

Medlemsbrev, maj 2025

Innehållsförteckning

Sidan 1

- Innehållsförteckning
- Använda QR-kod
- Är du vårt nya samverkansombud?
- Vill du vara med i en arbetsgrupp?
- Föräldraläger inställt

Sidan 2

- Anmälan till aktiviteter
- Träffpunkten, Norrköping

Sidan 3

- AST-Gemenskap, Norrköping
- Är du intresserad av att gå med i en mor- och farföräldragrupp?
- AST-Gemenskap, Linköping

Sidan 4

- Möjligheternas gård, Skärblacka
- Arduino, Norrköping
- Bad, Norrköping
- Onlineföräldragrupp

Sidan 5

- Föräldragrupp, Linköping
- Bio, Norrköping
- Jumpyard, Linköping

Sidan 6

- AutistOrd skrivarciklar

Sidan 7

- AutistOrds utgivna antologier

Sidan 8

- Konstutställning
- Automatisk adressuppdatering
- Kansli
- Kansliets telefontider & telefonnummer

Sidan 9

- Våra ombud
- 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.

Är du vårt nya samverkansombud?

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

På LSS-samverkan träffar vi kommunen 2-3 gånger per termin.

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

Intresserad av att få veta mer?

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

Vill du vara med i en arbetsgrupp?

Är du bra på att söka bidrag?

Är du bra på att lista ut hur en förening kan utöka sina intäkter på olika sätt?

Vill du ingå i en arbetsgrupp som ska arbeta med detta?

Om ja, skicka ett mejl till info@autism-ostergotland.se och berätta om dina erfarenheter.

Du kan också ringa Anna på 0707-818 919 för att få veta mer.

Föräldraläger inställt

Föräldraläget som var tänkt helgen den 16-18 maj är inställt på grund av för få anmällda.

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:

Tisdagar: 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

* maj – 12 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>

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.

Målgrupp: medlemmar med egen autismdiagnos

Dag: måndag, jämna veckor

Tid: kl. 18:00-20:00

Plats: Thapperska, Gamla Övägen 23, Norrköping

Träffdatum:

12 maj

26 maj

9 juni

16 juni

23 juni

30 juni

Sommaröppet:

7 juli

14 juli

21 juli

28 juli

4 augusti

11 augusti

18 augusti

25 augusti

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



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 anmälningsdag):

7 maj (4 maj)

Vi kör ett musikquiz.

14 maj (11 maj)

Vi spelar kubb.

21 maj (18 maj)

Vi spelar boule.

28 maj (25 maj)

Stadspromenad med Jerry & Leif. Vi går promenaden i hamnkvarteren över Hamnbron och vidare till Inre Hamnen.

Samling: vid 2:ans spårvagnshållplats

Styrmansgatan

4 juni (1 juni)

Vi avslutar terminen med att grilla korv.

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.

Fråga gärna dina äldre anhöriga om de är intresserade.

Skicka in en

intresseanmälan:

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



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 anmälningsdag):

5 maj (27 april)

Följ mina upplevelser under mina resor som synskadad och autistisk med Pontus Forss.

19 maj (11 maj)

Vi spelar kubb.

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

2 juni (25 maj)

Vi spelar minigolf.

Plats: Valla minigolf, Valla fritidsområde, Stratomtavägen, Linköping

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.

Datum (sista anmälningssdag):

söndagen den 25 maj (12 maj)

Tid: kl. 11:00-14:00

Plats: Skärblacka (vägbeskrivning fås i samband med välkomstmålet)



Länk till anmälan:

<https://tinyurl.com/mojligheternas-gard>

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 anmälningssdag):

22 maj (18 maj)

OBS! Söndag som sista anmälningssdag.

Länk till anmälan:



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

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: Badcenter, Lindövägen 17, Norrköping

Ledare: Linda Örulv respektive Anders Koroly

Baddatum (sista anmälningssdag):

3 maj (28 april)

10 maj (5 maj)

17 maj (12 maj)

24 maj (19 maj)

31 maj (26 maj)

Länk till anmälan:

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



Onlineföräldragrupp

I gruppen träffas ni föräldrar som har autistiska barn.

Onlineföräldragruppen har en Facebook-grupp där du kan vara med om du vill. Mejla info@autism-ostergotland.se så bjuder vi in dig. Det finns möjlighet att anmäla sig till träffarna i gruppen.

