

Plats: Vrinnevisjukhuset Norrköping, Rehabiliteringen, Ortopediska kliniken
Vid behov av beskrivning, maila eller ring kansliet (kontaktuppgifter nedan)

Ledare: Linda Örulv respektive Anders Koroly

Information & anmälan: anmalan@autism-ostergotland.se
eller kansliet, 011-10 43 16

MINIGOLF VID LINDÖ SMÅBÅTSHAMN



Vi spelar minigolf, båda banorna om man så vill och hinner. Vi kommer att bli bjudna på fika. Detta är en familjeaktivitet, anmäl både föräldrar och barn. Sista anmälningdatum inom parentes.

Första
anmälningdag
23/1

Datum: söndagen den **21/5** (15/5)

Tid: 15:00

Plats: Lindö minigolf, Pampusvägen 40, Norrköping

Information & anmälan: anmalan@autism-ostergotland.se eller kansliet 011-10 43 16
– ange namn på de som ska komma, eventuella allergier samt telefonnummer

Hemsida: www.hagabgk.se/

kansli@autism-ostergotland.se försvinner
som mejladress under året!

Använd istället info@autism-ostergotland.se
när du vill nå kansliet via mejl.





LASERDOME

För barn och en medföljande förälder. Samling inne på Laserdome i Linköping. Vi börjar med en introduktion på 15 minuter och genomgång av reglerna. Sedan sker laserspel i 2x25 minuter med en kort paus. Sista anmälningdatum inom parentes nedan.



Datum: söndagen den **19/3** (13/3)

Tid: samling 10:45, speltid 11:00–12:00

Plats: Laserdome, Industrigatan 38, Linköping

Information & anmälan: anmalan@autism-ostergotland.se eller kansliet 011-10 43 16 – ange namn på alla som anmäls samt telefonnummer

Hemsida: www.laserdome-linkoping.se



YOUMP

Hoppa runt bland alla trampoliner som finns på Yoump i Norrköping och Linköping. Speciella strumpor måste användas men det står föreningen för - ta gärna med om ni har strumpor sedan innan. Denna aktivitet är främst till för barn/ungdomar. Sista anmälningdatum inom parentes nedan.



Detta gäller för vårterminen 2023:

Anmälan får endast ske till ett tillfälle i taget oavsett ort. Detta för att så många som möjligt ska få chansen till dessa aktiviteter.

Tid: samling 13:45 - hopptid 14:00-15:00

Information & anmälan: anmalan@autism-ostergotland.se – ange namn på de som anmäls, vilken ort och datum ni anmäler till samt telefonnummer. Skriv med i anmälan om du måste vara med ditt barn bland trampolinerna.

Hemsida: www.yoump.se

YOUMP LINKÖPING

Datum: lördagen den **11/2** (6/2)

Plats: Yoump, Östra Svedengatan 27, Linköping

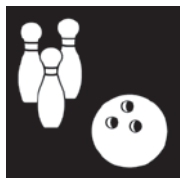
YOUMP NORRKÖPING

Datum: lördagen den **1/4** (27/3)

Plats: Yoump, Koppargatan 33, Norrköping

Alla får gå på alla aktiviteter oavsett var man bor i Östergötland om man har rätt ålder och för övrigt kvalar in för aktiviteten.





BOWLING

Vi börjar med att leta reda på bowlingskor och klot som passar. Detta är en familjeaktivitet - anmäl både föräldrar och barn. Sista anmälingsdatum inom parentes nedan.

LINKÖPING

Datum: söndagen den **23/4** (17/4)

Tid: samling kl. 13:45, bowlingen pågår kl. 14:00-14:55

Plats: Strandgatan 2, Linköping

Information & anmälan: anmalan@autism-ostergotland.se – ange namn på alla som anmäls, datum, vilken ort du anmäler till samt telefonnummer

Hemsida: www.strandgatantva.se

NORRKÖPING

Datum: lördagen den **4/3** (27/2)

Tid: samling kl. 10:45, bowlingen pågår kl. 11:00-11:55

Plats: Eventcenter Knock'em Down, Hagebygatan 147, Norrköping

Information & anmälan: anmalan@autism-ostergotland.se – ange namn på alla som anmäls, datum, vilken ort du anmäler till samt telefonnummer

Hemsida: www.eventcenter.se/norrkoping/



UNGDOMSAKTIVITETER

Dessa aktiviteter är till för ungdomar med autismspektrumtillstånd mellan 13-18 år (OBS! Ej syskon). Sista anmälingsdatum inom parentesnedan.

