

Förenings- NYTT

Nr. 2 2020

Medlemsinformation från Autism- och Aspergerföreningen Distrikt Göteborg



Tema: Corona

Personligt om livet med Coronan

**I övrigt: Årsmöte, Boktips,
Hjälptelefonnummer, mer
om vad styrelsen gör**



DISTRIKTSTYRELSE

Ann Nolin, ordförande.

Angelica Petras, vice ordförande.

Lena Mellbratt Stenman, kassör.

Ledamöter: Katarina Kasperson, Nina

Timmerbacka, Irma Lindström Kjellberg,

Angelica Petras, Charlotte Lund-Ott.

ERSÄTTARE

Johan Wersäll.

ARBETSUTSKOTT

Ann Nolin, Angelica Petras, Lena

Mellbratt Stenman. Anne Lönnermark,

personal, adjungerad.

REVISORER

Hans Rignell, föreningens revisor.

RSM Göteborg, auktoriserad revisor.

VALBEREDNING

Annika Lindström, sammankallande

namhee.lindstrom@gmail.com

Linda Mathiasson.

REDAKTION

Ann Nolin, ansvarig utgivare.

Ingemar Hjort, redaktör.

Anne Lönnermark, Veronica Styrenius,

Ulla Adolfsson, Annika Lindström,

Hans Rignell, Brigitte Oxelqvist.

Autism- och Aspergerföreningen

Distrikt Göteborg

Lillatorpsgatan 10, 416 55 Göteborg

Telefon: 073 -822 30 03

E-post: *goteborg@autism.se*

Hemsida: *www.autism.se/goteborg*

Plusgiro: 66 97 58-5

Bankgiro: 5339-3500

Nummer 1 2020, Årgång 19

Föreningsnytt trycks i c:a 500 exemplar,

postas till c:a 330 och e-postas till c:a

950 mottagare.

C:a 100 exemplar delas ut till besökare i samband med arrangemang.

Autism & Aspergerföreningen Distrikt

Göteborg ansvarar inte för insänt, ej

beställt material. Redaktionen förbehåller

sig rätten att förkorta insänt material.

Innehåll:

STÄMMINGSBILD: I

JOHANNA LÖNNERMARK

Blir det någon vinter i år?

Ulla Adolfsson 3

Reflektioner i Cronatider

Styrelsepresentation 4

Nina Timmerbacka

Årsmöte 5

Motionstips och kallelse

Innehållsrik ordförande 6-7

Gerd Pontén berättar

Julspel och halsfluss 8-12

Sandra Petojevic berättar

BingoLotto 13

Du kan stödja vår förening via Bingolotto

Coronaberättelser 13-17

40+gruppen berättar om livet i Coronatider

Boktips 18

Barnen på Sagåsen av Hans Hallerfors

Projekt 19

Projekt som föreningen medverkar i

Telefonnummer vid behov av hjälp 20-21

Lista på hjälptelefoner att sätta på

kylskåpsdören

Fler möjligheter i lokalen 22

Träffrum med pentry och en balkong

Kansli-info 23

Aktiviteter/träffar 24

BAKGRUNDSBILD 24

ULLA ADOLFSSON.

Eller håller hösten i sig till våren?

**STÖD VÅR VERKSAMHET -
GE ETT BIDRAG!**

Snart har det gått ett år med pandemin och vi har varit tvungna att förändra våra liv på många sätt. Även föreningslivet har förändrats och sättet vi arbetar och engagerar oss på. Det har förändrats mer och snabbare än vi någonsin varit med om tidigare. När pandemin är över har vi kanske lärt oss en del som vi kan ta med in i framtiden.

Mycket av det vi gör är ändå samma som innan pandemin och alla de områden vi arbetat med tidigare finns kvar. Det handlar bland annat om skola, LSS, socialförsäkringen och hälso- och sjukvården fast nu med ytterligare ett perspektiv.

Behovet att träffa andra att dela erfarenheter och tankar med finns kvar. Men nu behöver vi hitta andra och ibland nya sätt att träffas. Det finns alltid en risk att vi har så bråttom att förändra att inte alla hinner med. Det finns en risk att tekniken är för avancerad eller för dyr för att alla ska ha möjlighet att delta. Här behöver vi hjälpas åt att hitta bra sätt att bjuda in till föreningslivet så att de som vill kan vara med på ett eller annat sätt.

På 90-talet och en bit in på 2000-talet skickade vi nästan all information med post, vi hade fax och kontakt med medlemmar skedde oftast via telefon. Då var det få av oss som kunde ana den utveckling vi sett de senaste åren. På den tiden var bästa sättet att få information om autism att komma till föreningen. Kanske låna en av de få böcker fanns, kanske prata med andra medlemmar i verkliga livet eller lyssna på en föreläsning.

Mycket har förändrats sedan dess. Idag kommunicerar vi på en mängd olika sätt, vi hittar enkelt information på webben och vill vi läsa en bok finns det hundratals böcker om autism att välja bland. När vi ses gör vi det ofta på sociala medier och under pandemin har det också blivit vanligt att ses på distans via t ex Zoom.

Jag är övertygad om att om 20 år kommer föreningens sätt att arbeta på vara väldigt annorlunda mot idag. Jag är lika övertygad om att det finns lika många områden att bevaka och påverka som idag och att vi behöver varandra. Vi behöver också träffas på ett eller annat sätt för att byta erfarenheter, stötta varandra och kanske ta en fika tillsammans.

Styrelsen presenterar sig

Nina heter jag och har varit med i föreningen och styrelsen några år nu. Såg att jag skrev 2017 förra gången så jag ska se till att inte upprepa mig då mycket är sig likt. Vem är jag och vad har jag för dagliga visioner?

