

## Kalendarium: januari – juni 2024

### Anmälan till aktiviteter

Det är obligatorisk anmälan till alla aktiviteter förutom Träffpunkten (f.d. Öppen dörr).

### Avbokning av aktiviteter

Det är viktigt att ni avbokar om ni får förhinder, då kan andra få era platser.

Avbokning sker via sms till Anna på 0707-818 919.

## Bad, Norrköping

Personer med autism (oavsett ålder) tillsammans med en medföljande (två vid behov av assistenter) får bada. Ni får besked om era badtider några dagar efter er anmälan då vi behöver fördela badtiderna mellan de anmälda.

### Baddatum (sista anmälningsdatum)

Februari	Mars	April	Maj
3 (29 januari)	2 (26 februari)	6 (1 april)	4 (29 april)
10 (5 februari)	9 (4 mars)	13 (8 april)	11 (6 maj)
17 (12 februari)	16 (11 mars)	20 (15 april)	25 (20 maj)
24 (19 februari)	23 (18 mars)	27 (22 april)	

**Dag:** lördag

**Tid:** 16:00-16:45 eller 16:45-17:30

**Plats:** Vrinnevisjukhuset Norrköping, Rehabenheten, Ortopediska kliniken

Vid behov av beskrivning, mejla eller ring kansliet (kontaktuppgifter nedan)

**Ledare:** Linda Örulv respektive Anders Koroly

**Information & anmälan:** [anmalan@autism-ostergotland.se](mailto:anmalan@autism-ostergotland.se) eller till kansliet på 011-10 43 16 under våra telefontider (tisdagar, kl. 16:30-18:30, torsdagar, kl. 10:00-12:00)

### Ange i anmälan:

- Namn på alla som vill bada och telefonnummer
- Tid ni vill bada (se ovan) och de datum ni vill bada



## Träffpunkten (f.d. Öppen Dörr), Norrköping

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 person som du känner dig trygg med. Vi brukar prata, spela enklare spel eller färglägga mandalabilder. Vi bjuder på lättare fika. Ingen anmälan är nödvändig.

**Dag:** måndag, jämna veckor

**Tid:** 18:00-20:00

**Plats:** Thapperska, Gamla Övägen 23, Norrköping

### Träffdatum (sommarens datum finns på hemsidan från och med början av juni)

Januari	Februari	Mars	April	Maj	Juni
22	5, 19	4, 18	15, 29	13, 27	10

## AST-Gemenskap Norrköping

Till våra träffar är du som är 18 år eller äldre och har autismspektrumtillstånd välkommen. Vid behov får du också ta med dig en person du känner dig trygg med. Det fetmarkerade datumet nedan är träffens datum.

**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

**Information & anmälan:** [anmalan@autism-ostergotland.se](mailto:anmalan@autism-ostergotland.se) eller till kansliet på 011-10 43 16 under våra telefontider (tisdagar, kl. 16:30-18:30, torsdagar, kl. 10:00-12:00)

**Januari** (sista anmälningsdatum)

**10** (7 januari) – Vi spelar Yatzy och Fia med knuff. Kan bli tuffa matcher!

**17** (14 januari) – Få koll på dina pengar med Anna. Anna deltar via Zoom.

**24** (21 januari) – Tema trivsel. Vi diskuterar trivsel både inom och utanför vår grupp. Hur kan man framföra sina åsikter för att inte såra eller stöta sig med andra människor? Vilka samtalsämnen bör man undvika i allmänna sammanhang? Du får gärna lyfta dina egna tankar om vad trivsel innebär för dig.

**31** (28 januari) – Under kvällens aktivitet löser vi ett underhållande musikquiz.

**Februari** (sista anmälningsdatum)

**7** (4 februari) – **kl. 18:30-19:30** – Vi spelar shuffleboard. **OBS!** Ta med hörselskydd om du är ljudkänslig. **Plats:** Biljardbaren, Prästgatan 48, Norrköping.

**14** (11 februari) – Alla hjärtans dag. Vi ger våra nära och kära lite extra uppmärksamhet idag.

**21** (18 februari) – **Samling kl. 17:45 speltid kl. 18:00-19:30.** Vi spelar bowling.

**Plats:** Vilbergen bowling, Urbergsgatan 90, Norrköping.

**28** (25 februari) – **kl. 18:00-21:00** – Vi lagar pasta och köttfärssås och äter sedan tillsammans. Ange i anmälan om du har allergier eller behov av specialkost.

