

SPEKTRUM



INNEHÅLL

- Sid. 2 Nyheter
- Sid. 3 Krönika
- Sid. 4 Teater
- Sid. 5 Bilder från sommaren
- Sid. 6-12 Kalendarium

Nyheter

Om träffar & Covid-19!

Fortsatt ber vi er medlemmar att stanna hemma om ni eller någon i familjen känner sjukdomssymtom.

Meddela Leif, 011-10 43 16, om ni inte kommer till AST-Gemenskap i Norrköping eller badet (om det blir av i höst). Vid alla övriga aktiviteter meddelar ni Anna via SMS, 0707-818 919.

Vid samtliga träffar ber vi er att tvätta händerna när ni kommer samt använda handsprit ledaren tillhandahåller. Vid aktiviteter utan ledare finns det handsprit på plats.

Vi vill varna för att aktiviteter kan komma att ställas in med kort varsel, tex för att ett ställe vi skulle ha aktivitet på stängt.

I så fall sker följande:

- Leif eller Anna kontaktar er via mail om det är några dagar kvar till aktiviteten.
- Vid 1-2 dagars varsel så ringer vi er.

Var rädda om varandra och håll avstånd!
Tillsammans tar vi oss igenom detta.
Styrelsen

Är du vår nya styrelsemedlem?

Vill du vara med och påverka? Styrelsen behöver fler medlemmar. Att vara med i styrelsen innebär att man är med och påverkar vad som ska hända i föreningen under året. Möjligheter finns till konferenser och utbildning. Vi har ca 6-8 styrelsemöten (å 2 timmar/gång) per år.

Vet du att du vill ställa upp i styrelsen?

Kontakta valberedningen på valberedningen@autism-ostergotland.se

Vill du veta mer?

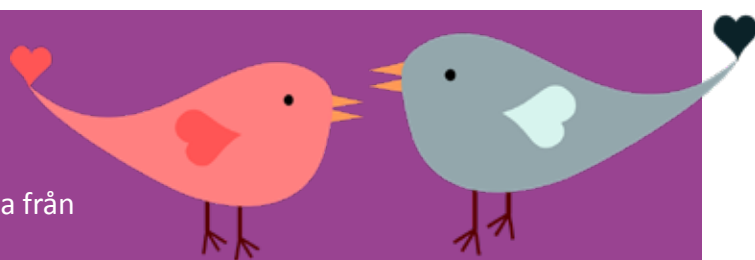
Kontakta Anna Paulsen, 0707-818 919 eller anna@autism-ostergotland.se

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

Bilder behöver vara högupplösta.
Skicka ett mail till: spektrum@autism-ostergotland.se

Nya ledare till föräldragruppen i Linköping!

Ett stort tack till Eva Annell som i flera år haft föräldraträffarna i Linköping. Nu tar Anna Hammarsten och Ronny Hellman över träffarna från och med i höst.



Clker-Free-Vector-Images från Pixabay

Hjälp oss!

Vi vill gärna veta när det händer saker inom tex LSS eller andra områden där våra barn/anhöriga med AST finns. Håll gärna koll i lokaltidningarna på just DIN ort och fota/skanna och maila till oss. info@autism-ostergotland.se

Ingen kan göra allt – men alla kan göra lite =) Tack på förhand.
Styrelsen

Lenas krönika

Hjärnan hade svårt att förstå att semestern hade börjat. Hela våren hade varit konstig och annorlunda. Inga gudstjänster, inget parkrun, allt roligt ställdes in och det sattes upp plexiglasskivor överallt. Glasskivorna var nästan osynliga, men de påverkade vardagen olika mycket för olika personer. Precis som autismen gjorde. Jag slapp att handhälsa, men jag fick inte krama om någon som behövde det. Jag fick inte besöka baslägenheten och jag kunde inte få något boendestöd i lägenheten, i affärer, på Vårdcentralen, på sjukhuset, på matställen eller på offentliga platser där det kunde uppstå folksamlingar och trängsel. Jag fick inte gå till affären när jag hade varit förkyld och fortfarande hostade.

