

AKTIVITETER HØSTEN 2025

**NB! Påmelding til aktivitetene åpner
14. august 2025 klokken 18.00**

Alle våre aktiviteter er kun for medlemmer i Autismeforeningen i Norge (AiN). Det betyr at alle som melder seg på aktiviteten må være medlem, også barn. (Ledsager trenger ikke å være medlem.) De som melder seg på, og ikke er medlem av AiN, vil miste plassen hvis de ikke melder seg inn. Innbetalt beløp vil ikke bli refundert hvis innmelding mangler. (Vi sjekker alltid med hovedkontoret hvis vi ikke finner dere i medlemsregisteret).

Her kan du melde deg inn i Autismeforeningen:

[Meld deg inn her](#)

- **Hovedmedlemskap 27 år og oppover:**
Kr. 400,- pr. kalender år
- **Hovedmedlemskap ungdom 15 - 26 år:**
kr. 300,- pr. kalender år
(for personer på samme adresse gjelder fortsatt husstandsmedlemskap)
- **Hovedmedlemsskap ufør:**
kr. 300, pr. kalender år.
Du må kontakte oss på e-post:
post@autismeforeningen.no for å tegne medlemskapet
- **Husstandsmedlemskap:**
kr.50,- pr. kalender år.
Husstandsmedlemskap er for personer som bor på samme adresse som eier av hovedmedlemskap. F.eks mor er hovedmedlem, resten av familien er da husstandsmedlem

Vi har mange medlemmer som ønsker å være med på aktivitetene våre så vi oppfordrer dere til å begrense påmelding til maks 2 faste aktiviteter. På denne måten får flere mulighet til å delta.

NB! All deltagelse på aktiviteter skjer på eget ansvar. Autismeforeningen Hordaland tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker.

LISTE over AKTIVITETER HØSTEN 2025

Trykk på ønsket aktivitet i listen eller gå til aktivitetens sidetall for å melde deg på.

BADING

- Bading på Energisenteret for medlemmer/familiemedlemmer 4
- Bading på Energisenteret for medlemmer med ASD fra kl 18:10 - 19:20 6
- Bading på Energisenteret for medlemmer med ASD fra kl 19:20 - 20:30 8
- Bading i terapibassenget på Luranetunet i Os 10
- Bading i terapibassenget på Askøy 12
- Bading i terapibassenget på Straume 14

BOWLING / BILJARD / SHUFFLEBOARD

- Solsikke Hordaland 15
- Bowling på Vestkanten 16
- Biljard for voksne med ASD 17
- Bowling for medlemmer på Straume 18
- Shuffleboard for medlemmer med ASD 16+ på Straume 19

LEK

- Lek i gymsal på Kleppestø (Askøy) 20
- Lek i gymsal på Straume 21
- Lek og moro på Fysak Melkeplassen 22

SPORT / TRENING

- Klatring på Energisenteret 23

- Bueskyting på Ulsmåg skole 24
- Ridegrupper på Solbakken gård, Bontveit 25

GAMING

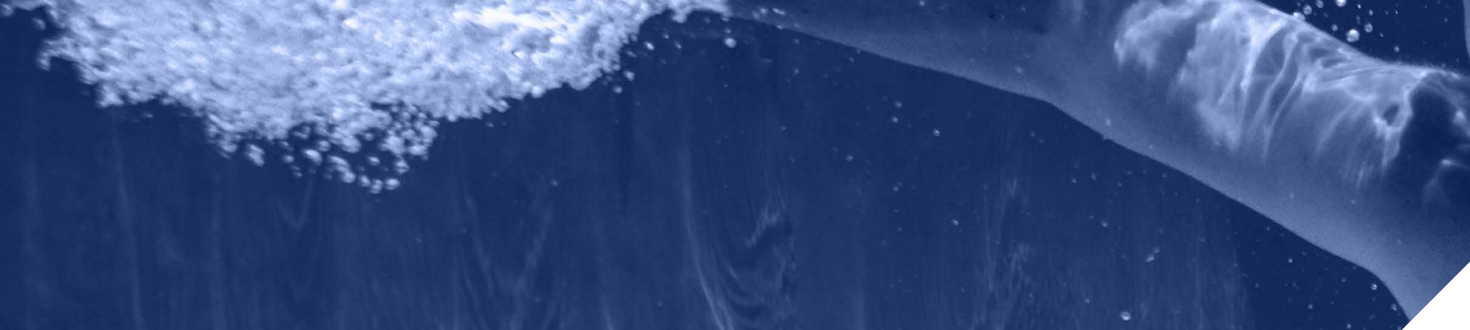
- Gaming for medlemmer med ASD 1.- 7 klasse 26
- Gaming for medlemmer med ASD 8.klasse og oppover 27