Just nu är det väldigt mycket att det ska gå bra i skolan för våra tonåringar. Den äldsta går sista året i grundskolan och ska om ett kort tag välja gymnasieskola. Det är en stor ångestladdad grej. Han orkar inte riktigt ta i det och tycker att mamma ska fixa allt. Men detta är inget jag kan eller ska fixa. Han har varit på en skola där det var öppet hus och han kom hem och var helt uppslukad och lycklig. Men, när vi såg att han inte har betygen för att komma in på den utbildningen gav han upp. Steget dit blev alldeles för långt. Han behöver stöd i skolan och det är upp till oss att se till att han får det. Den yngre som hunnit börja högstadiet har även han utvecklats och där pratar vi mycket om vad som är tillåtet och inte när man är så här stor. Det är svårt då åldern på papper inte alltid överensstämmer med vad han är i sin utveckling. Det är mer temperament på gott och ont.

Vilka frågor vill jag arbeta med? Jag vill att barn i grundskolan/grundskolas skolan ska få chansen att lära sig kommunikation. Kommunikation på elevens nivå kan vara en utmaning då det tar oftast en otroligt lång tid innan man ser resultat. Men den lyckan är otroligt fin!

Får ofta höra att föräldrar och dess barn förstår varandra, därför så används inte AKK hemma. Det kan stämma, men det gör mig så otroligt ledsen för det ger inte barnet någon större chans till utveckling i sitt språk.

Vem vill höra om samma frågor hela sitt liv?



Jag anser att beslutande organ borde satsa stenhårt på barnet och dess möjligheter till kommunikation och utbildning för att senare få arbete och inkomst!

Alla har rätt till ett fungerande liv på ens egna villkor.

TEXT: NINA TIMMERBACKA

Att skriva en motion

Som medlem har du rätt att komma med förslag (en motion) om någonting du vill förändra eller någonting du vill att föreningen ska jobba för. Börja med att ta reda på om det redan, och i så fall hur, jobbas med det du är intresserad av.

- Formulera kort och tydligt vad du vill ändra eller införa och motivera varför.
- Sammanfatta motionen med en "att-sats" som konkretiserar vad du vill (jag föreslår att...). "Att-satsen" ska formuleras som ett beslut och inte som en åsikt. Den är det absolut viktigaste innehållet i en motion och det är den som det röstas om.
- Skriv under motionen med ditt namn, inget alias eller liknande.

Tycker du att det formella låter för krångligt?

Hör då av dig till kansliet så kan du få hjälp med skrivandet.

Extra årsmöte (val av ny revisor)

Datum: onsdag 20 januari

Tid: kl 18.00

Videomöte via Zoom

Årsmöte

Datum: onsdag 24 mars

Tid: kl 18.00

Videomöte via Zoom

Vår auktoriserade revisor sen ca 20 år tillbaka, Leif Bohman på RSM Göteborg, lämnar nu revisorsrollen.

Föreningen tackar Leif för en fin insats under dessa år och önskar honom lycka till med de nya utmaningarna.

Kallelse kommer att skickas via e-post till de som lämnat sin e-postadress, till övriga skickas kallelsen med vanligt brev. Kallelse och dagordning kommer även att finnas på föreningens hemsida.

Motioner ska lämnas till styrelsen senast den 24 januari.

Kallelse kommer att skickas via e-post till de som lämnat sin e-postadress, till övriga skickas kallelsen med vanligt brev. Kallelse och dagordning kommer även att finnas på föreningens hemsida.

Gerd Pontén, en innehållsrik ordförande

En mil utanför Ullared bor Gerd Pontén och hunden Chinjo (det ska vara ett japanskt namn på en japansk hund). En mulen oktoberdag åker jag dit för att intervju Gerd, som var föreningens ordförande i 4 år, 2006-2010.

Gerd var aktiv i föreningen redan från starten i slutet av 70-talet. Hon blickar tillbaka på en omvälvande och innehållsrik period omfattande runt 40 år. ”Mycket av det vi kämpade för har växt fram och blivit självklarheter idag”, säger Gerd. ”LSS var en stridsfråga under min tid i styrelsen.” Gerd nämner vidare t ex habilitering, SPSM (Specialpedagogiska skolmyndigheten) bostadsanpassning, färdtjänst som exempel på saker som växt fram under de senaste decennierna.

För många som engagerar sig i föreningen har startskottet varit erfarenheten som förälder till barn med autism. För Gerd ser det lite annorlunda ut. Som pensionär sedan ett par år ser Gerd tillbaka på ett yrkesliv som lärare för barn med funktionshinder. Intresset för speciallärarområdet har funnits med hela tiden. Under sent 70-tal var hon med och startade Lekoteket. ”Tanken var att ge barn med problem, framför allt med utvecklingsstörning, stimulans genom lek. Vi kollade och arbetade med motorik, perception, koordination och kommunikation”, berättar Gerd. Under en tid arbetade Gerd som pedagog på Östra Sjukhuset. Arbetet handlade mycket om uppsökande verksamhet – att utreda problematiken runt socialt utsatta barn och se till deras behov.

Är du intresserad av styrelsearbete med allt vad det innebär så hör gärna av dig till valberedningen så att vi får möjlighet att intervjua dig.

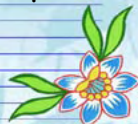
Valberedningen
när du genom:
Annika Lindström,
namhee.lindstrom@gmail.com



Aktiviteter till våren

På grund av pandemin är det svårt att veta när vi kan återgå till normalläget vad gäller fysiska träffar, men vi informerar löpande på vår webbplats:

autism.se/goteborg
och på Facebook.



Gerd Pontén, en innehållsrik ordförande

Och så börjar vi prata om Mikael. ”Det började med en notis i GP”, säger Gerd. Hon och hennes dåvarande man bestämde att ställa upp som helgföräldrar för en 9 månaders pojke med utvecklingsstörning, Mikael. Mikael bodde på Syster Estrids vårdhem i Lödöse. Hans föräldrar var inte i stånd att själva ta hand om honom. ”När vi skulle lämna tillbaka honom efter helgerna så grät han hejdlöst”, säger Gerd. Det slutade med att Gerd med familj blev heltidsföräldrar för Mikael, som nu är i 40 årsåldern och har eget boende med personlig assistans.

Under Gerds tid som ordförande var skolfrågor ständigt på tapeten. Mycket rörde sig kring s k inkludering. ”Vi kämpade mycket för att man inte skulle inkludera barn med autism i stora grupper bara för inkluderandets egen skull”, säger Gerd. I vårt samtal framstår just skolfrågor som något av det ständiga problembarnet.