Jag försökte att få hjärnan att förstå att det var semester. Genom att bada i sjön så kunde jag i alla fall få hjärnan att slappna av och varva ner lite. Jag deltog i Hittautorienteringen i Linköping, "Hitta ut-Linköping", med hjälp av Hittautkartan. Med papperskarta och en digital karta med gps i mobilen så kunde jag för första gången orientera ensam och hitta kontroller, så kallade checkpoints och registrera dem. Det hade jag aldrig kunnat göra under orienteringen i skolan. Jag provade på att sova i vindskydd. Vid midnatt hade jag fortfarande inte somnat för myggorna tänkte visst vara vakna och surra hela natten. Så jag gav upp och packade ihop och cyklade hem igen. Det var en upplevelse att cykla hem mitt i natten. Fåglarna sjöng och det var så få bilar på vägen att jag kunde våga cykla genom en rondell. Jag åt glass och letade i skogen efter bär och svampar. Jag sträckläste böcker, satt uppe och tittade på film, stängde av väckarklockan utan att märka det och somnade om.

Under våren hade jag läst om en ny vattenaktivitet. Åtminstone var den ny för mig. SUP förkortades den. Stå upp paddelbräda. De flesta stod upp på brädan och paddlade fram på vattnet. Det fanns dock brädor som var bredare och mer stabila som det gick att sitta och öva yoga på. Jag ville gärna prova på SUP. Arkökajak som låg vid Arkösund, hade brädor som både gick att ligga,



sitta och stå på. Östgötatrafiken hade bytt bussar och biljettsystem och gjort om busslinjerna. Jag lyckades att ta mig fram till Arkösund på den dag och tid som jag hade bokat brädan. Den hade en styrfena. Den satt under vattnet. Det fanns en säkerhetslina som spändes fast med kardborreband runt min ena vrist. Om jag ramlade av så skulle brädan inte åka iväg från mig. Om jag paddlade åt ena hållet så rörde sig brädan framåt. Om jag paddlade åt andra hållet så svängde brädan runt, med bakänden först. För att få brädan att röra sig framåt så paddlade jag än på högra sidan, än på vänstra sidan. Jag passerade fåglar som låg kvar och simmade och dök efter fisk. Jag drog upp brädan på en strand och badade innan jag paddlade tillbaka.

Det där ville jag få uppleva igen, utan att behöva åka till Arkösund. Jag läste på om brädor och köpte en bred som det gick att sitta på. Den orkade jag inte bära. Jag lade rygsäcken med brädan och tillbehören i en hopfällbar skrinna och drog den genom stan ner till Stångån. Det var nervöst att ta sig ombord på brädan och att ta sig upp på bryggan igen. Jag klarade av att paddla fram och tillbaka utan att ramla i. Orkade inte sitta upp längre. Låg ner och paddlade på tillbakavägen. ●

TEATER:

NÄR LILLAN KOM TILL JORDEN

Varmt välkomna att anmäla er till denna unika utbildningspjäs om hur det kan vara att vara anhörig till någon med en funktionsvariation. Efter pjäsen bjuds publiken in till diskussion.

Ett barn föds. Men något är fel. Läkaren ger diagnos och en familjs liv rasar samman. Pjäsen berättar om mötet mellan föräldrar och vården när barnet har en funktionsvariation. Om känslor som pendlar mellan ilska, hopplöshet, tillförsikt och kärlek. Hur avgörande är det på vilket sätt beskedet ges? Kan det överhuvudtaget göras på ett tillfredsställande sätt? Och vad behöver föräldrarna mest i denna utsatta situation...?

"Manuset bygger på djupintervjuer med många föräldrar. Replikerna är hämtade direkt från dessa samtal och borrar sig genom huden. "Varför har så många professionella yrkesutövare så svårt att hantera sina egna känslor? Ja, vad svarar ekot inom oss själva? Pjäsförfattaren sträcker ut sin hand mot publiken och världen. Budskapet är ändå otvetydigt. Att ljuset kommer åter."