MUSIKK / KUNST

- Bandet vårt «Ferske Kneippbrød» 28
- Kreativt verksted for voksne med ASD 29
- Musikkterapi for barn med ASD 6-8 år 30
- Musikkterapi for barn med ASD 9-13 år 31
- Musikkverksted for voksne med ASD 17+ 32

TREFF

- Møtepunktet for voksne med ASD 33
- Medlemstreff for voksne med ASD 34
- Nærpersons-/pårørendetreff i Bergen 35
- English-speaking meetings for parents and next of kin 36
- Søskengruppe 10-13 år 37
- Søskentreff 13- 20 år 38
- Nærpersons-/pårørende treff i Alver 39
- Samtalegruppe for nærpersioner til voksne med Asperger syndrom 40



Bading på Energisenteret for medlemmer og familiemedlemmer

Vi tilbyr bading på Energisenteret for medlemmer mandager fra klokken 17:00-18:10. På dette partiet trenger du ikke ASD for å delta, men alle må være medlemmer.

- Oppstart mandag 25. august, siste gang er 8. desember
- Sted: Haukeland universitetssjukehus, Glasblokkene, Haukelandsveien 22, 5009 Bergen

edkontoret hvis vi ikke finner dere i medlemsregisteret).

Fra det kalenderåret barnet fyller 8 år, må gutter gå i herregarderoben, og jenter i damegarderoben.

NB!

1. Det er ikke bading mandag 6. oktober, skolens høstferie
2. Les nøye gjennom teksten under før påmelding:

Deltakere får ca. 50 minutter i bassenget. Alle må være ute av bassengene til 17:55, slik at garderobene er ledige 18:10!

Dette er et tilbud for alle som er medlemmer i Autismeforeningen i Norge. Det betyr at alle som melder seg på aktiviteten må være medlem, også barn. De som melder seg på, og IKKE er medlem vil miste plassen hvis de ikke melder seg inn. Innbetalt beløp vil ikke bli refundert hvis innmelding mangler. (Vi sjekker alltid med hov-

De som trenger tilrettelagt garderobe MÅ sende en epost til birk-heldal@epost.no. Vi kan ikke garantere at alle som har behov/ønsker det, vil få dette.

Alle under 12 år, samt de over som ikke er svømmedyktige, må ha med seg en svømmedyktig voksen ut i bassenget.

For at alle skal få en god opplevelse i bassenget er det viktig å ta hensyn til hverandre, og at alle deltagere respekterer tiden de har i bassenget. Det er viktig at alle følger beskjeder som blir gitt av badevaktene.

Autismeforeningen i Norge, Hordaland



lokallag tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker. Det vil være badevakter til stede med livredningsskompetanse. Vi ber om at voksne sørger for at barn ikke løper på flisene i lokalet, dette for å forhindre skade. Badevaktene vil også få lister med fornavn på de påmeldte slik at de kan krysse av for dem som møter.

Bading er en av våre mest populære aktiviteter. Vi ber dere gi beskjed til Anita på SMS 47878642 dersom dere vet at dere ikke kommer til å benytte bassenget en dag.

Hvis aktiviteten er fullbooket, oppfordrer vi til å hake av for venteliste på Let'Reg. Vi kan da tilby bading på kort varsel grunnet innmeldt frafall, det koster 25,- pr person.

De som får tilbud må vipse beløpet til vipsnummer 94713.

Spørsmål sendes Anita Heldal:
e-post: birk-heldal@epost.no eller
SMS 47878642

- **Pris 800,- kroner i halvåret per person. Det er individuell påmelding, det vil si at det er betaling pr. påmeldt person.**

Påmelding via denne linken:

- **[BADING 17:00-18:10](#)**

Bading på Energisenteret *KUN* for medlemmer med ASD

mandager fra klokken **18:10-19:20**

- Oppstart mandag 25. august, siste gang er 8. desember
- Sted: Haukeland universitetssjukehus, Glasblokkene, Haukelandsveien 22, 5009 Bergen

NB!

1. Det er ikke bading mandag 6. oktober, skolens høstferie
2. Les nøye gjennom dette før påmelding

Deltakerne får ca. 50 minutter i bassenget, og alle må være ute av bassengene til klokken 19:05, slik at garderobene er ledige til 19:20!

Dette er et tilbud kun for medlemmer med ASD. Det betyr at alle som melder seg på aktiviteten må være medlem, også barn. (Ledsager trenger ikke å være medlem.) De som melder seg på, og ikke er medlem av AiN, vil miste plassen hvis de ikke melder seg inn. Innbetalt beløp vil ikke bli refundert hvis innmelding mangler. (Vi sjekker alltid med hovedkontoret hvis vi ikke finner dere i medlemsregisteret). På

dette partiet kan personen ha med seg ledsager gratis.

