

Medlemsbrev, februari 2026

Innehållsförteckning

Sidan 1

- Innehållsförteckning
- Ny telefontid från den 12 januari
- Är du vårt nya samverkansombud?
- Är du intresserad av att gå med i en mor- och farföräldragrupp?

Sidan 2

- Vi behöver nya engagerade till Autism Östergötlands styrelse!
- Årets stjärna

Sidan 3

- Kallelse till årsmöte

Sidan 4

- Anmälan till aktiviteter
- Bad, Norrköping

Sidan 5

- AST-Gemenskap, Norrköping
- Jumpyard, Linköping & Norrköping

Sidan 6

- AST-Gemenskap, Linköping
- Bowling, Linköping & Norrköping

Sidan 7

- Arduino, Norrköping
- Bio, Norrköping
- Onlineföräldragrupp

Sidan 8

- Träffpunkten, Norrköping
- Möjligheternas gård, Skärblacka
- Laserdome, Linköping

Sidan 9

- Autism Östergötlands styrelse
- Kansli
- Kansliets telefontider & telefonnummer
- Våra ombud

Ny telefontid från den 12 januari

Vi ändrar telefontiden på tisdagar till måndagar. Samma tid, kl. 17:00-19:00.

Telefontiden på torsdagar är som vanligt kl. 10:00-12:00.

Är du vårt nya samverkansombud?

Har du stor kunskap om LSS & bor i Mjölby?

På LSS-samverkan träffar vi kommunen några gånger per termin. Dessa möten är till för att förbättra livsvillkoren för alla autister.

Intresserad? Kontakta Anna, info@autism-ostergotland.se eller 0707-818 919, så får du veta mer.

Är du intresserad av att gå med i en mor- och farföräldragrupp?

Vi undrar om det finns intresse för att starta upp mor- och farföräldragrupper.

Skicka in en intresseanmälan:

<https://tinyurl.com/mor-far-foralder>

Vi behöver nya engagerade till Autism Östergötlands styrelse!

Nya personer i styrelsen innebär nya perspektiv, ny energi och fler idéer – något som är viktigt för att vi i föreningen ska kunna fortsätta vårt viktiga arbete.

Genom ditt engagemang bidrar du till att stärka rättigheter, öka kunskap och skapa bättre förutsättningar för autister och deras anhöriga i Östergötland.

Alla i styrelsen bidrar utifrån sina förutsättningar. Du behöver inte kunna allt från början – engagemang, vilja att lära och ett intresse för föreningens frågor är det viktigaste.

Vem kan engagera sig?

Alla som delar Autism Östergötlands värderingar och vill bidra är välkomna – oavsett om du själv har autism, är anhörig, yrkesverksam eller bara brinner för frågorna.

I styrelsen planerar och genomför vi olika aktiviteter, föreläsningar och mässor med mera. Vi hjälps åt att skapa bättre levnadsvillkor för autister och deras anhöriga genom olika möten med kommuner, regionen och politiker.

Hur och var träffas vi?

- Ungefär 6-8 möten per år à 2 timmar per gång
- Vi har digitala styrelsemöten via Zoom

Är du intresserad eller vill veta mer? Hör gärna av dig – tillsammans kan vi göra skillnad!

Hör av dig till valberedningen@autism-ostergotland.se

Vill du veta mer om vad det innebär att sitta i styrelsen?

Kontakta Anna på info@autism-ostergotland.se eller 0707-818 919.

Årets stjärna

Syftet med Årets stjärna 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 vem som helst. Det kan vara medlemmar i föreningen, andra privatpersoner, organisationer och företag med mera.

Årets stjärna delas ut på föreningens årsmöte måndagen den **23 mars**.

Senast onsdagen den **11 februari** vill vi ha din nominering.

Olika sätt att nominera på

- Brev, använd rubrikerna nedan och märk kuvertet med "Årets stjärna". Posta till Autism Östergötland, c/o Paulsen, Smultronstigen 4, 573 36 Tranås
- Mejl, använd rubrikerna nedan och mejla info@autism-ostergotland.se
- Via formulär: <https://tinyurl.com/arets-stjarna>

Nominering till Årets stjärna

- **Du som nominerar:**
 - Namn
 - E-postadress
 - Telefonnummer
- **Den som blir nominerad:**
 - Namn/organisation/företag
 - Adress, postnummer, ort
 - E-postadress
 - Telefonnummer
 - Motivering till nomineringen

Kallelse till årsmöte

Kallelse till digitalt årsmöte med Autism Östergötland 2026.