ULF LUNDÉN, DALA-DEMOKRATEN

MANUS: Gunilla Boëthius.
REGI: Leif Nilsson.
SKÅDESPELARE: Maria Lindström
Petter Billengren
Joakim Sikberg.
PRODUCENT: Ulrika Ragnar Borell.

Föreställningen är producerad av Östra Teatern med stöd från Arvsfonden och SISUS.

VAR: Norrköpings Konstmuseum,
Harlekinen
(Kristinaplatsen, 602 34 Norrköping)

NÄR: Onsdag 25 november
kl. 18.00-19.15

PRIS: 100 kr
(medlem i FUB Östergötland eller Autism- & Aspergerföreningen Östergötland).
160 kr
(icke-medlemmar)

SKICKA ANMÄLAN TILL:
anmalan@autism-ostergotland.se

I din anmälan skriver du:

- Namn på de som ska gå på pjäsen.
- Om du/ni är medlemmar i FUB eller Autism- och Aspergerföreningen.
- Om du/ni har några allergier.
- Ditt telefonnummer.

ANMÄL DIG SENAST DEN 15 NOVEMBER.
Begränsat antal platser (max 50 personer)

Föreställning
& smörgås
ingår.

ETT SAMARBETE MELLAN

Funktionsrätt Östergötland, FUB Östergötland, Autism- och Aspergerföreningen Östergötland och Norrköpings Konstmuseum.



**NORRKÖPINGS
KONSTMUSEUM**

GO-CART MED UNGDOMS-GRUPPEN NORRKÖPING



SOMMARAVSLUTNING MED AST-GRUPPEN i LINKÖPING



Kalendarium: September - December 2020

Anmälan till aktiviteter

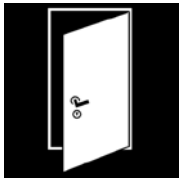
Numera är det obligatorisk anmälan till alla aktiviteter/föreläsningar förutom Öppen dörr.

Anmälan till samtliga aktiviteter: anmalan@autism-ostergotland.se. Har du inte tillgång till mail?

Då kan du anmäla via telefon till kansliet 011-10 43 16. Ibland är vi inte på plats på telefontiden men prata gärna in din anmälan på telefonsvararen:

- Vilken träff du/ni anmäler till inklusive datum
- Namn på den/dem du anmäler
- Ditt telefonnummer (gärna 2 ggr) för att kunna få en bekräftelse på att din anmälan är mottagen.

Anmälan till föräldraträffar i Norrköping, Linköping samt AST-Gemenskap Linköping: Det går bra att anmäla sig i tråden ledaren skapat för aktuell träff inne i respektive Facebookgrupp om du är medlem där. Annars anmäler du enligt ovan.



Öppen dörr Norrköping

Dörren är öppen för alla medlemmar. Inget särskilt är planerat. Vi fortsätter med öppen dörr varannan vecka under hösten.

Ons 2 sep, 16 sep, 30 sep, 14 okt, 28 okt, 11 nov, 25 nov, 9 dec, mån 21 dec

Tid: kl 18:00-20:00, onsdagar

Plats: Thapperska – rum Regnet, Gamla Övägen 23, Norrköping

Info: kansli@autism-ostergotland.se, tel. 011-10 43 16



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. Obligatorisk anmälan – sista anmälningsdag inom parentes nedan.

LINKÖPING

Tid: 18:30-20:30, måndagar om inte annat anges

Ledare: Ulrika Karlsson Greiff och Agneta Hell, de har varannan träff.