Fra det kalenderåret barnet fyller 8 år, må gutter gå i herregarderoben, og jenter i damegarderoben. De som trenger tilrettelagt garderobe må sende en epost til birk-heldal@epost.no. Vi kan ikke garantere at alle som har behov/ønsker det, vil få dette.

Alle under 12 år, samt de over som ikke er svømmedyktige, må ha med seg en svømmedyktig voksen ut i bassenget.

For at alle skal få en god opplevelse i bassenget er det viktig å ta hensyn til hverandre, og at alle deltagere respekterer tiden de har i bassenget.

Det er viktig at alle følger beskjeder som blir gitt av badevaktene.

Autismeforeningen i Norge Hordaland lokallag tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker. Det vil være badevakter til stede med livrednings-



kompetanse. Vi ber om at en voksen sørger for at barn ikke løper på flisene i lokalet, dette for å forhindre skade. Badevaktene vil også få lister med fornavn på de påmeldte slik at de kan krysse av for dem som møter.

Bading er en av våre mest populære aktiviteter. Bading er en av våre mest populære aktiviteter. Vi ber dere gi beskjed til Anja på SMS 95910951 dersom dere vet at dere ikke kommer til å benytte bassenget en dag.

Hvis aktiviteten er fullbooket, oppfordrer vi til å hake av for venteliste på Let'Reg. Vi kan da tilby bading på kort varsel grunnet innmeldt frafall, det koster 25,- pr person. De som får tilbud må vipse beløpet til vipsnummer 94713.

Spørsmål sendes til Anja Baumann eller Anita Heldal

E-post: anjabauman@gmail.com
eller sms 95910951

E-post: birk-heldal@epost.no eller
SMS 47878642

- **Pris 800,- kroner i halvåret.**
1 ledsager er gratis og skal ikke meldes på.

Påmelding via denne linken:

- **Bading kun for medlemmer med ASD kl.18:10**



Bading på Energisenteret *KUN* for medlemmer med ASD

mandager fra klokken **19:20-20:30**

- Oppstart mandag 25. august, siste gang 8. desember
- Sted: Haukeland universitetssjukehus, Haukelandsveien 22, 5009 Bergen

NB

1. Det er ikke bading mandag 6. oktober, skolens høstferie
2. Les nøye gjennom dette før påmelding

Alle under 12 år, samt de over som ikke er svømmedyktige, må ha med seg ledsager ut i bassenget. Fra det kalenderåret barnet fyller 8 år, må gutter gå i herregarderoben, og jenter i damegarderoben. De som trenger tilrettelagt garderobe må sende en epost til birk-heldal@epost.no. Vi kan ikke garantere at alle som har behov/ønsker det, vil få dette.

Dette er et tilbud kun for medlemmer med ASD. Det betyr at alle som melder seg på aktiviteten må være medlem, også barn. (Ledsager trenger ikke å

være medlem.) De som melder seg på, og ikke er medlem av AiN, vil miste plassen hvis de ikke melder seg inn i AiN. Innbetalt beløp vil ikke bli refundert hvis innmelding mangler. (Vi sjekker alltid med hovedkontoret hvis vi ikke finner dere i medlemsregisteret). På dette partiet kan personen ha med seg ledsager gratis.

For at alle skal få en god opplevelse i bassenget er det viktig å ta hensyn til hverandre, og at alle deltagere respekterer tiden de har i bassenget.

Alle må være ute av garderoben til klokken 20:30

Autismeforeningen i Norge Hordaland lokallag tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker. Det vil være badevakter til stede med livredningsskompetanse, og det er viktig at alle følger de beskjeder som blir gitt av badevaktene.

Badevaktene vil også få lister med fornavn på de påmeldte slik at de kan krysse av for dem som møter.



Bading er en av våre mest populære aktiviteter. Bading er en av våre mest populære aktiviteter. Vi ber dere gi beskjed til Anita på SMS 47878642 dersom dere vet at dere ikke kommer til å benytte bassenget en dag.