”Det är hela tiden ett steg fram och ett tillbaka. Ekonomin styr alldeles för mycket i kommunerna. Det är svårt att skapa specialgrupper för barn med särskilda behov. Till exempel här i Falkenbergs kommun – mycket läggs ut på rektorerna att besluta om. Där saknas ofta kunskap om autism och de har inte koll på elever som är individintegrerade”, säger Gerd.

Hon ser en utveckling där smågrupper är på väg tillbaka igen efter en tid då inkludering länge varit ledstjärnan.

Gerd Pontén sitter sedan två år som invald i Regionala funktionsrättsrådet (RFR) i Halland. Där representerar hon också andra föreningar. Frågorna rör allt från fotvård för diabetiker till färdtjänst, skolskjuts m m.



TEXT OCH BILD: HANS RIGNELL

Julspel och halsfluss

Just nu håller coronaviruset att spridas allt mer, medan det samtidigt lackar mot jul. Jag lär ju säkert bli bortbjuden så länge jag känner mig helt frisk, eftersom jag och min släkt och mina vänner har vett att hålla avstånd med minst en meter. Och det är bra att coronaviruset inte är lika smittsamt som mässling. Jag glömmer aldrig våren 1983 när jag gick i sjuan och hade mässling.

Min halvbror och hans fru kom på besök och min brorson Sebastian som då bara var tre år gammal skuttade in i mitt rum. Förfärat skrek jag: ”STICK! Jag har MÄSSLING!” Sebastian lämnade rummet omedelbart, kanske var han inne bara en enda sekund, men det räckte. Nästa dag hade han också mässling ...

När jag hade haft mässling hade jag även haft den sista av de beryktade barnsjukdomarna, röda hund, vattkoppor, scharlakansfeber och påssjuka. Men jag kunde även drabbas av vanlig influensa (illa nog) eller halsfluss (ännu värre), vilket inte heller var särskilt kul. Tur att mamma arbetade som kokerska i ett fritidshem som låg i samma byggnad – ja rentav vid samma uppgång – som vår dåvarande hemadress på Lilla Grevegårdsvägen 31 i Tynnered. Hon kunde då tämligen regelbundet kila upp och se hur det var med mig, och hon fixade smörgåsar och te med citron i. Jag hade bett om citronte, och mamma hade sagt att hon tyvärr bara kunde fixa te med citron i, och jag begrep inte skillnaden. Nu vet jag att citronte är svart te blandat med citronskalet medan te med citron i är svart te med pressad citronsaft. Men båda var lika goda. Och eftersom mamma lät tepåsen dra i två tredjedelar med kokt vatten och sedan hällde på en tesked socker, kallt vatten och sist citronsaften, så blev teet perfekt varmt utan att bränna på tungan. Ceylonte var min favorit. Men en gång när jag fick halsfluss var det vid sämsta tänkbara tillfälle.

De hade tänt en eld och nu satt de tysta omkring den. Fåren låg nära dem och sov. Stjärnorna tindrade ovanför deras huvuden. Vinden prasslade i gräset. Det var tyst och stilla.

Jag befann mig i Västra Frölunda kyrka med mina tio klasskamrater från Spinettskolan, en särskola, och det var mitten av december 1979. Fröken Elisabeth Gråberg hade bestämt att det skulle bli ett julspel på skolans sista dag detta år, med oss som skådespelare. Det här var sista repetitionsdagen.

Julspel och halsfluss

Men med ens spratt herdarna förskräckta upp. Det var som om solen plötsligt hade börjat skina, så ljus blev det. Och i det vita ljuset stod en ängel. Han hade kommit från himmelen. Herdarna fylldes av förfäran. Men ängeln sade: "Var inte förskräckta! Jag har något att säga er som ni kommer att bli mycket glada över. Herren Jesus är född, Frälsaren som ni har väntat på så länge. I Betlehem har han blivit född. Skynda genast dit! Ni kan inte ta miste, ni ska finna barnet liggande lindat i en krubba."

Att vi repeterade julspelet i kyrkan berodde på att det var lättare att komma i stämning då. Andaktsfullt lyssnade jag till två av mina klasskamrater, den ene var berättaren den andre ängeln. Berättaren skulle paradoxalt få det enklast, eftersom hon var den ende som skulle få läsa innantill från de spritstencilerade A4-pappren. De övriga skulle lära sig sina repliker utantill. Jag var en av de fyra herdarna, så jag hade legat på golvet, nu reste jag mig hastigt upp och höll armen för ansiktet som om jag hade blivit bländad av något.

Och sedan kom fler änglar ifrån himmelen, allt fler och fler, kanske tusen. Hela rymden var full av änglar. De sjöng en sång så vacker att herdarna aldrig hade hört något liknande.

Jag har för mig att dessa änglar skulle vara en diabild som projicerades på väggen samtidigt som kyrkans egen kör skulle sjunga i bakgrunden. En babydocka skulle vara jesusbarnet medan två andra kamrater skulle vara Maria och Josef. En kille skulle även vara värdshusvärderna som inte hade plats för dem, och några andra barn skulle vara djur. Ett par dagar innan hade jag fått prova herdens pälsmantel och hålla i herdestaven. Det hade känts mäktigt, och jag kände mig stolt och hedrad.

Sedan svävade änglarna sjungande mot höjden, tillbaka till Guds himmel. Så blev det alldeles tyst på ängen vid Betlehem. Men herdarna slog sig inte ner vid elden igen.

Nja, det blev inte helt tyst. Av klasskamraten Lars fick jag tillbaka den enkrona han hade lånat av mig och jag la den i byxfickan. Men fickan hade ett hål! Så slanten gled ner mellan manchestertyget och fodret och landade längst ner i byxbenet vid min fot.

Mer på nästa uppslag 

Julspel och halsfluss

De sade till varandra: ”Kom så skyndar vi till Betlehem!” ”Vi ska se vad som har hänt där, det som ängeln berättade om.” ”Frälsaren är född!” ”Är det inte underbart?”