Info & anmälan: anmalan@autism-ostergotland.se eller via facebookgruppen

(man blir inbjuden i den när man varit med på en träff) eller till kansliet på 011-10 43 16

31 aug (26 aug) – Besök vid Catalinas kolonistuga

14 sep (9 sep) – Stadsvandring

28 sep (23 sep) – Prova på snacks och musikquiz – Fontänen, Bergqvists rum

12 okt (7 okt) – Fika på stan

26 okt (21 okt) – Sällskapsspel - Fontänen, Bergqvists rum

9 nov (4 nov) – 3-kamp på O'Learys – Shuffleboard, minigolf & basket

23 nov (18 nov) – Julpyssel - Fontänen, Bergqvists rum

7 dec (2 dec) – Restaurangbesök



NORRKÖPING

Tid: 18:00-20:00, måndagar om inte annat anges.

Ledare: Leif Johansson och Päivi Hilli

Info & anmälan: kansli@autism-ostergotland.se, tel. 011-10 43 16

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

24 aug – Grillning – Vi grillar korv. Vid regn är vi inomhus.

31 aug – Boule – Vi spelar boule och fikar. Vid regn är vi inomhus och spelar brädspel.

9 sep – OBS! Onsdag – Matlagning – kl. 18:00-21:00 – Vi lagar och äter något med kebabkött, i rummet Solen på Thapperska som har ett fullutrustat kök.

14 sep – Shuffleboard – kl. 18:00-19:00 – Vi spelar shuffleboard. Plats: Eventcenter, Mirum galleria, Hagebygatan 147, Norrköping.

21 sep – Musikquiz – Vi kör en musikquiz – melodikryss helt enligt era önskemål. Efteråt kan de som vill spela upp sin favoritlåt.

28 sep – Innebandy – kl. 18.30-20.30 – Vi spelar innebandy i sporthallen på Thapperska. Vi kan klä om och duscha på plats.

7 okt – OBS! Onsdag – Matlagning – kl. 18:00-21:00 – Vi lagar och äter en tre-rätters, i rummet Solen på Thapperska som har ett fullutrustat kök.

12 okt – Bowling – kl. 18:00-19:00 – Vi spelar bowling. Plats: Eventcenter, Mirum galleria, Hagebygatan 147, Norrköping.

19 okt – Tropicarium – kl. 14:00-15:00 – Vi får en guidning i en timme och vi får klappa en orm om ni vill, mata något djur. Det finns tre avdelningar, smådjur, reptiler och fiskar. Plats: Tropicarium, Kopparbovägen 1, Kolmården.

26 okt – Restaurangbesök – Vi går ut och äter, vart meddelas i kalendern ca. 1 vecka innan.

2 nov – Halloweenfirande – klä ut dig om du vill & var med på vår träff med halloweentema.

9 nov – Badminton – kl. 18.30-20.30 – vi spelar badminton. Vi kan klä om och duscha på plats. Möjlighet finns att vara i bastun också.

18 nov – OBS! Onsdag – Matlagning – kl. 18:00-21:00 – Vi lagar och äter en gryta, i rummet Solen på Thapperska som har ett fullutrustat kök.

23 nov – Bio – Film bestämmer vi efter att tablån kommit ut onsdagen den 18 november. Filmer som passar in något så när till våra tider kl. 18:00-20:00 kommer att presenteras på hemsidans kalender torsdagen innan och man får rösta genom kansli@autism-ostergotland.se eller 011-10 43 16. Viktigt: Att anmäla sig så snart som möjligt efter att vald film presenterats i kalendern, helst via mail eller telefon/svarare. Avanmäla är också viktigt om man inte kan komma. Plats: Presenteras på hemsidan när det är bestämt men antingen Filmstaden eller Cinema.

30 nov – Vad bör man äta? – I våras fick vi besök som berättade om lämplig kost. Nu får vi ett tillfälle igen. Personer med NPF diagnoser äter ofta dåligt och inte sällan så krånglar magen. Vi får besök av person som lärt sig om bra mat. Utifrån egen erfarenhet av att må dåligt har hon intresserat sig för bra mat och vad maten gör med ens mående och hälsa.

7 dec – Julpyssel – vi pysslar och fikar.