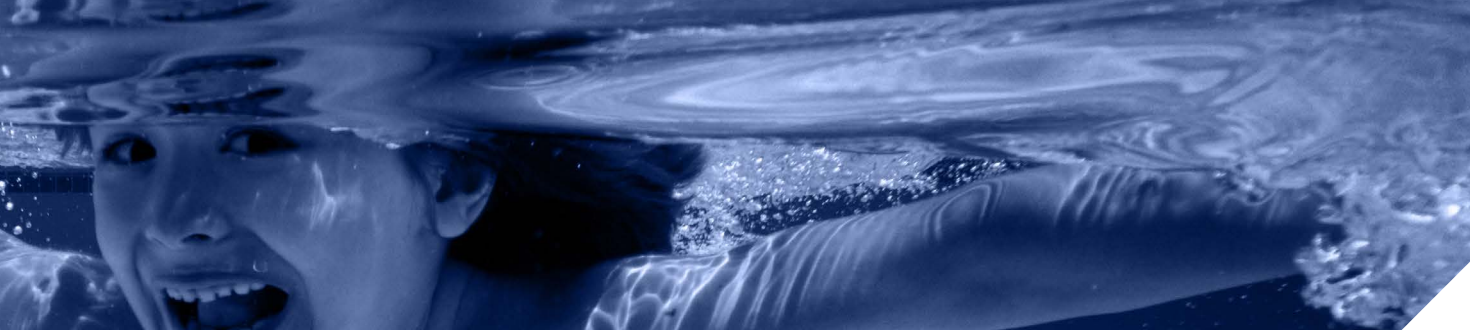
Hvis aktiviteten er fullbooket, oppfordrer vi til å hake av for venteliste på Let'Reg. Vi kan da tilby bading på kort varsel grunnet innmeldt frafall, det koster 25,- pr person. De som får tilbud må vipse beløpet til vipsnummer 94713.

Kontakt: Anita Helda birk-heldal@epost.no 47878642

- **Pris 800,- kroner i halvåret.**
Ledsager er gratis og skal ikke meldes på.

Påmelding via denne linken:

- **Bading kun for medlemmer med ASD kl.19:20**



Bading i terapibassenget på Luranetunet i Os

Vi tilbyr bading hver uke på Luranetunet Omsorgssenter i Os på torsdager klokken 17:00.

- **Oppstart torsdag 28.august. 2025, klokken 17:00**
- **Adresse: Solstrandvegen 39, 5200 Os**

NB! Det er ikke bading 4.og 18.september, heller ikke i høstferien (9.oktober). Siste gang før jul blir 11.desember.

Ved mange påmeldte vil deltakerne bli delt inn i 2 grupper, og påmeldte får mail om når de skal møte opp. Gruppene vil bli fordelt av styret.

Dette er et tilbud for medlemmer med ASD. Det betyr at alle som melder seg på aktiviteten må være medlem, også barn. (Ledsager trenger ikke å være medlem.) De som melder seg på, og ikke er medlem av AiN, vil miste plassen hvis de ikke melder seg inn. Innbetalt beløp vil ikke bli refundert hvis innmelding mangler. (Vi sjekker alltid med hovedkontoret hvis vi ikke finner dere i medlemsregisteret). På dette tilbudet kan personen ha med seg ledsager gratis.

Alle under 12 år, samt de over 12 år som ikke er svømmedyktige, må ha med seg ledsager ut i bassenget. Medlemmer som har ledsagerbevis for 2 eller flere personer må ta kontakt med lokallaget for registrering av ekstra ledsager.

Vær oppmerksom på at fra kalenderåret barn fyller 8 år, må gutter gå i herregarderoben, og jenter i damegarderoben.

For at alle skal få en god opplevelse i bassenget er det viktig at alle deltakere tar hensyn til hverandre.

Bading er en av våre mest populære aktiviteter. Vi ber dere gi beskjed til Jannice på SMS 90145228 eller e-post: jannice.autisme@gmail.com dersom dere vet at dere ikke kommer til å benytte bassenget en dag.

Hvis aktiviteten er fullbooket, oppfordrer vi til å hake av for venteliste på Let'Reg. Vi kan da tilby bading på kort



varsel grunnet innmeldt frafall, det koster 25,- pr person. De som får tilbud må vipse beløpet til vipsnummer 94713.

Autismeforeningen i Norge Hordaland lokallag tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker. Det vil være vakt til stede med livredningskompetanse. Vi ber om at ledsager sørger for at barn ikke løper på flisene i lokalet, dette for å forhindre skade.

Spørsmål sendes til Jannice Bårtvedt på mail: jannice.autisme@gmail.com eller på SMS 901 45 228

- **Pris 800,- kroner i halvåret**

Påmelding her:

- [Bading Os](#)



Bading i terapibassenget på Askøy

Vi kan nå tilby bading i terapibassenget på Askøy for medlemmer annenhver mandag i oddetallsuker fra klokken 16:00-17:00. På dette partiet trenger du ikke ASD for å delta, men alle må være medlemmer.

- Oppstart mandag 25. august, siste gang er 8. desember
- Sted: Brandaneset 29,5306 Erdal

NB!

1. Det er ikke bading mandag 6. oktober, skolens høstferie
2. Les nøye gjennom teksten under før påmelding:

Alle må være ute av garderoben til 17:00.