Datum: måndagen den 23 mars 2026

Tid: kl. 18:30

Plats: online via Zoom

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 ekonomisk 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. Övriga i förväg anmälda frågor
23. Mötets avslutande

Från och med måndagen den **2 mars** finns verksamhetsberättelse och ekonomisk redovisning att tillgå via mejl till info@autism-ostergotland.se eller genom att ringa/sms:a till Anna på 0707-818 919.

Motioner skall vara oss tillhanda senast måndagen den **2 februari**.

Dessa skickas via mejl till info@autism-ostergotland.se eller per post till Autism Östergötland, c/o Paulsen, Smultronstigen 4, 573 36 Tranås.

Sista anmälningdag för deltagande på årsmötet är måndagen den **9 mars**.

Anmälan sker till info@autism-ostergotland.se eller genom att ringa/sms:a till Anna på 0707-818 919.

Anmälan till aktiviteter

Anmälan till våra aktiviteter sker via Googleformulär eller telefon. Länkar till anmälingssidorna finns vid aktiviteterna i kalendern på hemsidan:

<http://tinyurl.com/autism-kalender>



Anmälan via telefon:

Måndagar – kl. 17:00-19:00

Torsdagar – kl. 10:00-12:00

Telefonnummer: 011-10 43 16

Övriga tider finns det en telefonsvarare, var noga med att ange ditt telefonnummer

Anmälan öppnar:

Kl. 09:00 nedanstående datum.

Anmälningsstart för aktiviteter i

* mars – 14 februari

* april – 14 mars

* maj – 11 april

Aktiviteter som ni kan anmäla er till under hela terminen:

- * Arduino, Norrköping
- * AST-Gemenskap, Linköping, Norrköping
- * Föräldragrupp, Linköping
- * Onlineföräldragrupp
- * Samtalsgrupp för kvinnor, Norrköping

Besked om ni får plats eller ej

* Får ni via mejl senast fyra arbetsdagar efter er anmälan

Medlemsbrev

* Medlemsbreven kommer digitalt kring den första i varje månad mellan januari-maj respektive augusti-december

* Om du är osäker på om din mejladress finns i vårt medlemsregister. Mejla info@autism-ostergotland.se så kollar vi.

* Medlemsbreven finns på denna sida:



<https://tinyurl.com/medlemsbrev-ast>

Bad, Norrköping

Personer med autism (oavsett ålder) tillsammans med en medföljande (två vid behov av assistenter) får bada.

Dag: lördagar (ej röda dagar)

Tid: kl. 16:00-16:45

Plats: Rehabbassängen, Vrinnevisjukhuset, Norrköping

Ledare: Linda Örulv respektive Anders Koroly

Baddatum (sista anmälningsdag):

7 februari (2 februari)

14 februari (9 februari)

21 februari (16 februari)

28 februari (23 februari)

Länk till anmälan:

<https://tinyurl.com/bad-febr>



7 mars (2 mars)

14 mars (9 mars)

21 mars (16 mars)

28 mars (23 mars)

Länk till anmälan (anmälan öppnar 14 februari kl. 09:00):

<https://tinyurl.com/bad-mar>



Kommande datum:

11 april (6 april)

18 april (13 april)

25 april (20 april)

2 maj (27 april)

9 maj (4 maj)

16 maj (11 maj)

30 maj (25 maj)

AST-Gemenskap, Norrköping

Till dessa träffar är du som har fyllt 18 år och är autistisk välkommen.

Vid behov får du också ta med dig en person du känner dig trygg med.

Tid: onsdagar, kl. 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



Länk till anmälan:

<https://tinyurl.com/ast-norrkoping>

Aktivitetsdatum (sista anmälningssdag):

11 februari (8 februari)

Vi spelar upp våra favoritlåtar för varandra

25 februari (22 februari)

Vi fikar på Espresso House

Plats: Drottninggatan 50, Norrköping

11 mars (8 mars)

Vi har filmkväll med tillhörande snacks och dryck

25 mars (22 mars)

Matlagning, vi lagar våfflor

8 april (5 april)

Vi spelar darts på Biljardbaren

Samling: kl. 18:20 speltid kl. 18:30-19:30

Plats: Prästgatan 50, Norrköping

OBS! Ta med hörselskydd om du är ljudkänslig.

22 april (19 april)

Vi kör en frågesport

6 maj (3 maj)

Vi spelar kubb

20 maj (17 maj)

Vi tittar på hållristningar i Himmelstalund

Plats: samling vid Himmelstalundsbadets parkering, Riksvägen, Norrköping

4 juni (31 maj)

Vi avslutar terminen med att grilla korv

Jumpyard, Linköping & Norrköping

Hoppa runt bland alla trampoliner på Jumpyard i Linköping eller Norrköping.

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.

