

Medlemsbrev, december 2024

Innehållsförteckning

Sidan 1

- Innehållsförteckning
- Nya telefontider
- Stort tack till Anneli Berg
- Har du erfarenhet av autism?
- Använda QR-kod

Sidan 2

- Föreläsning med Bo Hejlskov Elvén

Sidan 3

- Föräldraläger 16-18 maj
- Är du vårt nya samverkansombud i Norrköping eller Mjölby?
- Anmälan till aktiviteter

Sidan 4

- Arduino, Norrköping
- Onlineföräldrargrupp
- Bad, Norrköping
- AST-Gemenskap, Norrköping

Sidan 5

- AST-Gemenskap, Linköping
- Bio, Norrköping
- Träffpunkten, Norrköping
- God Jul & Gott Nytt År!

Sidan 6

- Kansli
- Kansliets telefontider & telefonnummer
- Har du flyttat?
- Våra ombud
- Autism Östergötlands styrelse

Nya telefontider

I januari förändras vår telefontid på tisdagar. Mer information om de nya tiderna finns på sidan sex i detta medlemsbrev under rubriken "Kansliets telefontider & telefonnummer".

Stort tack till Anneli Berg

Vi riktar ett stort tack till Anneli Berg som varit ett av våra LSS-ombud i många år!

Anneli har varit en klippa som ombud med tanke på hennes stora kunskap inom LSS-området. Hon har även varit aktiv på våra LSS-samverkansmöten i Norrköping vilket vi uppskattat enormt mycket.

Vi kommer framöver att söka ett nytt LSS-ombud. Skulle du vara intresserad av att få veta mer om uppdraget så hör av dig till info@autism-ostergotland.se eller till Anna, 0707-818 919, för att få mer information.

Har du erfarenhet av autism?

Det har vi i styrelsen för Autism Östergötland. Men vi behöver bli fler som kan bana väg för att alla ska få kunskap om hur autism fungerar och hur man med autism kan utvecklas och trivas.

Vi i styrelsen är ett glatt gäng som oftast ses på Zoom. Detta då vi i styrelsen finns över hela Östergötland.

Våra möten är enkla, korta och utvecklande. Både för oss och för föreningen.

Känner du att du kan bidra med idéer och lite av din tid så mejla en presentation av dig själv till valberedningen@autism-ostergotland.se eller ring Anna för mer information, 0707-818 919.

Du är hjärtligt välkommen att bli en del av Autism Östergötlands styrelse!

Använda QR-kod

Starta kameran på din telefon och rikta den mot QR-koden.



Tryck sedan på texten och du kommer in på sidan som den länkar till.

Föreläsning med Bo Hejlskov Elvén

Bo föreläser om lågaffektivt bemötande under en heldag i Norrköping.



Datum: tisdagen den 25 mars 2025

Tid: kl. 09:00-15:30

Plats: Renströmmen/Pingstkyrkan,
Drottninggatan 1, Norrköping

Fika/lunch:

- * För och eftermiddagsfika ingår i priset
- * Lunch ordnas på egen hand

Konflikter, våld och självskadande beteende är vanliga i vård och omsorg. Man har haft olika metoder för att lösa de problem det innebär. De flesta metoderna har dock fokuserat på behandling av personen med beteendet. Temadagens fokus är inte behandling, men hantering av beteendet och mötet med personen. Metoderna som introduceras bygger på affektteori och neuropsykologi, och har visat sig ha god effekt i förhållande till att förebygga våld, konflikt och självskadande beteende.

Dagens första halva handlar om förhållningssätt och teori, den andra halvan om metod och bemötande. Målet är att dels erbjuda effektiva metoder, dels ge deltagarna en ram att utveckla egna metoder utifrån.

Presentation av Bo Hejlskov Elvén:

Bo är leg. Psykolog, föreläsare och författare. Han utbildar och handleder personal inom lågaffektivt bemötande inom både Sverige och internationellt.

Pris:

- * Yrkesverksamma 1200 kr, 10% rabatt för 5 personer eller fler från samma arbetsplats
- * Privatpersoner/anhöriga/egen diagnos – icke medlem, 900 kr
- * Medlemmar i Autism Sverige, 600 kr

Antal platser och bindande anmälan:

- * Begränsat antal platser, först till kvarn gäller...
- * Anmälan är bindande men kan överlåtas till annan person.

Sista anmälningsdag:

7 mars (under förutsättning att det finns platser kvar)

Information & frågor:

Anna Paulsen, mejla till info@autism-ostergotland.se eller ring 0707-818 919

Ange följande i anmälan som skickas till info@autism-ostergotland.se

- * Medlem - ange att du är medlem, namn, adress, telefonnummer och eventuella allergier/specialkost
- * Privatperson/anhörig/egen diagnos - namn, adress, telefonnummer och eventuella allergier/specialkost
- * Yrkesverksam – arbetsplatsens namn, namn på samtliga deltagare, telefonnummer till kontaktperson, eventuella allergier/specialkost (namnge personen), fakturaadress och fakturareferens

Föräldraläger 16-18 maj

Vi upprepar höstens fantastiska föräldraläger med ett nytt.

Under helgen har vi bland annat erfarenhetsutbyten med mera. Helgen byggs upp utifrån vad ni som deltagare är intresserade av så slutgiltigt program kommer en tid innan lägret.