Dette er et tilbud for alle som er medlemmer i Autismeforeningen i Norge. Det betyr at alle som melder seg på aktiviteten må være medlem, også barn. De som melder seg på, og IKKE er medlem av AiN, vil miste plassen hvis de ikke melder seg inn. (Dette vil også gjelde familiemedlemmer under 12 år som er medlem. Dette grunnet regler om at alle under 12 år skal ha med en svømmedyktig voksen.) Inn-

betalt beløp vil ikke bli refundert hvis innmelding mangler. (Vi sjekker alltid med hovedkontoret hvis vi ikke finner dere i medlemsregisteret). Det er individuell påmelding, det vil si at det er betaling pr. påmeldt person.

Medlemmer med ASD kan ha med seg 1 ledsager gratis, og ledsager trenger ikke være medlem i foreningen. Viktig at ledsager registreres ved påmelding. Fra det kalenderåret barnet fyller 8 år, må gutter gå i herregarderoben, og jenter i damegarderoben. De som trenger tilrettelagt garderobe MÅ sende en epost til marte1602@hotmail.com. Vi kan ikke garantere at alle som har behov/ønsker det, vil få dette.

Alle under 12 år, samt de over som ikke er svømmedyktige, må ha med seg en svømmedyktig voksen ut i bassenget.

For at alle skal få en god opplevelse i



bassenget er det viktig å ta hensyn til hverandre, og at alle deltagere respekterer tiden de har i bassenget. Det er viktig at alle følger beskjeder som blir gitt av hallverten.

Autismeforeningen i Norge, Hordaland lokallag tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker. Det vil være badevakter til stede med livredningsskompetanse. Vi ber om at voksne sørger for at barn ikke løper på flisene i lokalet, dette for å forhindre skade.

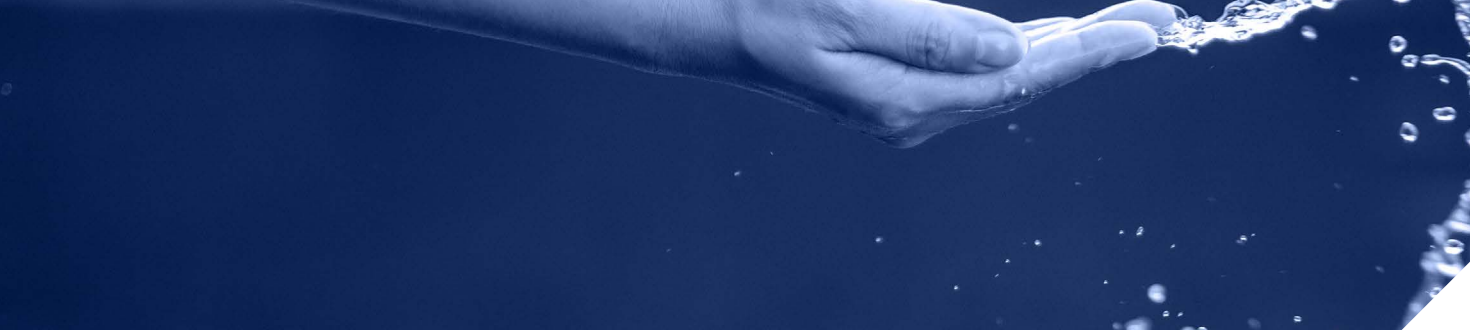
Bading er en av våre mest populære aktiviteter. Vi ber dere gi beskjed til Marte på SMS 90041106 eller e-post: marte1602@hotmail.com dersom dere vet at dere ikke kommer til å benytte bassenget en dag.

Hvis aktiviteten er fullbooket, oppfordrer vi til å hake av for venteliste på Let'Reg. Vi kan da tilby bading på kort varsel grunnet innmeldt frafall, det koster 25,- pr person. De som får tilbud må vipse beløpet til vipsnummer 94713.

- **Pris 400,- kroner i halvåret per person.** *Det er individuell påmelding, det vil si at det er betaling per påmeldt person. Ledsager er gratis, men må registreres ved påmelding.*

Påmelding her:

- [**Bading terapibassenget på Askøy**](#)



Bading i terapibassenget på Straume

*Vi har gleden av å tilby bading på Sotra, Straume terapibas-
seng torsdager med oppstart 28. august.*

- Torsdager klokken 18.00 - 19.00
- Adresse: Straume terapisenter
Blombakkane 7, 5353 Straume

Dette er et tilbud for medlemmer *med* ASD. Det betyr at alle som melder seg på aktiviteten må være medlem, også barn. (Ledsager trenger ikke å være medlem.) De som melder seg på, og ikke er medlem av AiN, vil miste plassen hvis de ikke melder seg inn. Innbetalt beløp vil ikke bli refundert hvis innmelding mangler. (Vi sjekker alltid med hovedkontoret hvis vi ikke finner dere i medlemsregisteret). På dette tilbudet kan personen ha med seg ledsager gratis.

Fra det kalenderåret barnet fyller 8 år, må gutter gå i herregarderoben, og jenter i damegarderoben.

Alle under 12 år, samt de over som ikke er svømmedyktige, må ha med seg en svømmedyktig voksen ut i bassenget.