Dag: torsdagar

Tid: kl. 18:00-19:30

Plats: online via Google Meet

Träffdatum (sista anmälningssdag):

8 maj (5 maj)

Länk till anmälan:



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

Föräldragrupp, Linköping

Här har du möjlighet att träffa andra föräldrar till autistiska barn (diagnostiserat eller förmodat) och diskutera och utbyta erfarenheter medan vi fikar (smörgås och dryck).

Dessa träffar är barnfria för att ni föräldrar ska få lite "barnfri" tid.

Föräldragruppen har en Facebookgrupp där du kan vara med om du vill. Mejla info@autism-ostergotland.se så bjuder vi in dig. Det finns möjlighet att anmäla sig till träffarna i gruppen.

Dag: lördag

Tid: kl. 11:00-13:00

Plats: Fontänen, Västra vägen 32, Linköping

Ledare: Anna Hammarsten och Ronny Hellman

Träffdatum (sista anmälningdag):

24 maj (19 maj)

Länk till anmälan:



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

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.

Dag: fredag

Tid: kl. 15:00 (sluttid varierar)

Plats: Cnema, Kungsgatan 56, Norrköping

Datum (sista anmälningdag):

16 maj (12 maj) – A Minecraft movie

Länk till anmälan:

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



Jumpyard, Linköping

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 anmälningdag):

söndagen den 4 maj (28 april)

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

Plats: Jumpyard, Norra Svedengatan 13, Linköping

Länk till anmälan:

<https://tinyurl.com/jumpyard-linkoping-2>



AutistOrd skrivarcirklar

Fram till i slutet av juni 2026 har föreningen ett projekt som vi kallar AutistOrd skrivarcirklar. Projektet finansieras av Allmänna Arvsfonden.

Deltagarna i skrivarcirklarna är alla autistiska och skriver självbiografiska texter utifrån olika övningar som vi gör under dessa cirklar.

Nu söker vi nya deltagare inför höstterminens skrivarcirklar.

Information

- Det är 10 träffar per cirkel
- Träffarna sker online
- Vi gör olika skrivarövningar, till exempel hitte-på-ord, superkrafter, flödesskrivning, jag önskar/jag vill och skriv om en bild
- Information om skrivande
- Möjlighet att vara med i en antologi med dina texter
- Dagtid eller kvällstid
- Cirklarna är gratis

Vill du ha mer information?

Mejla info@autistord.se

Vill du göra en intresseanmälan (ej bindande)?

Gå in på www.autistord.se och fyll i din intresseanmälan

Antologier

I de fyra första cirklarna har deltagarna skapat antologier med deras egna texter.

Texterna kan vara beskrivningar av hur det är att vara autistisk, dikter eller olika händelser som hänt.

Deltagarna äger rätten till sina egna texter även fast de är med i antologin.

Ord om cirklarna från tidigare deltagare

"Det här är det första autistiska sammanhanget jag har känt mig hemma i." Angelica J, deltagare i skrivarcirkel 1 och referensgruppen

"Att delta i Autistords skrivarcirklar har gett mig en trygg plats att sätta ord på sådant jag tidigare inte uttryckt, samtidigt som jag fått utforska olika skrivstilar och tekniker genom tydligt ledarskap och anpassade strukturer. Det har hjälpt mig att hitta tillbaka till skrivarglädje." Jessica S, deltagare i skrivarcirkel 3

Ett exempel på en övning i cirklarna

Uppvärmning - skriv om en bild
Skriv en text med inspiration från bilden.



Vill du köpa någon av antologierna?

Kika in på hemsidan för att se mer information om antologierna.



<https://tinyurl.com/bestalla-antologi>

På nästa sida ser du bilder på antologiernas framsidor. Via länken ovan kan du klicka in dig på respektive antologis sida för att läsa baksidestexten.