Ett urval av samtalsämnen:

Tips & trix i vardagen, era bästa tips för återhämtning, skola, stöd från samhället, syskon & kompisrelationer.

Datum: 16-18 maj 2025

Tid: 16 maj kl. 16:30 – 18 maj kl. 13:00

Plats: Östgotagården, Liljeholmsvägen 10, Rimforsa

Pris: 1800 kr per person inklusive kost, logi (sänglinne beställs separat för 160 kr) och övrigt (snacks eller liknande på kvällarna)

Sista anmälningsdag: 20 april 2025

Information & frågor:

Anna Paulsen, mejla till info@autism-ostergotland.se eller ring 0707-818 919

Länk till anmälan:



<http://tinyurl.com/anmalan-foraldralager>

Är du vårt nya samverkansombud i Norrköping eller Mjölby?

Har du stor kunskap om LSS & bor i Norrköping eller Mjölby?

På LSS-samverkan träffar vi kommunen några gånger per termin.

Dessa möten är till för att förbättra livsvillkoren för alla med autism.

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

Anmälan till aktiviteter

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

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



Anmälan via telefon:

Tisdagar – kl. 16:30-18:30 (i december)

Tisdagar – kl. 17:00-19:00 (från januari)

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

* december – 16 november

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>

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

Datum (sista anmälningsdatum):

5 december (2 december)

OBS! Ändrat datum (tidigare datum var 12 december (9 december)!



Länk till anmälan:

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

Onlineföräldragrupp

I gruppen träffas ni föräldrar som har autistiska barn.

Dag: torsdagar

Tid: kl. 18:00-19:30

Plats: online via Google Meet

Träffdatum (sista anmälningsdatum):

5 december (2 december)



Länk till anmälan:

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

Bad, Norrköping

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

Dag: lördagar (ej röda dagar)

Tid: 16:00-16:45

Plats: Badcenter, Lindövägen 17, Norrköping

Ledare: Linda Örulv respektive Anders Koroly

Datum (sista anmälningsdatum):

7 december (2 december)

14 december (9 december)

Länk till anmälan:

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



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, 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 anmälningsdatum):

4 december (1 december)

Vi kör ett musikquiz.

11 december (8 december)

Vi fikar på Espresso House.

Plats: Drottninggatan 50, Norrköping

18 december (15 december)

Vi avslutar terminen med våra favvolåtar och julfika.

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 Leif Johansson

Länk till anmälan:

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



Aktivitetsdatum (sista anmälningsdatum):

2 december (24 november)

Vi fikar på Espresso house.

Plats: Nygatan 25, Linköping

16 december (8 december)

Vi har terminsavslutning med musikbingo och julfika.

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 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.

Dag: fredag

Tid: 15:00 (sluttid varierar)

Plats: Cnema, Kungsgatan 56, Norrköping

Datum (sista anmälningsdatum) – film:

6 december (2 december) – Vaiana 2

Länk till anmälan:

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



Träffpunkten, Norrköping

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

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

Dag: måndag, jämna veckor

Tid: 18:00-20:00

Plats: Thapperska, Gamla Övägen 23, Norrköping

Träffdatum:

9 december

30 december

God Jul & Gott Nytt År!

Stort tack till er alla som varit medlemmar, engagerat er i föreningen på olika sätt och framförallt varit med på våra aktiviteter under året. Ni alla är oerhört värdefulla.

Styrelsen och kansliet önskar alla som läser detta medlemsbrev en riktigt fin jul & ett gott nytt år!



Kansli

Vill du nå någon av våra anställda på kansliet?

Linda Bredahl
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

Tisdagar – till och med 17 december 2024:
Kl. 16:30-18:30

Tisdagar – från och med 7 januari 2025
Kl. 17:00-19:00

Torsdagar – kl. 10:00-12:00

Telefonnummer: 011-10 43 16

Har du flyttat?

Vi får inte era nya adresser automatiskt. Informera oss om din/er nya adress.

Mejla info@autism-ostergotland.se eller ring kansliet. Nummer och telefontider finns precis ovanför på denna sida.

Våra ombud

LSS-ombud

Linda Bredahl
linda@autism-ostergotland.se

Skolombud

info@autism-ostergotland.se

Autismombud

Linda Örulv
linda.orulv@autism-ostergotland.se

Isabelle Sandborg
isabelle@autism-ostergotland.se

Autism Östergötlands styrelse

Ordförande

Sandra Lavendell
sandra@autism-ostergotland.se

Vice ordförande

Charbél Talani
charbel@autism-ostergotland.se

Sekreterare

Maria Gullquist
maria@autism-ostergotland.se

Ledamöter

Lotta Larsson
lotta@autism-ostergotland.se

Isabelle Sandborg
isabelle@autism-ostergotland.se

Johannes Almborg
johannes@autism-ostergotland.se

Sara Törnbom
sara@autism-ostergotland.se

Suppleanter

Anna Wikström
anna.wikstrom@autism-ostergotland.se

Anna Jältsäter
anna.jaltsater@autism-ostergotland.se

Egil Ramsten
egil@autism-ostergotland.se

Adjungerad kassör/verksamhetsledare

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