For at alle skal få en god opplevelse i

bassenget er det viktig å ta hensyn til hverandre.

Det er viktig at alle følger beskjeder som blir gitt av badevaktene.

Vi ber om at en voksen sørger for at barn ikke løper på flisene i lokalet, dette for å forhindre skade.

Autismeforeningen i Norge Hordaland lokallag tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker. Det vil være badevakter til stede med livredningskompetanse.

Det er ikke mulighet for tilrettelagte garderober.

For spørsmål ta kontakt med Anne Hilde Flindt på SMS: 950 20 940 eller epost: aflindt@autismeforeningen.no

- Pris 600,- kroner i halvåret per person.
- [Bading Straume](#)



Solsikke Hordaland

- Bowling

Vi tilbyr bowling på Vestkanten hver mandag fra kl.17:00

- Oppstart mandag 25. august, siste gang 8. desember

NB!

Det er ikke bowling mandag 6. oktober, skolens høstferie

- **Sted: Lyderhornsveien 351, 5171 Loddefjord**

Vi deler deltakerne i ulike grupper ved fremmøte etter ønsker og behov. Aktiviteten passer for alle. Deltakerne bowler to serier og etterpå avslutter vi med et måltid og en hyggelig prat. Deltakerne får servert to hot dogs eller pommes frites, drikke (vann eller brus) samt en ispinne (saftis eller vaniljeis med sjokoladetrekk).

De som trenger ledsager til og fra aktiviteten, må også ha ledsager til stede under hele arrangementet. Husk å gi beskjed dersom man ikke kommer.

Dette er et tilbud kun for medlemmer av Autismeforeningen i Norge med ASD. De som melder seg på bowling og som IKKE er medlemmer av AiN vil bli strøket fra listen, og innbetalt beløp vil ikke bli refundert.

Autismeforeningen tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker.

Alle deltar på eget ansvar.

Hvis aktiviteten er fullbooket oppfordrer vi til å hake av for venteliste på Let'Reg, vi kan da tilby eventuell ledig plass. De koster 50,- pr person. De som får tilbud må vipse beløpet til vipsnummer 94713.

Spørsmål sendes på SMS til Irene 95172555, eller Aina 90075449

- **Pris 800,- kroner**

Påmelding her:

- [Solsikke Hordaland](#)



Bowling

- tirsdager

Vi tilbyr bowling på Vestkanten hver tirsdag fra kl.18:00-20:00

- **Oppstart tirsdag 26. august, siste gang 9. desember**

NB!

Det er ikke bowling tirsdag 7. oktober, skolens høstferie

- **Sted: Lyderhornsveien 351, 5171 Loddefjord**

Vi deler deltakerne i ulike grupper ved fremmøte etter ønsker og behov. Aktiviteten passer for alle. Deltakerne bowler i to serier og etterpå avslutter vi med et måltid og en hyggelig prat. Deltakerne får servert to hot dogs eller pommefrites, drikke (vann eller brus) samt en ispinne (saftis eller vaniljeis med sjokoladetrekk).

De som trenger ledsager til og fra aktiviteten, må også ha ledsager til stede under hele arrangementet.

Dette er et tilbud for medlemmer med ASD. Det betyr at alle som melder seg på aktiviteten må være medlem, også barn. De som melder seg på, og ikke er medlem av AiN, vil miste plassen hvis de ikke melder seg inn. Innbetalt beløp

vil ikke bli refundert hvis innmelding mangler. (Vi sjekker alltid med hovedkontoret hvis vi ikke finner dere i medlemsregisteret).

Autismeforeningen i Norge Hordaland lokallag tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker. Alle deltar på eget ansvar.

Bowling er en av våre mest populære aktiviteter. Vi ber dere gi beskjed til Jannice dersom dere vet at dere ikke kommer på bowlingen. Jannice treffes på SMS 90145228 eller epost jannice.autisme@gmail.com

Hvis aktiviteten er fullbooket oppfordrer vi til å hake av for venteliste på Let'Reg, vi kan da tilby eventuell ledig plass. De koster 50,- pr person. De som får tilbud må vipse beløpet til vipsnummer 94713.

Spørsmål sendes på mail til Jannice Bårtvedt: e-post: jannice.autisme@gmail.com eller SMS 90145228

- **Pris 800,- kroner**

Påmelding her:

- [**Bowling tirsdager**](#)

[**Tilbake til liste over aktiviteter**](#)



Biljard på Kong Oscar

-for voksne med ASD

Vi starter en ny runde med biljard to søndager for medlemmer med ASD over 18 år. På søndag formiddag er det som regel lite folk der.