THE CHALLENGE PÅ EVENTCENTER

The Challenge består av nio spännande actionrum där målet för ditt lag är att samla så mycket poäng som möjligt. Bakom varje rum finns en tanke för att träna kommunikation, teambuilding och samarbete. För att genomföra utmaningarna på bästa sätt behöver laget jobba tillsammans med både huvudet och kroppen.

Datum: 6/5 (1/5)

Tid: samling kl. 13:45 - aktivitetstid kl. 14:00-15:00

Plats: Eventcenter Knock 'em Down, Hagebygatan 147, Norrköping

Information & anmälan: anmalan@autism-ostergotland.se – ange aktivitet, namn på de som anmäls samt telefonnummer

Hemsida: <https://eventcenter.se/norrkoping/the-challenge-norrkoping/>

BOWLING

Vi spelar på Strandgatan Två i Linköping. Vi börjar med att leta reda på bowlingskor och klot som passar.

Datum: 27/5 (22/5)

Tid: samling kl. 11:45 speltid kl. 12:00-12:55

Plats: Strandgatan 2, Linköping

Information & anmälan: anmalan@autism-ostergotland.se – ange aktivitet, datum, namn på de som anmäls samt telefonnummer

Hemsida: www.strandgatantva.se



POSTTIDNING

Autism Östergötland
Gamla Övägen 23
603 79 Norrköping

Medlemsinformation

Deltagande i föreningens aktiviteter

Alla som deltar i våra aktiviteter måste vara medlemmar i Autism Sverige. Detta för att våra försäkringar ska gälla vid aktiviteterna. Detta betyder att föräldrar och syskon som deltar i våra aktiviteter också behöver ha ett medlemskap.

Vill man prova på någon av våra återkommande aktiviteter innan man blir medlem går det självklart bra, men efter tre gånger är det dags att bli medlem om man vill fortsätta. Om man bara är med och tittar på eller fungerar som hjälpare/ledsagare under någon av våra aktiviteter behöver man inte vara medlem. Om inget annat anges bjuder föreningen på entrén/avgiften.

Kontaktuppgifter

Kansliet

Om vi har möjlighet svarar vi även utanför telefontiderna. Svarar vi inte går det bra att tala in ett meddelande med ditt namn och ditt telefonnummer så ringer vi upp så snart vi kan.

Telefonnummer: 011-10 43 16

Telefontider

Tisdag kl. 16:30-18:30
Torsdag kl. 10:00-12:00

E-post: info@autism-ostergotland.se

Öppettider

Thapperska Gamla Övägen 23, Norrköping
Då vi har våra kontor tillsammans med andra föreningar så behöver man boka tid för att träffa någon ur personalen.

Kontakta den du vill träffa:

Linda Bredahl
linda@autism-ostergotland.se

Anders Koroly
anders@autism-ostergotland.se

Päivi Hilli
paivi@autism-ostergotland.se

Linda Örulv
linda.orulv@autism-ostergotland.se

Ordförande Anna Paulsen

Telefonnummer:

0707-818 919

Telefontider:

Vardagar kl. 9:00-17:00

E-post:

anna@autism-ostergotland.se

LSS-ombud

Linda Bredahl

linda@autism-ostergotland.se

Anneli Berg

anneli@autism-ostergotland.se

Skolombud

info@autism-ostergotland.se

Hemsida

All information finns tillgänglig på vår hemsida som uppdateras kontinuerligt
www.autism.se/ostergotland

Styrelsen 2022

Ordförande/kassör

Anna Paulsen
0707-81 89 19
anna@autism-ostergotland.se

Vice ordförande

Anneli Berg
anneli@autism-ostergotland.se

Sekreterare

Maria Gullquist
maria.gullquist@autism-ostergotland.se

Suppleant

Maria Carlsson
maria.carlsson@autism-ostergotland.se

Ledamöter

Sandra Lavendell
sandra@autism-ostergotland.se

Lotta Larsson
lotta@autism-ostergotland.se

Anna Wikström
anna.wikstrom@autism-ostergotland.se

Mia Delden
mia@autism-ostergotland.se