Den sista repliken var min. Med slanten irriterande dunsande mot foten läste jag upp min replik med sammetsröst utan att tjuvkika på papprena, och fröken Elisabeth nickade nöjt. Men jag ville ha ut enkronan ur byxbenet.

De såg Josef och Maria, två enkla människor som de själva. Och de såg ett barn som liknade de flesta andra barn de hade sett. Men de visste att det inte var något vanligt barn. Det var ju klätt i lindor och låg i en krubba, precis som ängeln hade sagt. De kunde inte ta fel, detta var det barn som ängeln hade menat. Detta var Frälsaren som skulle göra människorna lyckliga.

Jag kom på en bra metod att få ut slanten, men eftersom jag var inne i skådespelet fick det vänta en stund till.

Herdarna föll på knä vid krubban och sade: ”Käre Jesus, käre Frälsare vad det är väl att du har kommit!” ”Vi har inget att ge dig, vi är fattiga herdar.” ”Men vi ska alltid tänka på dig. Vi vill ha dig kär.” ”Kommer du också att göra oss lyckliga?”

Jag var tvungen att snabbt snegla på mitt papper innan jag sa den sista repliken, pengan hade distraherat mig. Fröken såg inte nöjd ut, men jag var tvungen. Annars hade jag kanske råkat säga ”glada” i stället för ”lyckliga”.

Sedan berättade de för Maria allt som hade hänt ute på ängen. Och så måste de gå tillbaka till sina får. De gick över ängen i mörkret och sjöng en sång. De kunde inte sjunga lika vackert som änglarna, men de sjöng med stor andakt. De måste helt enkelt sjunga, så glada var de. Barnet i krubban hade gjort dem så glada.

Här skulle jag nynna med de tre andra herdarna medan orgeln lågmält ljud i bakgrunden. Detta var den enklaste biten, eftersom jag hade lätt för att komma ihåg melodier. Men den förbaskade enkronan måste ut! Så fort

Julspel och halsfluss


generalrepetitionen var över ställde jag mig på axlarna med benen i luften så att enkronan gled tillbaka mot fickan där jag kunde pilla ut den genom hålet. Fröken undrade vad jag höll på med, så jag visade upp enkronan. Sedan la jag den i den andra fickan – som även den hade ett hål! Så jag fick göra om den gymnastiska proceduren. Fröken sa att så där kan man inte åbäka sig framför altaret, och jag bad om ursäkt medan jag la slanten i bakfickan – efter att noga känt efter att där inte var något hål.

Kvällen innan julspelet hade jag tagit hem sidan 5 och 6 ur julspelet jag hade att öva in mina repliker ifrån, vilket här ovan autentiskt återgivits i kursiv stil eftersom de pappren finns bevarade än i dag i en pärm. Och jag spelade upp inför mamma som blev imponerad och glad – fast jag läste innantill förstås, och det var ju inte hela julspelet, bara två sidor. Men det gjorde inget, tyckte mamma.

Natten till den sista skoldagen hade jag jättesvårt att somna, jag var så spänd inför morgondagen. Jag skulle inte ta emot några slantar den dagen, det var jag bombsäker på, men skulle jag komma ihåg replikerna? *”Är det inte underbart?”* *”Kommer du också att göra oss lyckliga?”* upprepade jag gång på gång innan jag till slut somnade av ren utmattning.

Men under natten vaknade jag av att jag frös så tänderna skallrade. Jag smög ut i vardagsrummet och hämtade den av mamma virkade mysfilten som låg i soffan och la den över täcket i mitt rum. Det var svårt att somna om när jag huttrade och skakade, men så småningom gjorde jag det – bara för att på morgonen vakna med hög feber och jätteont i halsen! Jag hade fått halsfluss på den sämst tänkbara dagen – dagen för julspelets premiär! Naturligtvis stannade jag hemma, till min stora bedrövelse. Aldrig skulle jag få axla herdens mantel ...

Då tänkte jag att det kanske berodde på att jag hade pysslat med den där enkronan i kyrkan, och att jag nu hade fått Guds straff, trots mammas försäkran om att det var baciller. Och i dag vet jag att även halsfluss smittar något fruktansvärt; på en resa till Budapest med Rudebecks gymnasium våren 1988 fick kemifröken Margareta Wannerberg halsfluss och var tvungen att flyga hem efter bara tre dagar.

Mer på nästa uppslag 

Julspel och halsfluss

Tyvärr hade hon hunnit smitta även några av oss elever, däribland mig vilket inte var konstigt, eftersom hon hållit föredrag för oss på det ungerska naturvetenskapliga universitetet. Och på bussen hem smittades ännu fler. Det var bara klassföreståndaren Eva Hörnström som även hon följt med oss på resan, samt sju elever ur båda NIII-klasser med sammanlagt 61 elever, som hade sluppit halsflussen. Alla övriga – mig inkluderad – låg däckade.

Så nu om jag är tvungen att åka buss och spårvagn andas jag genom en hopvikt sidensjalett för att inte bli smittad. Eftersom silket i tyget är en mycket tunn fiber, bara 20 mikrometer, så är sidenet tätt vävt och jag tycker att den då filtrerar lika bra som ett vanligt munskydd, då jag vikit sjaletten fyra gånger så andas jag genom 16 lager sidentyg. Men annars promenerar jag mycket, vilket i sin tur ger bättre sömn – och därmed bättre motståndskraft.

AV FIL.MAG. SANDRA PETOJEVIC



Västra Frölunda kyrka september 2012, foto av Arild Vågen - Eget arbete, CC BY-SA 3.0, <https://commons.wikimedia.org/w/index.php?curid=21719238>

Corona-berättelser

Jag har torrare händer än nånsin efter allt tvättandet. Det har varit svårt hitta en handkräm som passar mig och jag tvättar händerna oftare än innan covid. Eftersom jag undviker kollektivtrafik så mycket som möjligt och inte har biltillgång så handlar jag numera all mat på nätet och får det hemlevererat till dörren. Mycket smart för mina matkonstnader har gått ner då jag infört veckohandlingar i samma veva. Det har också lett till att jag äter mindre godis än tidigare för jag är ju inte ute i en butik och har längre väg till godiset. Blir jag dock sugen på nåt så går jag desto längre och är sugen vilket gör mitt humör sämre.

