

Medlemsbrev, april 2024

Innehållsförteckning

Sidan 1

- Årsmötet 2024
- Använda QR-kod
- Är du intresserad av att gå med i en mor- och farföräldragrupp?
- Vårens aktiviteter
- Har du flyttat?

Sidan 2

- Föreläsning med Jill Rogheden på Världsautismdagen, 2 april
- Nytt sätt att anmäla sig till våra aktiviteter startar till hösten
- Enkäter att svara på

Sidan 3

- Är du 15-18 år & vill spela online med andra autister?
- Samtalsgrupp för kvinnor som är autistiska i Norrköping
- Föreläsningar – tema utsatthet

Sidan 4

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

Årsmötet 2024

Den 19 mars hölls årets årsmöte i Norrköping. Vi riktar ett stort tack till Mia Delden som avgick från styrelsen.

Nya i styrelsen är Anna Jältsäter, Egil Ramsten, Johannes Almborg och Sara Törnbom, ni är varmt välkomna.

Alla styrelsemedlemmar med deras mejladresser finns på sista sidan i detta medlemsbrev.

Använda QR-kod

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

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



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.



Är du intresserad?

Skicka gärna in en intresseanmälan via formuläret:

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

Vårens aktiviteter

I kalendern på hemsidan finns vårens aktiviteter.

De flesta aktiviteter är nu fullbokade men alla aktiviteter har en reservlista.

Se vårens aktiviteter i vår kalender:



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

Har du flyttat?

Vi får inte era nya adresser automatiskt.

Informera oss om din/er nya adress på något av följande sätt:

- Skicka ett mejl till info@autism-ostergotland.se
- Ring kansliet på 011-10 43 16 (tisdagar kl. 16:30-18:30 eller torsdagar kl. 10:00-12:00)

Föreläsning med Jill Rogheden på Världsautismdagen, 2 april

”Autism – varför är det så svårt att få energin att räcka till?”

Tid: 18:00-20:15

Plats: online via Zoom

Pris: gratis

Om föreläsningen:

Ett av de största problemen vid autism är ofta bristen på energi. Åtskilligt i vardagen kan också ge upphov till mer stress än hos andra.

Stress och energibrist sänker förmågorna samtidigt som svårigheterna blir större. Detta kan orsaka stora utmaningar och ibland leda till allvarliga konsekvenser.

Men genom att nå en god balans förhöjs välbefinnandet och förmågan att klara av vardagens krav vilket därtill ger bättre förutsättningar i ett livsperspektiv.

Om Jill:

Jill Rogheden blev som vuxen diagnostiserad med autism och ADD. Hon är också mamma till två barn med autism och ADHD och dotter till en förälder med NPF. Dessutom är Jill utbildad inom autism/NPF. Genom sitt företag Imaginari ger hon konsultationer, föreläser och handleder. I sin blogg ”Ett annat sätt att tänka” delar Jill med sig av pedagogiska tips och livet med autism:

www.ettannatsattattanka.wordpress.com

Dessutom delar Autism Östergötland ut Pusselbiten denna kväll.

Anmäl dig via länken:

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



Nytt sätt att anmäla sig till våra aktiviteter startar till hösten

Från och med höstterminen använder vi oss av Googleformulär för anmälan till våra aktiviteter.

Alla aktiviteter kommer att finnas i vår kalender precis som vanligt. Anmälan sker till en aktivitet i taget. Vid varje aktivitet finns en länk till anmälningsformuläret.

Vi inför också flera första anmälningsdagar till de flesta aktiviteter under terminen. Detta för att fler ska kunna ta del av våra aktiviteter. I dagsläget så är det många medlemmar som aldrig får plats på aktiviteterna för att det är fullbokat redan i början av terminen.

Mer information om detta kommer i nästa medlemsbrev som kommer i maj.

För den som inte kan anmäla sig via formulären så finns fortfarande möjligheten att anmäla sig via telefon, se telefonnummer och telefontider på sista sidan av medlemsbrevet.

Enkäter att svara på

På vår hemsida finns länkar till tre enkäter som vi hoppas att ni vill svara på.

De olika enkäterna handlar om:

- Delaktighet i samhället
- Digitala aktiviteter
- Tillgänglighet



Se hemsidan för mer information:

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

Är du 15-18 år & vill spela online med andra autister?

Vi startar en grupp för 15 till 18 åringar som träffas online under vårterminen till att börja med.

Vilka spel vi spelar kan du vara med och påverka men vi tänker oss spel som inte är snabba utan handlar om att bygga, upptäcka och tänka, till exempel Minecraft, Raft och Astroneer.

Vi ordnar en Discordkanal och instruktioner för att komma igång.

Dag: onsdagar

Tid: ej bestämt ännu

Hur ofta: 3 gånger under våren

Ledare: Kristofer Hallén



Skicka in din intresseanmälan:

<https://tinyurl.com/online-15-18>

Samtalsgrupp för kvinnor som är autistiska i Norrköping

Vi startar nu en samtalsgrupp för kvinnor med autism som är minst 18 år gamla.

Gruppen bestämmer ett tema inför träffarna.

Sista anmälningsdag inom parantes nedan.

Datum:

Torsdagen den 18 april (15 april)

Torsdagen den 16 maj (13 maj)

Tid: kl. 17:30-19:00

Var: Thapperska, Gamla Övägen 23, Norrköping

Ledare: Linda Örulv



Mer information:

info@autism-ostergotland.se eller
0707-818 919 (vardagar kl. 9:00-16:00)

Anmälan:

<https://tinyurl.com/samtal-kvinnor>

Föreläsningar – tema utsatthet

Under 2024 fyller LSS 30 år.

Autism Östergötland, FUB Östergötland, SRF Östergötland och Funktionsrätt Östergötland samverkar som arrangörer för en föreläsningsserie under året med tema utsatthet.

Samtliga föreläsningar är hybridmöten. Det går att delta fysiskt på Föreningshuset Fontänen i Linköping eller online via Zoom.

Pris:

- Gratis för medlemmar i funktionsrättsföreningar
- 150 kr per person för icke medlemmar

Vårens föreläsningar

18 april – Utmanande föräldraskap med Bella Stensnäs

16 maj – Utmaningar i boende trots LSS 30 år med Elisabeth Ingvarsson

Höstens föreläsningar

29 augusti – Arbetsmarknad med Judith Timoney

12 september – Ekonomi, ej klart med föreläsare ännu

31 oktober – Nära vård och Levande bibliotek med Jesper Anell och Christian Andersson

14 november – Att åldras med funktionsnedsättning med Kia Mundebo och expertpanelen Gott liv som äldre

Mer information om föreläsningarna finns på hemsidan:

<http://tinyurl.com/utsatthet>

Där finns även anmälningslänkar.



Frågor?

Mejla info@autism-ostergotland.se

Kansli

Vill du nå någon av våra anställda på kansliet?

- Linda Bredahl
- Linda Örulv
- Anders Koroly
- Anna Paulsen

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

Kansliets telefontider & telefonnummer

Tisdagar – kl. 16:30-18:30

Torsdagar – kl. 10:00-12:00

Telefonnummer: 011-10 43 16

Våra ombud

LSS-ombud

Linda Bredahl

linda@autism-ostergotland.se

Anneli Berg

anneli@autism-ostergotland.se

Skolombud

Vakant

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