- **Sted:** Kong Oscar i byen (Kong Oscars gate 45, 5017 Bergen, (inngang fra Tverrgaten)

Tidspunkt:

- **Søndag 21. september klokken 13:00**
- **søndag 19. november klokken 13:00**

Biljard er ikke vanskelig, det er noe de fleste kan klare. Du trenger ikke å ha spilt det før. Vi spiller den enkle / vanlige varianten, også kjent som 8-ball. Lyst å prøve?

- **Egenandel: 120 kroner for to ganger**

De som eventuelt ønsker kan være med på Baker Brun eller Godt Brød etterpå for kaffe og en bolle. Dette må deltager betale selv.

Dette er et tilbud for medlemmer med ASD. Det betyr at alle som melder seg på aktiviteten må være medlem. De som melder seg på, og ikke er medlem av AiN, vil miste plassen hvis de ikke melder seg inn. Innbetalt beløp vil ikke bli refundert hvis innmelding mangler. (Vi sjekker alltid med hovedkontoret hvis vi ikke finner dere i medlemsregisteret).

Autismeforeningen i Norge Hordaland lokallag tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker. Alle deltar på eget ansvar.

Spørsmål sendes Anita
E-post: birk-heldal@epost.no eller
mobil 47878642

Påmelding:

- [Biljard for voksne 18+](#)



Bowling

for medlemmer på Straume, mandager

Vi har gleden av å kunne tilby våre medlemmer bowling på Straume en mandag i måneden fra **kl.18:30 - 20:30**.

Vi treffes følgende mandager:

- 25.august
- 22, september
- 20. oktober
- 24. november

Sted:

- Sartor Bowling, Sartorvegen 1, 5353 Straume

Vi deler deltakerne i ulike grupper ved fremmøte etter ønsker og behov. Aktiviteten passer for alle. De som trenger ledsager til og fra aktiviteten, må også ha ledsager til stede under hele arrangementet.

Husk å gi beskjed dersom du ikke kan komme!

Dette er et tilbud for medlemmer. Det betyr at alle som melder seg på aktiviteten må være

medlem, også barn. De som melder seg på, og ikke er medlem av AiN, vil miste plassen hvis de ikke melder seg inn. Innbetalt beløp vil ikke bli refundert hvis innmelding mangler. (Vi sjekker alltid med hovedkontoret hvis vi ikke finner dere i medlemsregisteret). Autismeforeningen tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker. Alle deltar på eget ansvar.

Vi ber dere gi beskjed til Mette på SMS 47074836 dersom dere vet at dere ikke kommer til å benytte tilbudet en dag.

Hvis aktiviteten er fullbooket oppfordrer vi til å hake av for venteliste på Let'Reg, vi kan da tilby eventuell ledig plass. De koster 50,- pr person. De som får tilbud må vipse beløpet til vipsnummer 94713.

Spørsmål sendes på e-post til Mette Fratini Flesland: mette.fratini.flesland@autismeforeningen.no eller en SMS til 47074836

- Egenandel for alle ganger er kr.200,-

Påmelding her:

- [Bowling på Straume](#)



Shuffleboard

for medlemmer **med ASD 16+**
på **Straume**, mandager

Vi har gleden av å kunne tilby våre medlemmer *fra 16 år og oppover* shuffleboard på Straume en mandag i måneden fra *kl.18:30 - 20:30*.

Vi treffes følgende mandager:

- **25.august**
- **22. september**
- **20. oktober**
- **24. november**

Sted:

- **Sartor Bowling, Sartorvegen 1, 5353 Straume**

Vi deler deltakerne i 8 lag (2 og 2) ved fremmøte etter ønsker og behov. Aktiviteten passer for alle. De som trenger ledsager til og fra aktiviteten, må også ha ledsager til stede under hele arrangementet.

Husk å gi beskjed dersom du ikke kan komme!

Dette er et tilbud for medlemmer med ASD. Det betyr at alle som melder seg på aktivi-

teten må være medlem, også barn. De som melder seg på, og ikke er medlem av AiN, vil miste plassen hvis de ikke melder seg inn. Innbetalt beløp vil ikke bli refundert hvis innmelding mangler. (Vi sjekker alltid med hovedkontoret hvis vi ikke finner dere i medlemsregisteret). Autismeforeningen tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker. Alle deltar på eget ansvar.

Vi ber dere gi beskjed til Mette på SMS 47074836 dersom dere vet at dere ikke kommer til å benytte tilbudet en dag.

Hvis aktiviteten er fullbooket oppfordrer vi til å hake av for venteliste på Let'Reg, vi kan da tilby eventuell ledig plass. De koster 50,- pr person. De som får tilbud må vipse beløpet til vipsnummer 94713.