14 dec – Jultallrik – vi avslutar terminen med en jultallrik.



Föräldragrupp

Våra föräldraträffar har vi oftast på helgerna men ibland kan det vara en vardag, se datum nedan. Här har du möjlighet att träffa andra föräldrar till barn med autismspektrum eller misstänkt diagnos och diskutera och utbyta erfarenheter medan vi fikar. Dessa träffar är barnfria för att ni föräldrar ska få lite "barnfri" tid. Obligatorisk anmälan, sista anmälningdatum inom parentes nedan.

Föräldragrupperna 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.

Föräldragruppen i Norrköping fortsätter att ha paus under hösten 2020. Är du intresserad av att vara med på träffar i Norrköping? Maila info@autism-ostergotland.se

Plats: Föreningshuset Fontänen – Bergqvists rum, Västra vägen 32, Linköping.

Ledare: Anna Hammarsten och Ronny Hellman

Info & anmälan: anmalan@autism-ostergotland.se eller ring kansliet 011-10 43 16 eller via facebookgruppen

LINKÖPING

6 sep (1 sep) kl. 11:00-13:00, 3 okt (29 sep) kl. 12:00-14:00, 2 nov (27 okt) kl. 17.45-19.45, 28 nov (18 nov) kl. 13:00-15:00



Ungdomsträffar Norrköping

Ungdomar mellan 14-18 år är välkomna på träffarna. Sista anmälningdatum inom parentes.

Ledare: Lena Ferm och Carina Lindström

Plats: Olika platser, se nedan för information

Info & anmälan: anmalan@autism-ostergotland.se

12 sep (6 sep): Kl. 14:00-16:00 Draghundar på Vikbolandet. Vi träffar draghundar, kaniner, höns och bin på en gård. Fika serveras. Vägbeskrivning skickas senare till de anmälda.

3 okt (27 sep): Kl. 10:45-12:00 – Laserdome i Linköping. Vi samlas kl. 10:45 och spelar kl. 11:00 – 12:00. För ungdomarna + en medföljande vuxen. Meddela i anmälan om en vuxen ska vara med. Begränsat antal platser. Adressinformation kommer till de anmälda.

7 nov (1 nov): Kl. 10:00-12:00 – Tropicarium, Kopparbovägen 1, Kolmården. Vi samlas kl. 10:00. En djurvårdare guidar oss i en timme och vi får klappa en orm, mata något litet djur osv. Föreningen betalar inträdet för ungdomarna. Möjligt för föräldrar att lösa egen entré då tropikariet är öppet för allmänheten.

5 dec (29 nov): Kl. 10:00-ca 14:00 – Cnema, Kungsgatan 56, Norrköping. Vi gör en egen animerad film! Tillsammans hittar vi på en kort historia och skapar figurer i lera, LEGO eller papper. Vi får arbeta med stop-motion som teknik, spela in dialog och lägga på ljud för att till slut få en färdig film! Lättare lunch ingår.



Bad Norrköping

OBS!

Vi får besked om badet för hösten under vecka 35. Tidningen har redan gått till tryck då. Kolla därför in på hemsidan. Blir det bad finns information på startsidan samt i kalendern för respektive datum. www.autism.se/ostergotland

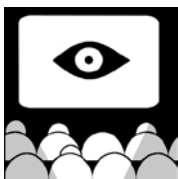
Tid: 15:15-16:00 eller 16:00-16:45

Plats: Vrinnevisjukhuset Norrköping, Rehabiliteringen, Ortopediska kliniken

Vid behov av beskrivning, maila eller ring kansliet.

Ledare: Leif Johansson resp Päivi Hilli

Info & anmälan: kansli@autism-ostergotland.se eller 011-10 43 16



Bio

I Norrköping 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 i fall någon känner sig instängd. Sista anmälningsdag inom parentes.