YLVA

Coronan har påverkat mig mycket. Jag är i riskgrupp, därför har isoleringen påverkat mig mera jämfört med andra. Jag försöker hitta egna lösningar, ta mej ut, komma runt på olika sätt och samtidigt hålla avstånd - men det är jobbigt, det blir mycket tankearbete bl. a. Hoppas det vänder snart eller åtminstone blir förbättringar av något slag.

ANONYM

Det är ingen speciell skillnad. Firman, konsulter i byggbranschen, tutar på som vanligt. Några har varit hemma, sjuka, men kommer tillbaka efter konvalescens. Fältpersonalen har lite lättare i sitt arbete nu när folk är hemma. För mig är det dock ingen större skillnad. Tvättar händerna i sprit nära gånger dagligen bara. Gruppen "Introvert Nation" på fb visar "mem" varje vecka, på hur att stanna hemma under täcket inte är nåt nytt utan är det vanliga livet. "Time for us to shine", typ.

JONAS

BingoLotto!

Varje söndag i TV4. Pris: 50 kr/enkellott, 100 kr/dubbellott. Om du prenumererar på BingoLotto kan du välja att stödja Autism-och Aspergerföreningen Distrikt Göteborg.

Folkspels Allmänna Villkor För Prenumeration Och Spel hittar du på: Folkspel i Sverige AB och www.bingolotto.se Kontakt Folkspel, telefon: 0771-440 440



Corona-berättelser

Coronan har orsakat problem på flera sätt. Jag kan eller bör helst inte åka kollektivt, vilket ha försvårat för att ta mig från A till B. Men jag har både bil och cykel, så jag har klarat mig rätt bra ändå. Jag måste hela tiden tänka på att hålla avstånd från andra som i sin tur försvårar möjligheten att t.ex. handla eller gå ut på evenemag mm. Så jag har valt att stanna hemma istället för att gå ut och roa mig. Vilket ibland har känts ensamt och jag har upplevt mig lite inspärrad. Jag är en av dem som har blivit varslade från jobbet och jag upplever framtiden som osäker då ingen vet hur eller när denna pandemi kommer att sluta.

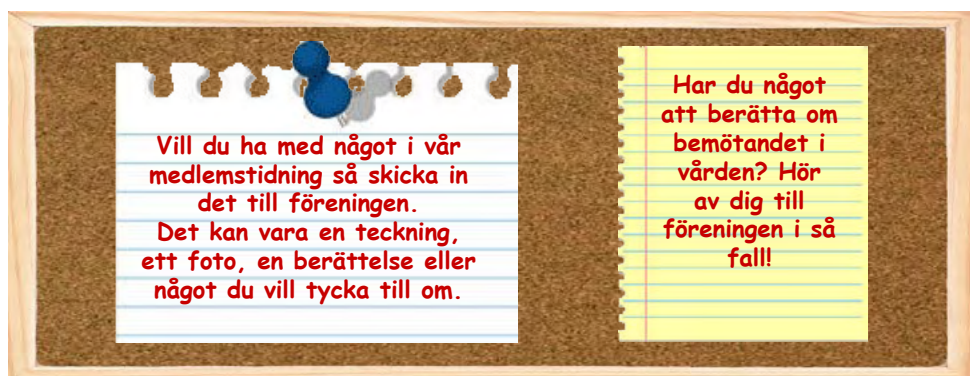
PATRIK

Som student blev det stor omställning att bara studera hemifrån i våras. Jag är van vid att plugga i grupp och hjälpas åt med uppgifter vilket blev svårt när det mesta började ske på distans. Jag är främst tacksam över att jag har en sambo att dela min vardag med då jag känner många vänner som bor ensamma i små studentlägenheter vilket blir väldigt tuftt för dem. Jag har under hösten börjat ett jobb där arbetsuppgifter kräver att man ofta är på plats vilket har gjort att jag i stor mån försöker undvika att träffa många utöver på arbetsplatsen och närmaste familj.

LOVISA

Jag satt isolerad från 17 mars till den andra augusti. Särbo förbjöd mig gå ut och min mor körde mig i bil. Nu arbetar jag och åker till och från Göteborg en gång per vecka. Min psykiska hälsa är bra när jag arbetar, får dödslängtan när jag är ledig, massor av ångest.

KRISTER



Corona-berättelser

Det är betydligt mindre sjökort att rätta nu när Navtor Nautic AB sommaren 2019 gick över till just-in-time, dvs. att sjökorten trycks direkt i tre jättestora färgskrivare istället för att fraktas med lastbil från UKHO Admiralty, det brittiska sjöfartsverket. Jag jobbar numera endast fredagar, eftersom det bara är ca 1300 sjökort kvar på lagret - att jämföra med de över tiotusen kort som fanns före juni 2019. Coronan har gjort att det är extremt svårt att hitta nytt jobb, i synnerhet för akademiker som jag, så jag beslöt mig för att plugga mig ur coronakrisen. I september hoppade jag på kursen Samtidskonst på Göteborgs universitet, vilken jag nu fått godkänt på, och nu studerar jag Konstpedagogik och Offentlig konst på Linnéuniversitetet. Jättepraktiskt och hygieniskt med distanskurser! Man behöver bara en dator med internet samt hörlurar med mikrofon, men eftersom jag inte har något internet hemma får jag traska till gamla Kunnaklara. Det är källaren till den dagliga verksamhet som tyvärr lades ner september 2017, där har jag min gamla laptop; chefen Annette låter mig vara där eftersom jag vattnar och sköter om hennes tomatplantor i hennes växthus. Och japp, det bildas fortfarande tomater, fast det redan är 12 november i dag!

TEXT OCH BILD: SANDRA PETOJEVIC



Annette Hjerterbergs bifftomater, jag plåtade dem den 15 september i år.

Corona-berättelser

Hur jag påverkats av Covid19. Jag har Aspergers syndrom. Jag har testat mig för antikroppar mot covid19 i oktober och jag hade inga antikroppar mot covid19. Har alltså inte haft covid19.

