



## Kort om autisme

---

Autisme er mere udbredt end mange tror. 1,24%\* af børn mellem 7 og 9 år har en autismediagnose (\*sundhed.dk) og samlet anslår man, at ca. 1%\*\* af befolkningen er på spektret (\*\*psykiatrifonden.dk).

Autisme betegnes af fagfolk som en udviklingsforstyrrelse. I mange år har autismediagnosen haft 3 kriterier (ICD-10), som skulle være til stede, nemlig:

- Forstyrrelse af socialt samspil
- Forstyrrelse af den sociale kommunikation
- Repetitiv adfærd

I 2022 er der kommet nye (ICD-11), så det nu er 2 kriterier, som skal opfyldes:

- Vanskeligheder med social interaktion og social kommunikation
- Begrænsede interesser og repetitiv adfærd



## Om foreningen

---

Autisme- og Aspergerforeningen for Voksne er en forening for mennesker med autisme og tilgrænsende tilstande inden for autismspektret.

Et af foreningens formål er derfor at oprette lokale mødesteder. Mødestederne er er der, hvor man kan mødes med ligesindede og blive en del af et fællesskab.

Det vores erfaring, at det er helende at møde ligesindede - man får en følelse af at passe ind. Mennesker med autisme ønsker at være sociale, men ikke nødvendigvis på samme måde som neurotypiske, altså dem, der ikke har autisme.

Vi ønsker også at hjælpe os selv, og hinanden gennem et stærkt sammenhold. Ligesom vi gerne vil udbrede kendskabet til autisme og være med til, at skabe bedre forhold for autister gennem hele livet. Det kræver en stærk forening og en stærk autistisk stemme og dermed også dig.

Find vores mødesteder på hjemmesiden

## Her finder du os

---

Hjemmeside: [aspergerforeningen.dk](http://aspergerforeningen.dk)

Facebook: [facebook.com/Aspergerforeningen](https://facebook.com/Aspergerforeningen)

Twitter: [@autisme\\_aav](https://twitter.com/autisme_aav)

Email: [info@aspergerforeningen.dk](mailto:info@aspergerforeningen.dk)

SMS: 30 12 70 11

# Mød ligesindede på vores mødesteder

Copyright © Autisme- og Aspergerforeningen for voksne



**AUTISME- OG ASPERGERFORENINGEN**  
FOR VOKSNE

## Mødesteder for voksne autister

Mødestederne er en stor del af Autisme- og Aspergerforeningens formål, da de skaber mulighed for, at voksne med autisme kan mødes med ligesindede.

Mennesker med autisme har brug for at møde andre i lignende situation, udveksle erfaringer og støtte hinanden.

**“Det kan føles som en lettelse at opdage, at andre har haft oplevelser, som ligner ens egne.”**

Mødestederne er åbne for voksne med autisme og der kræves ikke medlemskab af foreningen, at deltage i mødestedet, men vi opfordrer selvfølgelig til det.

Mødestederne drives af en eller flere af vores medlemmer, der ønsker at være frivillige.

Mødestederne er ikke for pårørende, men det er muligt at medbringe ledsager under visse forudsætninger. På vores hjemmeside er der informationer om de forskellige mødesteder.

Mødesteder skaber rammen for sociale netværk, der kan være til glæde for mange voksne med autisme.

Har du lyst til selv at blive tovholder, så kontakt bestyrelsen via vores hjemmeside. Bestyrelsen er behjælpelige med at skabe rammerne, søge penge til aktiviteter og med anden sparring.



## Praktisk på mødestedet

En mødeaften kan forløbe forskelligt fra mødested til mødested, det er tovholderen, der skaber rammerne om mødeaftenen, som er gratis at deltage i.

Der er normalt et program tilrettelagt for mødeaftenen. Det er ofte en tovholder, der lavet et autismerrelevant oplæg, men der kommer også oplægsholdere udefra

Til mødeaften er kaffe/the evt med en småkage eller lidt frugt til.

Nogle mødesteder er i besiddelse af brætspil. Det er muligt at trække sig efter behov og ikke et krav, at man deltager aktivt i snakken. Man kan komme og gå som man har lyst til og man behøver ikke deltage hver gang.

Nogle gange er der større arrangementer såsom foredrag, biograf, bowlingtur eller andet.

I de fleste tilfælde kan der forekomme mindre betaling for større aktiviteter.

Mødestederne har også en facebookgruppe, for at gøre det lettere at kommunikere med brugerne.

## På mødestederne smider vi masken

Den direkte, ærlige og konkrete kommunikation, der ofte karakteriserer autister, skaber mange misforståelser i dagligdagen, da mange tolker og fejlfortolker det vi siger. Det er direkte befriende at kunne smide masken og trække vejret frit.

For mange er det første møde med ligesindede en stor oplevelse, da det at passe ind føles uvant. Det er okay ikke at hilse, man behøver ikke tvinge sig selv til øjenkontakt, man skal ikke frygte at sige eller gøre noget forkert. Det virker nærmest surrealistisk, at andre siger og gør de samme ting, som man selv altid er blevet irettesat for at gøre.

Man kan stimme, dimse og sågar trække sig fra det sociale, uden at nogen løfter et øjenbryn. Det er ikke nødvendigt at spille en rolle, for at blive accepteret og respekteret – man kan bare være sig selv.

Ofte er det svært at møde nye mennesker, men du vil hurtigt sande, at det føles helt anderledes, når de nye mennesker også er på spektret.

**I Autisme- og Aspergerforeningen for voksne arbejder vi for at formidle viden om livet med autisme og for at skabe bedre forhold i samfundet for autister.**