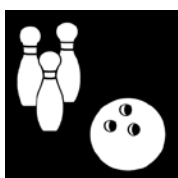
11 sep (6 sep), 2 okt (27 sep), 23 okt (18 okt), 13 nov (8 nov), 4 dec (29 nov)

Vi reserverar oss för förändringar på grund av Covid-19 och filmernas premiärdatum. Därför får ni kika in på hemsidan för att se vilka filmer det blir under hösten: www.autism.se/ostergotland-kalender Vid byte av filmer ändrar vi på hemsidan samt kontaktar dem som är anmälda via mail.

Tid: Fredagar kl. 15:00

Plats: Cnema, Kungsgatan 56, Norrköping

Info & anmälan: anmalan@autism-ostergotland.se



Bowling Strandgatan 2, Linköping

Vi börjar med att leta reda på bowlingskor och klot som passar. Obligatorisk anmälan, sista anmälan i parentes.

Åldersgräns: Barn upp till 14 år.

Ledare: Anna Tångered Rudén

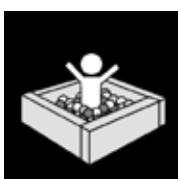
Tid: 25 okt (20 okt). Samling 13:45, spelet börjar kl 14:00

Plats: Strandgatan 2, Linköping

Info & anmälan: anmalan@autism-ostergotland.se

Uppge om både barn och vårdnadshavare vill bowla

Hemsida: www.strandgatantva.se



Busfabriken

Föreningen bjuder på inträde för barn och ungdomar som är medlemmar i föreningen (vuxna går in kostnadsfritt). Ni får komma vilken tid som helst som passar er under dagen. Busfabriken är öppen mellan kl. 10:00-19:00. Skriv upp era namn i kassan. Glöm inte att ni måste anmäla er till deltagande till föreningen innan. Sista anmälningsdag inom parentes nedan.



NORRKÖPING

Datum: 30 sep (22 sep)

Plats: Busfabriken, Ståthögavägen 48, Norrköping

Hemsida: www.busfabriken.se

Anmälan: anmalan@autism-ostergotland.se

LINKÖPING

Datum: 9 nov (2 nov)

Plats: Busfabriken, Vimarkagatan 1, Linköping

Hemsida: www.busfabriken.se

Anmälan: anmalan@autism-ostergotland.se



Fenomenmagasinet

Föreningen bjuder på entrén för alla våra medlemmar samt på korb med bröd, saft och kaffe. Vi har hela lokalen för oss själva. Eftersom det är en populär aktivitet så har det bokats två datum under hösten 2020. Anmäl er därför till ett tillfälle i taget, i mån av plats får ni vara med även vid tillfälle två. Max 35 personer vid varje tillfälle. Sista anmälningdag inom parantes nedan.

Tid: 27 sep (17 sep) kl. 16:30-18:30 och 29 nov (19 nov) kl. 16:30-18:30

Plats: Fenomenmagasinet, Gamla Linköping, Tunnbindaregatan 6, Linköping

Ledare: Anna Khan

Info & anmälan: anmalan@autism-ostergotland.se

Intresserad av rörelseglädje för ungdomar/unga vuxna?

Tanken är söndagar varannan vecka om intresse finns.

Kontakta sandralavendell@hotmail.se för mer information.



Prova på gokart på Go-karthallen

Testa Go-kart i Linköping. Alla får köra ett pass var på 10 minuter. Ni kommer att delas in i olika grupper. Barn med autismspektrumtillstånd och en förälder eller vuxen person med autismspektrumtillstånd är välkomna att anmäla sig. Max 18 personer. Sista anmälningdag inom parantes nedan.

Åldersgräns: minst 7 år (ingen gräns uppåt) **Längd:** minst 120 cm lång

Ledare: Camilla Andersson

Tid: 8 nov (29 okt) kl. 11:00 – samling 10:45

Plats: Go-karthallen, Regelgatan 5, Linköping

Info & anmälan: anmalan@autism-ostergotland.se – ange namn på personen som ska köra samt telefonnummer

Hemsida: www.magpgokart.se



3-kamp på O'Learys

Vi kör en 3-kamp med shuffleboard, basket och minigolf. Aktiviteten är främst till för barnen/ ungdomarna denna gång. Max 20 personer. Sista anmälningdag inom parentes nedan.