**Mars** (sista anmälningsdatum)

**6** (3 mars) – Vi låter hjulet snurra denna nervkittlande kväll. Vem får bingo först?

**13** (10 mars) – Vi fikar på Espresso House. **Plats:** Drottninggatan 50, Norrköping.

**20** (17 mars) – En spännande skattjakt är kvällens aktivitet. Piratkläder är frivilligt.

**27** (24 mars) – Vi spelar upp våra favoritlåtar för gruppen. Kanske är låten ett minne eller kanske bara en skön känsla som får dig att må bra.

#### **April** (sista anmälningdatum)

**3** (31 mars) – Vi har en frågesport denna kväll. Är det världens bästa sport?

**10** (7 april) – Linda håller en lätt yoga som alla kan vara med på.

**17** (14 april) – **kl. 18:30-19:30** – Vi kastar dart på Biljardbaren. **OBS!** Ta med hörselskydd om du är ljudkänslig. **Plats:** Biljardbaren, Prästgatan 48, Norrköping.

**24** (21 april) – Vi har filmkväll. Vilken film vi ser bestäms när det närmar sig.

#### **Maj** (sista anmälningdatum)

**8** (5 maj) – Frågelek: lära känna varandra bättre.

**15** (12 maj) – Vi går en trevlig tipspromenad denna vårväll.

**22** (19 maj) – **kl. 18:15** – Vi tar ett grepp om klubban och spelar lite minigolf ute på fina Lindö. **Plats:** Lindö minigolf, Pampusvägen 40, Norrköping.

**29** (26 maj) – Vi gör som Trazan och Banarne och käkar glass på Halvars glass.

**Plats:** Halvars Glass, Södra Promenaden 69, Norrköping.

#### **Juni** (sista anmälningdatum)

**5** (2 juni) – Vi avslutar terminen med korvgrillning och kubb. Om vi inte ses i sommar på träffpunkten så önskar vi på Autism Östergötland er en underbar sommar.

## **Arduino – elektronikkonstruktion, Norrköping**

Under hösten 2023 inledde några medlemmar ett arbete med att konstruera 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 person som du känner dig trygg med.

**Målgrupp:** personer med autismspektrumtillstånd över 18 år

**Dag:** torsdagar

**Tid:** 18:00-20:00

**Plats:** Thapperska, Dinosaurien, Gamla Övägen 23, Norrköping

Första  
anmälningdag  
20 januari

**Information & anmälan:** [anmalan@autism-ostergotland.se](mailto:anmalan@autism-ostergotland.se) eller kansliet 011-10 43 16 under våra telefontider (tisdagar, kl. 16:30-18:30, torsdagar, kl. 10:00-12:00)

**Ange i anmälan:** namn och telefonnummer

#### **Datum** (sista anmälningdatum)

**Februari**

**15** (12 februari)

**Mars**

**21** (18 mars)

**April**

**25** (22 april)

**Maj**

**16** (13 maj)

## AST-Gemenskap, Linköping

Till våra träffar är du som är 18 år eller äldre och har autismspektrumtillstånd välkommen. Vid behov får du också ta med dig en person du känner dig trygg med. Sista anmälningdatum inom parentes nedan. Det fetmarkerade datumet nedan är träffens datum.

**Tid:** måndagar, kl. 18:00-20:00 om inget annat anges nedan

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

**Ledare:** Anders Koroly och Leif Johansson

**Information & anmälan:** [anmalan@autism-ostergotland.se](mailto:anmalan@autism-ostergotland.se), kansliet på 011-10 43 16 under våra telefontider (tisdagar, kl. 16:30-18:30, torsdagar, kl. 10:00-12:00) eller i Facebookgruppen om du är medlem där.

**Januari** (sista anmälningdatum)

**15** (7 januari) – Vi låter hjulet snurra denna nervkittlande kväll. Vem får bingo först?

**29** (21 januari) – Filmkväll. Vi väljer film i Facebookgruppen.

**Februari** (sista anmälningdatum)

**12** (4 februari) – Vi har en frågesport denna kväll.

**26** (18 februari) – **Samling kl. 18:20, speltid kl. 18:30-19:25** – Vi spelar shuffleboard. **OBS!** Ta med hörselskydd om du är ljudkänslig. **Plats:** O'Learys, Stora Torget 5, Linköping.