Jag håller avstånd och tvättar händerna ofta och använder handsprit vid behov. Har firat midsommar och min födelsedag, min mans och min äldsta dotters födelsedag utomhus, för minskad smittspridning. Vi höll också avstånd. Ute i friska luften smittar covid19 mycket mindre än utomhus. Ingen av oss hade några symptom på covid19. Men man kan ha sjukdomen utan symptom, så vi tog det säkra före det osäkra och firade utomhus istället för inomhus.

Jag och min man har inte varit utomlands sen i januari i år, då vi var på ön Madeira som tillhör Portugal och i Fredrikshamn i Danmark. Har dragit ner på resandet även i Sverige. Bor i Göteborg och har mest hållit mig där. Har åkt några gånger till Mölndal nu i somras. På grund av att jag ville förhindra att bli smittad av covid19 eller bli sittande i karantän i något annat land. Det hade kunnat bli mycket kostsamt.

Har också dragit ner på att handla i affärer. Jag handlar mest mat och andra förnödenheter nu. Har skickat efter lite kläder på nätet och även beställt mat på nätet och fått det hemkört.

Jag och min man hade heller ingen Halloweenfest i år, som vi brukar ha på grund av rådande situation. Hoppas att smittläget blir bättre, så att jag och min man kan ha någon fest i jul med gäster.

TEXT: BRIGITTE OXELQVIST
FÖRFATTARE OCH
FILOSOFIE KANDIDAT I
SPECIALPEDAGOGIK.
BILD: MARTIN OXELQVIST



Corona-berättelser

Jag blev först panikslagen. För jag hade kanske lite mer info än andra eftersom jag håller på med civilförsvaret. Jag beslöt mig för att dra från byn och sticka till mor i Skåne istället där de inte var lika drabbade. Min far var dessutom döende och vi behövde tömma huset för försäljning. Den dagen jag skulle åka till Skåne var 1 mars. Jag gick till ett ställe för att äta och där gick alla som balleriner för att undvika varandra. Mycket var stängt. Jag tittade ut över Sergels torg i Stockholm efter att ha ätit. 3 män som sopade torget, 3 fyllon som satt på trappan och en man som spelade trumpet - ”Närmare gud till dig ” nere på plattan. Klart surrealistiskt. Men jag fylldes av en lättnad samtidigt- det var alldeles underbart att vara i Stockholm. Så här skulle det alltid vara.

Inga människor ute. detta har varit det stora plusset med coronan. Ingen trängsel, ingen stress. Jag har kört i Skåne och ingen trängsel på gatorna. Inga problem med parkering. Och folk har varit bra på att hålla avstånd. Men det där med munskydd skiter de i. Jag har valt att endast vara hos min mor och ha henne som enda sällskap. Undvikit andra. Tvättat händer, stått med handskar på i affären och handlat med egen kundkorg som jag alltid bär med mig i affären för slippa kundvagnar som andra tagit i.

Far dog och eftersom han var på ett sjukhus valde min mor och jag som är högriskgrupp att inte säga farväl till honom när han var döende. Min bror som inte tror på coronan - han fick göra det istället. Sedan gjorde vi en begravning med bara oss 3 i familjen och 2 släktingar. Jag var den som höll i begravningen. Det var väldigt praktiskt att få honom kremerad eftersom vi inte behövde stressa med att få en begravning. När man är kremerad kunde man vänta upp till ett år. Bra i coronatider.

För ett tag sedan började skåningarna skita i avståndet, folk har fester, folk går ut och nu har vi fått problem i Skåne. Nu i slutet på nästa vecka skall jag tillbaka till min bostad efter att ha varit borta sedan i mars. Då kommer jag att beställa hem varor till dörren och bara handla en gång i veckan på tider då andra inte handlar. Många butiker har ju haft öppet tidigare för oss med högrisker. Mycket bra organiserat. Jag ser inte fram emot att komma hem för jag vet att vi fått jätteproblem igen i byn med coronan.

TEXT: KRISTINA STEEN

Boktips

”De slår sig. De biter sig själva, de river sönder den lilla inredning som finns och de förstör sina kläder. Barnen på Sagåsen.”

Det finns att läsa på baksidan av boken ”Barnen på Sagåsen” av Hans Hallerfors.

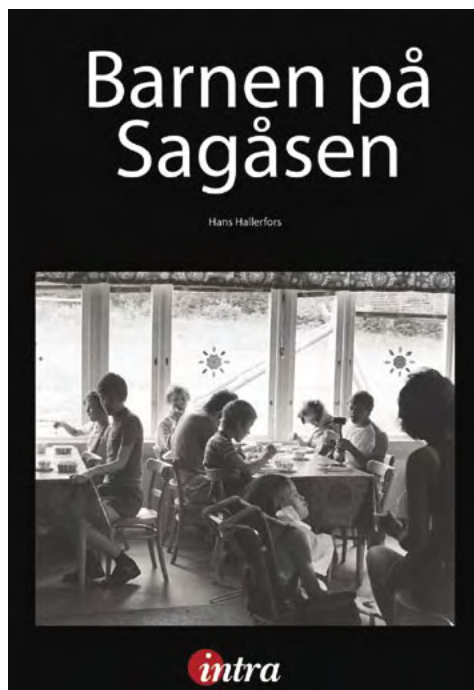
I boken beskriver Hans hur han i början av 70-talet vikarierade på Sagåsen, ett vårdhem i Källered för 248 barn. I boken berättar han om sina tankar när han som 22-åring började arbeta på vårdhemmet, helt utan utbildning eller tidigare erfarenheter.

Vi får följa med i arbetet, i mötet med barnen och hur både barn och personal utmanade såväl skrivna som oskrivna regler. Vi får ta del av kamratskap, glädje och sorg.

När jag läser boken flyttas jag tillbaka till slutet av 70-talet. Då gjorde jag själv praktik på Sagåsens sjukavdelning och jag minns flera av barnen som bodde där. Barnen som sällan eller aldrig fick besök av anhöriga, barnen som hade lämnats bort för att deras föräldrar fick rådet att göra så.