Åldersgräns: 8 år

Datum: 4 okt (27 sep)

Tid: kl. 12:00-14:30 (möjligen tidigare om alla är färdiga tidigare)

Plats: O'Learys, Stora torget 5, Linköping

Ledare: Ulrika Karlsson Greiff

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

Hemsida: <https://olearys.se/linkoping/activities/>



Yoga för medlemmar

Alla medlemmar är välkomna att delta utan kostnad på de enkla yogapassen på Norrköpings Kundalini Yogacentrum i Söderköping! Yogan anpassas till de som deltar, en del har inte varit på yoga förut medan andra har mer vana att använda yogan. Man får ta med sig en vän, boendestöd, kontaktperson eller annan "må bra – person" på yogan om man tycker det känns bra. Du kan läsa om pass och tider på Yogacentrets hemsida. Passen bokas enligt alternativ nedan, uppge att du är medlem i vår förening och lämna ditt namn.

Telefonnr: 0704-10 49 22 (Jan) eller 0709-58 96 45 (Kathleen)

Hemsida: www.nkyc.se

E-post: info@nkyc.se



Yoump

Linköping Yoump är en stor sport- och nöjesarena där gravitationslagen har upphört att existera. Explore gravity och känn den totala rörelsefriheten i en lokal med trampoliner från vägg till vägg. Speciella strumpor måste användas men det står föreningen för. Då det är en populär aktivitet så kommer i första hand de som inte varit med tidigare att få plats. Vilka som fått plats meddelas ca 1 vecka före aktiviteten. OBS! Anmälan får endast ske till ett tillfälle i taget. Max 14 pers per gång. Vi samlas vid receptionen 15 minuter innan hopptiden börjar. Sista anmälningdatum inom parentes nedan.

Tid: Samling 13.45 – hopptid 14:00-15:00

Datum: 20 sep (10 sep) – Malin, 11 okt (1 okt) – Maria, 15 nov (5 nov)

– Malin, 6 dec (26 nov) – Maria

Ledare: Malin Bergstedt Leander och Maria Gullquist

Plats: Östra Svedengatan 27 Linköping

Hemsida: www.yoump.se

Info & anmälan: anmalan@autism-ostergotland.se



**Autism- och Aspergerföreningen
Östergötland**
Gamla Övägen 23
603 79 Norrköping

Kontaktuppgifter

Kansliet

Om vi har möjlighet svarar vi även utanför telefon-
tiderna. Svarar vi inte går det bra att tala in ett
meddelande med ditt namn och ditt telefonnum-
mer så ringer vi upp så snart vi kan.

Telefonnummer: 011-10 43 16

Måndag kl. 14:00-16:00

Tisdag kl. 14:00-16:00

Torsdag kl. 14:00-16:00

Fredag kl. 14:00-16:00

E-post: kansli@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

Agneta Hell agneta.hell@gmail.com

Medlemsinfo

Deltagande i föreningens aktiviteter

Alla som deltar i våra aktiviteter måste vara medlem-
mar i Autism- och Aspergerförbundet. 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 själv-
klart 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.

Öppettider

Thapperska Gamla Övägen 23, Norrköping.

Efter flytten till Thapperska har vi ingen lokal så
som vi hade innan. Endast bokade besök med
Leif, Linda och Päivi är okej. Se vår hemsida:
www.autism-ostergotland.se för vårt program.

Hemsida

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

Ansvarig utgivare: Anna Paulsen

Layout: Ulrika Karlsson Greiff

Foto framsidan: Ulrika Karlsson Greiff

Tryck: Ardako **Piktogram:** www.pictoselector.eu

Nästa nummer: Nr 1 2021 utkommer i början av januari.

Sista datum för material till tidningen är 18 dec.