**Mars** (sista anmälningdatum)

**11** (3 mars) – Under kvällens aktivitet löser vi ett underhållande musikquiz.

**25** (17 mars) – Fika på stan. **Plats:** Espresso House, Nygatan 25, Linköping.

**April** (sista anmälningdatum)

**8** (31 mars) – Vi spelar Yatzy och Fia med knuff eller tvärtom.

**22** (14 april) – **Samling kl. 18:45 speltid kl. 19:00-19:55** – Vi spelar bowling.

**Plats:** Strandgatan 2, Linköping.

**Maj** (sista anmälningdatum)

**6** (28 april) – Siktet är inställt på årets första minigolf. **Plats:** Valla minigolf, Valla fritidsområde, Stratomtavägen, Linköping.

**20** (12 maj) – Kubb i gröngräset. **Plats:** samling vid Fontänen, vi går till en park i närheten.

**Juni** (sista anmälningdatum)

**3** (26 maj) – Glass på stan som avslutning på terminen. Autism Östergötland önskar er alla en helt fantastisk skön sommar. **Plats:** ej bestämd ännu, vi meddelar i Facebookgruppen och i kalendern på hemsidan när vi vet var det blir.

## Minigolf vid Lindö småbåtshamn, Norrköping

Detta är en aktivitet för alla våra medlemmar. Vi spelar minigolf, båda banorna om man så vill och hinner. Sista anmälningsdatum inom parentes nedan.

**Datum:** söndag 2 juni (27 maj)

**Tid:** 15:00

**Plats:** Lindö minigolf, Pampusvägen 40, Norrköping

**Hemsida:** <https://hagabgk.se/>

Första  
anmälningsdag  
20 januari

**Information & anmälan:** [anmalan@autism-ostergotland.se](mailto:anmalan@autism-ostergotland.se) eller kansliet 011-10 43 16 under våra telefontider (tisdagar, kl. 16:30-18:30, torsdagar, kl. 10:00-12:00)

**Ange i anmälan:** namn på samtliga som anmäls och telefonnummer

## Bio, Norrköping

På Cnema i Norrköping visas nyare biofilmer för våra medlemmar. Vi fortsätter att samarrangera bion med FUB Norrköping. 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

**Plats:** Cnema, Kungsgatan 56, Norrköping

Se hemsidans kalender för att se vilka filmer som visas:



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

**Information & anmälan:** [anmalan@autism-ostergotland.se](mailto:anmalan@autism-ostergotland.se) eller kansliet på 011-10 43 16 under våra telefontider (tisdagar, kl. 16:30-18:30, torsdagar, kl. 10:00-12:00)

**Ange i anmälan:** namn på alla som anmäls samt telefonnummer

**Är du FUB-medlem?** Ange det i anmälan

Första  
anmälningsdag  
20 januari

**Datum** (sista anmälningsdatum)

**Februari**

16 (12 februari)

**Mars**

15 (11 mars)

**April**

19 (15 april)

**Maj**

17 (13 maj)

## Bowling, både Linköping och Norrköping

Detta är en aktivitet för alla våra medlemmar. Vi börjar med att leta reda på bowlingkor och klot. Sedan bowlar vi. Sista anmälningsdatum inom parentes nedan.

**Information & anmälan:** [anmalan@autism-ostergotland.se](mailto:anmalan@autism-ostergotland.se) eller kansliet 011-10 43 16 under våra telefontider (tisdagar, kl. 16:30-18:30, torsdagar, kl. 10:00-12:00)

**Ange i anmälan:** namn på samtliga som anmäls, datum, ort samt telefonnummer

**LINKÖPING – Strandgatan Två**

**Datum:** söndag 14 april (8 april)

**Tid:** samling kl 11:40 speltid kl 12:00-12:55

**Plats:** Strandgatan 2, Linköping

**Hemsida:** <https://strandgatantva.se/>

Första  
anmälningsdag  
20 januari

**NORRKÖPING – Vilbergen bowling**

**Datum:** söndag 3 mars (26 februari)

**Tid:** samling kl 11:40 speltid kl 12-13:30

**Plats:** Urbergsgatan 90, Norrköping

**Hemsida:**

<https://www.vilbergen-bowling.se/>

## Jumpyard, både Linköping och Norrköping

Hoppa runt bland alla trampolinerna 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. Sista anmälningdatum inom parentes nedan.

### Åldersgränser

Från 3 år och uppåt

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

Första  
anmälningdag  
20 januari

### Detta gäller för vårterminen 2024

Anmälan får endast ske till ett tillfälle i taget oavsett ort. Detta för att så många som möjligt ska få chansen till dessa aktiviteter.