Jag vill varmt rekommendera boken. Boken som berättar om hur livet kunde vara för barn och unga med omfattande funktionsnedsättningar, då på 70-talet. Med kunskap om historien kan vi bättre förstå varför det är så otroligt viktigt att fortsätta kämpa för att alla ska få möjlighet att leva ett bra liv utifrån sina förutsättningar.

TEXT: ULLA ADOLFSSON
ISBN 9789151936437
BILD: TIDSKRIFTENINTRA.SE



Föreningen får en hel del förfrågningar om att delta i olika projekt. För det mesta handlar det om att vara med i en referensgrupp. Arbetet där kan till exempel handla om att dela med sig av kunskap om autism eller att förmedla information eller förfrågningar till medlemmar om att delta i workshops, svara på enkäter eller bidra på annat sätt.

Just nu är föreningen med i tre olika projekt:

- Tyck till

Drivs av Funktionsrätt Göteborg med medel från Allmänna arvsfonden och Post- och telestyrelsen, PTS.

Projektet går ut på att göra det lättare för enskilda brukare, anhöriga och andra invånare att lämna klagomål om brister i Göteborgs Stads verksamheter genom webbplatsen Klaga på stan (www.klagapastan.se).

- Allas likhet inför lagen

Drivs av LaSse Brukarstödcenter med medel från Allmänna arvsfonden.

Projektet vill göra det lättare för personer med funktionsnedsättning att få tillgång till kunskap om allmän juridik. Projektet ger bland annat rådgivning och stöd vid överklaganden.

En webbportal kommer att lanseras med enkel och begriplig information om sådant man som medborgare förväntas känna till för att klara sig i vardagen.

- KomIgång Online

Drivs av BNK (Barnneuropsykiatriska Kliniken) och Dart (kommunikations- och dataresurscenter) m.fl. och ingår i Barnuppdraget, utvecklingsplan för barn och ungas hälso- och sjukvård.

Syftet med projektet är att ta fram ett stöd för föräldrar vars förskolebarn står i kö till utredning eller behandling av kommunikationssvårigheter. Detta stöd ska finnas tillgängligt online via 1177 Stöd och behandling och bygga på den väl beforskade utbildningen AKKtiv KomIgång.

Telefonnummer vid behov av hjälp

(Med reservation för ändringar efter tryckning.)

Vid olycka, sjukdom, brott

Nödnummer	112	Används vid akuta nödsituationer då det är fara för liv, egendom eller miljö. En nödsituation är när du snabbt behöver hjälp från ambulans, räddningstjänst, polis, flyg-, sjö-, fjällräddning, jourhavande präst eller giftinformation.
Nationellt informations-nummer	113 13	Hit kan du vända dig för att ge och få information om större olyckor och kriser eller om du har generella frågor kring coronaviruset som inte handlar om sjukdomssymptom.
Polisen	114 14	Polisens nummer för alla ärenden som inte handlar om pågående eller nyligen inträffade brott och händelser.
Sjukvårds-upplysning	1177	Om du eller någon anhörig blivit sjuk och behöver rådgöra med en sjuksköterska eller om du vill få hjälp med att hitta rätt i vården.

Psykisk ohälsa, ensamhet

Mind Självordslinjen	90101	Självordslinjen är till för dig som har tankar på att ta ditt liv eller har en närstående med sådana tankar. Öppet dygnet runt, varje dag. Vid akut självmordsrisk bör du ringa 112.
Livlinan Suicidprevention i Väst	0705-14 00 92	Är du på väg att tappa greppet om livet och känns allt hopplöst? Eller upptas dina tankar av svåra etiska dilemman? Då behöver du en annan människa. Tillgängliga tisdagar kl 13-16 och onsdagar kl 9-12.
Jourhavande medmänniska	08-702 16 80	Finns till för dig som behöver någon att tala med, någon som lyssnar under den tid på dygnet när många inte är vakna. Tar emot samtal alla dagar mellan kl 21-06.
Svenska Kyrkans SOS-telefon	0771-800 650	När du behöver dela det svåra i tillvaron med någon. SOS-telefonen är öppen vardagar kl 13-21 och lör-sön-helgdag kl 16-21 varje dag, året om.

För barn och unga

Bris	116 111	Du som är under 18 år kan ringa för att få prata med en kurator om det du funderar mycket på eller det du behöver hjälp med. Telefonen är öppen kl 9-12 och kl 14-21 alla dagar.
Barn- och ungdomslinjen IVO	020-120 06 06	Du som har kontakt med socialtjänst eller sjukvård, eller bor på elevhem, har rätt att kontakta oss för att få information om dina rättigheter. Vardagar klockan 9-17. Övrig tid kan du lämna ett meddelande.

Telefonnummer vid behov av hjälp

(Med reservation för ändringar efter tryckning.)

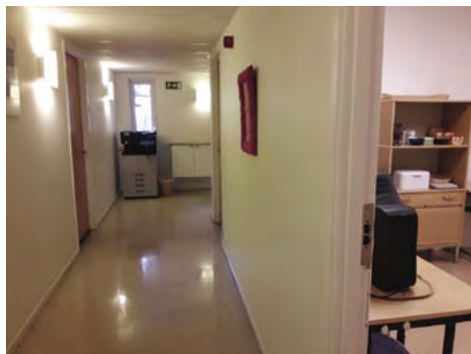
Inom funktionshinderområdet

Förbundskansliet i Stockholm	08-420 030 50	Om du vill nå någon på Autism- och Aspergerförbundets kansli i Stockholm kan du ringa mån-tor kl 9-12.
Autismkonsulter Utbildningscenter Autism	08-420 030 50	Förbundet erbjuder alla medlemmar, som har frågor kring autism, extra stöd genom Utbildningscenter Autisms konsulter. Ni ges möjlighet att prata med en erfaren konsult som har autismspecifik kompetens. Telefontider (gäller ej helgdagar): Tisdag och torsdag kl 18.00 - 20.00
LaSse Brukarstödcenter	031-84 18 50	Finns till för alla som söker kunskap, information eller råd om livsvillkor och samhällsinsatser för personer med funktionsnedsättning. Kan bistå med är stöd vid ansökningar, överklaganden, kontakter med myndigheter eller assistansutförare. Öppet Måndag-fredag kl. 9-15. Lunchstängt kl. 12-13
Lots för barn och vuxna med funktionsnedsättning	031-367 98 08	Hos oss får du information och får svar på frågor om olika insatser inom funktionshinderområdet. Vi guidar dig till rätt verksamhet. Var än du bor i staden kan du vända dig till oss du kan ringa eller boka besök och behöver du tolk så bokar vi det. Måndag-fredag kl 8-16.30.
Individstöd Funktionsrätt Göteborg	031-24 03 18	Hos Funktionsrätt Göteborgs Individstöd kan du som bor i Göteborg få råd, stöd och vägledning i frågor som rör funktionshinder.