AutistOrds utgivna antologier

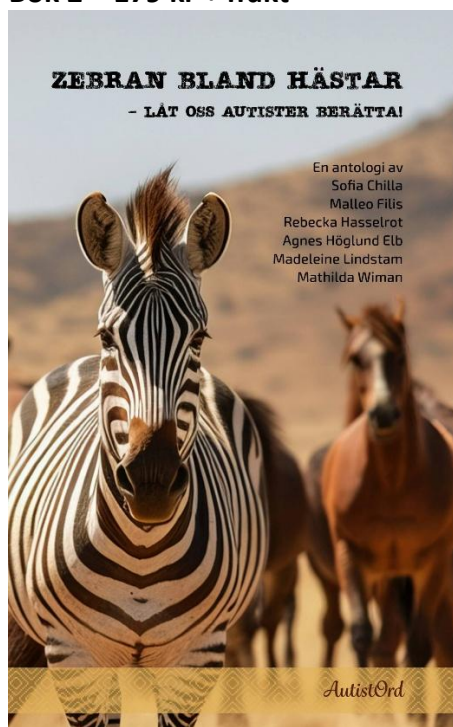
Bok 1 – 179 kr + frakt



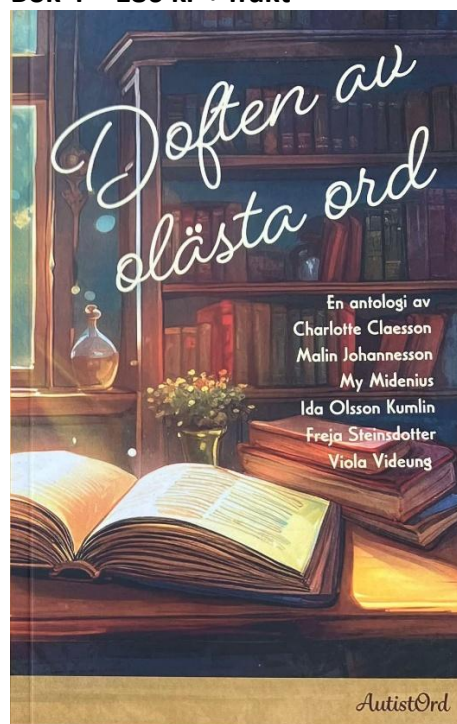
Bok 3 – 229 kr + frakt



Bok 2 – 179 kr + frakt

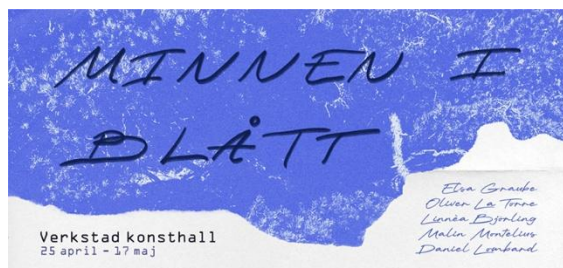


Bok 4 – 186 kr + frakt



**ALLMÄNNAN
ARVSFONDEN**

Konstutställning



Studenter från Linköpings Universitet ställer ut konst på temat *minnen*, varav en av utställarna fokuserar på upplevelser och tankar kring sin egen autism. En ljud- och videobaserad utställning med inslag av skulptur, teckning och text.

Datum: 25 april – 17 maj

Dagar: torsdag, fredag, lördag

Öppettider: kl. 13:00-17:00

Plats: Verkstad Konsthall/Kulturkvarteret hallarna

Adress: Tunnbindaregatan 37, Norrköping

Hemsida: <https://verkstadkonst.se/>

Den 17 maj är det finissage.

Det innebär att det kan vara mer besökare än vanligt just denna dag.

Alternativ entré med hiss finns, det går att besöka utställningen med rullstol.

Behöver vi sänka ljudnivån, erbjuda ett rum att vila i eller något helt annat?

Vid frågor eller önskemål inför ditt besök, kontakta Linnéa Björling:

E-post: linbj584@student.liu.se

Telefon: 073-593 31 40

Automatisk adressuppdatering

Autism Sverige arbetar nu för att införa en tjänst för automatisk adressuppdatering när du som medlem flyttar.

Det innebär att om vi har ditt fullständiga personnummer så kommer din adress uppdateras i vårt medlemsregister.

Här finns Autism Sveriges integritetspolicy (den gäller även för Autism Östergötland): <https://www.autism.se/engagera-dig/bli-medlem/integritetspolicy/>

Meddela oss ditt fullständiga personnummer:

Mejla info@autism-ostergotland.se eller ring Anna på 0707-818 919 så uppdaterar hon i medlemsregistret.

Kansli

Vill du nå någon av våra anställda på kansliet?

Linda Bredahl

Linda Örvulv

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 – kl. 17:00-19:00

Torsdagar – kl. 10:00-12:00

Telefonnummer: 011-10 43 16

Våra ombud

LSS-ombud

Linda Bredahl

linda@autism-ostergotland.se

Skolombud

info@autism-ostergotland.se

Autismombud

Linda Öruly

linda.oruly@autism-ostergotland.se

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