**Information & anmälan:** [anmalan@autism-ostergotland.se](mailto:anmalan@autism-ostergotland.se) eller kansliet 011-10 43 16 under våra telefontider (tisdagar, kl. 16:30-18:30, torsdagar, kl. 10:00-12:00)

**Ange i anmälan:** namn på samtliga som anmäls och ålder på barnet/barnen, vilken ort och datum ni anmäler till och telefonnummer

### Behöver du vara med ditt barn bland trampolinerna?

Om ja, ange detta och om det är som hoppande (enbart de som verkligen behöver det) eller som ledsagare utan att hoppa.

#### LINKÖPING

**Datum:** söndag **25 februari** (19 februari)

**Datum:** lördag **4 maj** (29 april)

**Tid:** samling 14:40, hopptid 15:00-17:00

**Plats:** Norra Svedengatan 13, Linköping

**Hemsida:** <https://www.jumpyard.se/linkoping/>

#### NORRKÖPING

**Datum:** lördag **23 mars** (18 mars)

**Tid:** samling 14:40 hopptid 15:00-17:00

**Plats:** Lundatorpsvägen 3, Norrköping

**Hemsida:**

<https://www.jumpyard.se/norrkoping/>

## Möjligheternas gård, Skärblacka

Detta är en aktivitet för alla våra medlemmar. Hälsa på djuren på gården, prova på att rida eller åka häst och vagn. Bland annat finns det grisar, hästar, kaniner och höns. Vi bjuder på korv med bröd och fika vid kl. 12:30. Sista anmälningdatum inom parentes nedan.

**Datum:** söndag **12 maj** (29 april)

**Tid:** 11:00-14:00

**Plats:** Skärblacka (vägbeskrivning fås i samband med välkomstmailet)

**Hemsida:** <https://mojligheternasgard.se/>

Första  
anmälningdag  
20 januari

**Information & anmälan:** [anmalan@autism-ostergotland.se](mailto:anmalan@autism-ostergotland.se) eller kansliet 011-10 43 16 under våra telefontider (tisdagar, kl. 16:30-18:30, torsdagar, kl. 10:00-12:00)

**Ange i anmälan:** namn på samtliga som anmäls, telefonnummer samt eventuella allergier

## Föräldragrupp, både Linköping och Norrköping

Här har du möjlighet att träffa andra föräldrar till barn med autismspektrumtillstånd (diagnostiserat eller förmodat) och diskutera och utbyta erfarenheter medan vi fikar. Dessa träffar är barnfria för att ni föräldrar ska få lite barnfri tid.

Föräldragrupperna har varsin Facebookgrupp där man kan vara med. Mejla [info@autism-ostergotland.se](mailto:info@autism-ostergotland.se) så bjuder vi in dig. Det går att anmäla sig till träffarna i gruppen.

### LINKÖPING

**Plats:** Föreningshuset Fontänen, Hellströms rum, Västra vägen 32, Linköping

**Tid:** 11:00-13:00

**Ledare:** Anna Hammarsten och Ronny Hellman

**Ange i anmälan:** namn, datum, ort, telefonnummer och eventuella allergier

**Träffdatum** (sista anmälningsdatum)

Januari	Februari	Mars	April	Maj
20 (15 januari)	17 (12 februari)	16 (11 mars)	13 (8 april)	11 (6 maj)

### NORRKÖPING

Från och med vårterminen 2024 är det obligatorisk anmälan även för föräldragruppen i Norrköping. Det serveras lättare fika samt kaffe/te under träffen.

**Plats:** Thapperska, Gamla Övägen 23, Norrköping

**Tid:** 18:00-20:00

**Ledare:** Linda Örulv

**Ange i anmälan:** namn, datum, ort, telefonnummer och eventuella allergier

**Träffdatum** (sista anmälningsdatum)

Februari	Mars	April	Maj
15 (12 februari)	21 (18 mars)	25 (22 april)	16 (13 maj)

## Laserdome, Linköping

Detta är en aktivitet för alla våra medlemmar. 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. Sista anmälningsdatum inom parentes nedan.

**Datum:** lördag 9 mars (4 mars)

**Tid:** samling 12:10 speltid 12:30–13:30

**Plats:** Laserdome, Industrigatan 38, Linköping

**Hemsida:** <https://www.laserdome-linkoping.se/>

Första  
anmälningsdag  
20 januari

**Information & anmälan:** [anmalan@autism-ostergotland.se](mailto:anmalan@autism-ostergotland.se) eller kansliet 011-10 43 16 under våra telefontider (tisdagar, kl. 16:30-18:30, torsdagar, kl. 10:00-12:00)

**Ange i anmälan:** namn på samtliga som anmäls samt telefonnummer