OBS! Jumpyard är öppet för alla så vi är INTE ensamma där.

Åldersgränser:

Från 3 år och uppåt

3-5 år - barnet behöver en vuxen med sig bland trampolinerna

LINKÖPING

Datum (sista anmälningssdag):

söndagen den 15 mars (9 mars)

Tid: samling kl. 14:40, hopptid 15:00-17:00

Plats: Jumpyard, Norra Svedengatan 13, Linköping

Länk till anmälan (anmälan

öppnar 14 februari kl. 09:00):



<https://tinyurl.com/jumpyard-lkpg-1>

NORRKÖPING

Datum (sista anmälningssdag):

söndagen den 26 april (20 april)

Tid: samling kl. 14:40, hopptid 15:00-17:00

Plats: Jumpyard, Lundatorpsvägen 3, Norrköping

AST-Gemenskap, Linköping

Till dessa träffar är du som har fyllt 18 år och är autistisk välkommen.

Vid behov får du också ta med dig en person du känner dig trygg med.

Tid: måndagar (ojämna veckor), kl. 18:00-20:00, om inget annat anges nedan

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

Ledare: Anders Koroly och Ronny Hellman

Länk till anmälan:



<https://tinyurl.com/ast-linkoping>

Aktivitetsdatum (sista anmälningsdag):

9 februari (1 februari)

Vi kör en 4-i-rad turnering

23 februari (15 februari)

Vi kör ett musikquiz

9 mars (1 mars)

Vi spelar bowling

Samling: kl. 17:45, speltid kl. 18:00-18:55

Plats: Strandgatan 2, Linköping

OBS! Ta med hörselskydd om du är ljudkänslig!

23 mars (15 mars)

Vi har en filmkväll med tillhörande snacks och dryck. Film bestäms i Facebookgruppen en tid innan filmkvällen

20 april (12 april)

Vi spelar dart på O'Learys

Samling: kl. 18:15, speltid kl. 18:30-19:25

Plats: O'Learys, Stora Torget 5, Linköping

OBS 1! Max 12 deltagare vid denna träff. Anmäl er i god tid!

OBS 2! Ta med hörselskydd om du är ljudkänslig!

4 maj (26 april)

Vi kör en frågesport

18 maj (10 maj)

Vi spelar kubb

Plats: samling vid Fontänen, vi går till en park i närheten av Fontänen

1 juni (24 maj)

Vi spelar minigolf

Samling: kl. 18:20, speltid kl. 18:30-20:00

Plats: Valla minigolf, Stratomtavägen, Linköping

Bowling, Linköping & Norrköping

Detta är en familjeaktivitet - anmäl både föräldrar och barn. Vi börjar med att leta reda på bowlingskor och klot.

LINKÖPING

Datum (sista anmälningsdag):

söndagen den 8 mars (2 mars)

Tid: samling kl. 11:40, bowlingen pågår kl. 12:00-12:55

Plats: Strandgatan Två, Strandgatan 2, Linköping

Länk till anmälan (anmälan



öppnar 14 februari kl. 09:00):

<https://tinyurl.com/bowling-strandgatan>

NORRKÖPING

Datum (sista anmälningsdag):

söndagen den 19 april (13 april)

Tid: samling kl. 10:40, bowlingen pågår kl. 11:00-11:55

Plats: Eventcenter, Lidaleden 12, Norrköping

Arduino, Norrköping

Detta är en grupp som konstruerar elektronik genom att använda den fria hårdvaruplattformen Arduino.

Vi konstruerar elektronik, kopplar, löder och programmerar. Med Arduino kan man styra det mesta. Man kan skapa webbservrar, robotar, spel, styra ljusslingor, hemautomation och vad mer man önskar.

Vid behov får du ta med dig en ledsagare, kontaktperson eller någon annan som du känner dig trygg med.

Målgrupp: autistiska personer från 18 år

Dag: torsdagar

Tid: kl. 18:00-20:00

Plats: Thapperska, Månen, Gamla

Övägen 23, Norrköping

Ledare: Leif Johansson

Träffdatum (sista anmälningdag):

5 februari (1 februari)

5 mars (1 mars)

9 april (5 april)

7 maj (3 maj)

Länk till anmälan:



<https://tinyurl.com/arduino-nkpg>

Bio, Norrköping

På Cnema i Norrköping visas nyare biofilmer för våra medlemmar.

Vi fortsätter att samarrangera bion med FUB Norrköping, därmed kommer också deras medlemmar att gå på våra filmer.

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.

Vårens filmer:

Kika in i kalendern på hemsidan för att se vårens filmer. De presenteras där vartefter filmerna blir godkända att visa.