Övrigt

Anhöriglinjen	0200-239 500	Behöver du råd och stöd i din situation som anhörig? Har du frågor om dina rättigheter? Vill du prata med en medmänniska? Telefontid: Mån-tis, tors-fre kl 10-15 Onsdag kl 18-21
Bris Vuxentelefon	077 - 150 50 50	Öppettider: vardagar kl 9-12. Vi som svarar är erfarna kuratorer som dagligen stöttar barn och unga som kontaktar Bris. Av oss får du stöd och vägledning om hur du kan förändra ett barns situation till det bättre.
Brottsofferjouren	0200-21 20 19	Alla brottsoffer, deras anhöriga och vittnen får stöd, råd och hjälp – om så önskas blir den hjälpsökande kontaktad av den lokala jourens stödpersoner för vidare personlig hjälp.
Giftinformation	010-456 67 00	Svarar på frågor om mindre akuta förgiftningar dygnet runt, året runt. Vid akuta fall, ring 112.
Kvinnofridslinjen	020-50 50 50	Kvinnofridslinjen är en nationell stödtelefon för dig som utsatts för fysiskt, psykiskt eller sexuellt våld. Deras uppgift är att lyssna, ge dig professionellt stöd och upplysa om var du kan få hjälp. De har tystnadsplikt och du kan välja att vara anonym.
Mind Föräldralinjen	020-85 20 00	Stödtelefon för dig som vill reflektera över din roll som förälder, är orolig för ditt barn eller ett barn i din närhet. Vardagar kl 10-15 samt torsdagkvällar kl 19-21.
Mind Äldrelinjen	020-22 22 33	Riktat sig till dig som mår psykiskt dåligt eller som längtar efter någon att prata med. Vardagar kl 8-19 och helger kl 10-16.

Fler möjligheter i lokalerna

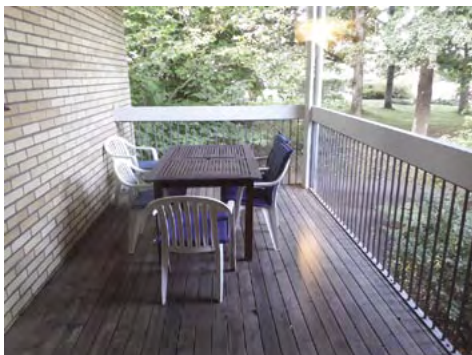
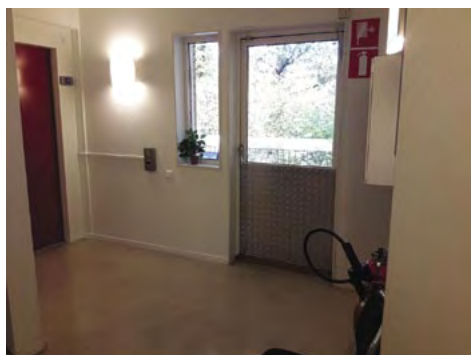


Sedan september hyr vi även rummet bredvid vårt kansli. Vi har där ett litet pentry med kylskåp så vi kan göra iordning fika till våra träffar.

I rummet kan vi ha mindre möten eller träffgrupper. Än så länge är rummet rätt tomt men så småningom ska vi skaffa lämpliga möbler.



Strax utanför finns också en balkong där man kan sitta om vädret tillåter. För att komma till balkongen går man åt höger när man kommer ut från rummet och tar sen höger igen vid skrivaren. När man kommer ut i trapphuset ser man balkongdörren vid hissen.



På kansliet arbetar Anne Lönnermark, verksamhetsledare (80 %) och Veronica Styrenius, administratör (50%).

Telefon: 073 -822 30 03

Om ingen svarar så tala gärna in ett meddelande och kom ihåg att lämna ert telefonnummer. Vi kontakter er så snart vi har möjlighet.



FOTO: PRIVAT

Autism- och Aspergerföreningen
Distrikt Göteborg
Lillatorpsgatan 10
416 55 Göteborg

E-post: goteborg@autism.se
Hemsida: www.autism.se/goteborg
Plusgiro: 66 97 58-5
Bankgiro: 5339-3500

*Kansliet har julstängt
från och med den 23 december
till och med den 10 januari.
Vi öppnar igen den 11 januari.*



FOTO: TURID OOM

*För er som vill ha information
från föreningen via e-post,
maila er e-postadress till
goteborg@autism.se*



Ni hittar oss också på facebook,
vi har en grupp och en gillasida som båda heter:
”Autism- och Aspergerföreningen Distrikt Göteborg”

Föreningens grupper och aktiviteter

(I nuläget påverkas dock våra aktiviteter av covid-19/corona)

Virtuella CaféAsp

För medlemmar med Asperger/hfa och anhöriga.

Föräldragrupp, små barn

För föräldrar till barn upp till 7 år.

Föräldragrupp, 7-14 år

För föräldrar till barn i åldern 7-14 år.

Föräldragrupp, vuxna barn

För föräldrar till vuxna barn.

Anmälan kan göras per e-post eller telefon. På föreningens hemsida kan ni läsa mer. Där finns information om datum, lokal, förändringar och om det är fullsatt eller inställt. Anmälan krävs ej på drop in.

**Autism & Aspergerföreningen
Distrikt Göteborg**

Lillatorpsgatan 10 • 416 55 GÖTEBORG
Telefon: **073 - 822 30 03** • E-post: goteborg@autism.se
www.autism.se/goteborg