<http://tinyurl.com/autism-kalender>

Dag: fredag

Tid: kl. 15:00 (sluttid varierar)

Plats: Cnema, Kungsgatan 56, Norrköping

Datum (sista anmälningdag):

13 februari (9 februari)

Länk till anmälan:

<https://tinyurl.com/bio-feb>



20 mars (16 mars)

Länk till anmälan (anmälan öppnar 14 februari kl. 09:00):

<https://tinyurl.com/bio-mar>



Kommande datum:

17 april (13 april)

22 maj (18 maj)

Onlineföräldragrupp

I gruppen träffas ni föräldrar som har autistiska barn.

I vår testar vi om onsdagar fungerar bättre för er föräldrar.

Dag: onsdagar

Tid: kl. 18:30-20:00

Plats: online via Google Meet

Träffdatum (sista anmälningdag):

4 februari (1 februari)

4 mars (1 mars)

8 april (5 april)

6 maj (3 maj)

Länk till anmälan:



<https://tinyurl.com/foraldr-online>

Träffpunkten, Norrköping

Vi brukar prata, spela enklare spel eller färglägga mandalabilder. Vi bjuder på lättare fika. Ingen anmälan är nödvändig.

Från och med vårterminen 2024 gäller medlemskap i föreningen och egen autismdiagnos för att komma på dessa träffar.

Vid behov får du ta med dig en ledsagare, kontaktperson eller någon annan som du känner dig trygg med.

Dag: måndag, jämna veckor

Tid: kl. 18:00-20:00

Plats: Thapperska, Gamla Övägen 23, Norrköping

Träffdatum:

2 februari
16 februari

2 mars
16 mars
30 mars

13 april
27 april

11 maj
25 maj

8 juni

Sommaröppet:

Kika i kalendern på hemsidan från och med slutet av maj för att se om Träffpunkten är öppen i sommar.

<http://tinyurl.com/autism-kalender>



Möjligheternas gård, Skärblacka

Detta är en familjeaktivitet. Hälsa på djuren på gården, åk häst och vagn. Bland annat finns det grisar, hästar, kaniner och höns.

Tyvärr finns inte längre möjligheten att rida.

Vi bjuder på korv med bröd och fika vid kl. 12:30.

Tid: kl. 11:00-14:00

Plats: Skärblacka (vägbeskrivning fås i samband med välkomstmailet)

Datum (sista anmälningdag):
söndagen den 10 maj (27 april)

Laserdome, Linköping

För barn och en medföljande förälder. Samling inne på Laserdome i Linköping.

Vi börjar med en introduktion på 15 minuter med genomgång av reglerna. Sedan sker laserspel i 2x25 minuter med en kort paus.

Tid: samling kl. 12:40, speltid 13:00–14:00
Plats: Laserdome, Industrigatan 38, Linköping

Datum (sista anmälningdag):
söndagen den 29 mars (23 mars)

Länk till anmälan (anmälan

öppnar 14 februari kl. 09:00):

<https://tinyurl.com/laserdome-linkoping>



Autism Östergötlands styrelse

Ordförande

Maria Gullquist

maria@autism-ostergotland.se

Sekreterare

Angelica Jonsson

angelica@autism-ostergotland.se

Ledamöter

Lotta Larsson

lotta@autism-ostergotland.se

Johannes Almborg

johannes@autism-ostergotland.se

Sara Törnbom

sara@autism-ostergotland.se

Suppleanter

Anna Jältsäter

anna.jaltsater@autism-ostergotland.se

Egil Ramsten

egil@autism-ostergotland.se

Monika Woldrich

monika@autism-ostergotland.se

Ronny Hellman

ronny@autism-ostergotland.se

Adjungerad verksamhetsledare

Anna Paulsen, 0707-818 919

anna@autism-ostergotland.se

Kansli

Vill du nå någon av våra anställda på kansliet?

Linda Bredahl – Linda är sjukskriven en tid framöver.

Linda Örulv

Anders Koroly

Anna Paulsen

Mejla till info@autism-ostergotland.se så vidarebefordras mejlet till den du vill nå (ange vem i rubrikraden).

Kansliets telefontider & telefonnummer

Måndagar – kl. 17:00-19:00

Torsdagar – kl. 10:00-12:00

Telefonnummer: 011-10 43 16

Våra ombud

LSS-ombud

Linda Bredahl – Linda är sjukskriven en tid framöver. Mejl gällande LSS skickas till:

info@autism-ostergotland.se

Skolombud

info@autism-ostergotland.se

Autismombud

Vakant

Är du intresserad av att få veta mer? Mejla

info@autism-ostergotland.se eller ring

Anna på 0707-818 919.