Spørsmål sendes på e-post til Mette Fratini Flesland: mette.fratini.flesland@autismeforeningen.no eller en SMS til 47074836

- **Egenandel for alle ganger er kr.200,-**

Påmelding her:

- **Shuffleboard for medlemmer med ASD fra 16 år**



Lek

i gymsal på Kleppestø (Askøy)

Vi vil dette halvåret tilby lek i gymsal på Kleppestø skole på Askøy, annenhver søndag fra kl.13:00 - 15:00 med oppstart 31. august.

- **Tid: Søndager i oddetallsuker fra kl.13:00-15:00**
- **Sted: Kleppestø barneskole Ravnavegen 6 5300 Kleppestø**

NB! Det er ikke aktivitet i høstferien, søndag 12. oktober.

Dette er et tilbud for medlemmer *med* ASD. Det betyr at alle som melder seg på aktiviteten må være medlem, også barn. (Ledsager trenger ikke å være medlem.) De som melder seg på, og ikke er medlem av AiN, vil miste plassen hvis de ikke melder seg inn i AiN. Innbetalt beløp vil ikke bli refundert hvis innmelding mangler. På dette tilbudet kan personen ha med seg ledsager gratis.

Autismeforeningen Hordaland tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker, all deltagelse skjer på eget ansvar.

Spørsmål sendes til Iselin Husebø på mail iselinhuseboe@gmail.com eller Julia Almestad på juliaalmestad@hotmail.com

- **Egenandel er kr.100,- pr.barn pr. halvår**

Påmelding her:

- **[Gymsal på Kleppestø](#)**



Lek i gymsal på Straume

Vi vil dette halvåret tilby lek i gymsal onsdager i Øygarden kommune, med oppstart onsdag 27. august.

- **Tid: 17:00-18:30**
- **Sted: Liljevatnet barnehage og kulturskule**
Arefjordvegen 290
5355 Knarrevik

NB: det er ikke lek i gymsal 8. oktober, og siste gang før jul er 10. desember.

Dette er et tilbud for medlemmer *med* ASD. Det betyr at alle som melder seg på aktiviteten må være medlem, også barn. (Ledsager trenger ikke å være medlem.) De som melder seg på, og ikke er medlem av AiN, vil miste plassen hvis de ikke melder seg inn i AiN. Innbetalt beløp vil ikke bli refundert hvis innmelding mangler. På dette tilbudet kan personen ha med seg ledsager gratis.

Autismeforeningen tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker. Alle deltar på eget ansvar.

Spørsmål sendes til Anne Hilde Flindt på mail: aflindt@autismeforeningen.no

- **Egenandel er kr.100,- pr.barn**

Påmelding Her:

- [Gymsal Straume](#)



Lek og moro på **FYSAK** Melkeplassen

- frilek, bordtennis, parkour og dansesal

Vi arrangerer frilek på Fysak Melkeplassen en lørdag hver måned, klokken 10.00-12.00.

Sted:

- Øvre Fyllingsveien 35 5161 Laksevåg

Foreningen leier hele lokalet, så vi har hele hallen for oss selv. Tilbudet gjelder kun våre medlemmer med diagnose, og inkluderer dessverre ikke søsken.

NB: På Fysak Melkeplassen er det også to bordtenningsbord, parkour og en dansesal i andre etasje. Rekkert og ball kan hentes i 1.etg. Dansesalen har speilvegg og det er mulig å koble til musikk i rommet via mobiltelefon. Aktivitetene vil også kunne passe for ungdommer og ikke bare mindre barn!

Dette er et tilbud for medlemmer med ASD. Det betyr at alle som melder seg på aktiviteten må være medlem, også barn. (Led-sager trenger ikke å være medlem.) De som melder seg på, og ikke er medlem av AiN, vil miste plassen hvis de ikke melder seg inn. Innbetalt beløp vil ikke bli refundert hvis innmelding mangler. (Vi sjekker alltid med hovedkontoret hvis vi ikke finner dere i medlemsregisteret).

Datoene kommende halvår er:

- 30. august
- 27. september
- 1. november
- 22. november
- 06. desember

Autismeforeningen i Norge Hordaland lokallag tar ikke ansvaret for eventuelle skader eller ulykker. All deltagelse skjer på eget ansvar.

- **Pris per halvår: 200,- kroner**

For spørsmål kontakt

Vegard Mølstrevold:

vegard.molstrevold@autismeforeningen.no

Påmelding her:

- [Fysak Melkeplassen](#)



Klatring på Energisenteret på Haukeland universitetssykehus

- **Oppstart tirsdag 26. august 2025, klokken 17:00 – 18:30 og 18:30 – 20:00, siste gang er 2. desember**

NB!

Det er ikke klatring tirsdag 7. oktober, skolens høstferie

- **Adresse: Glasblokkene Haukelandsbakken 1, 5021 Bergen**

Vi tilbyr 2 partier med klatring. Aktiviteten er annenhver uke i oddetallsuker. Klatringen skjer i gymsalen på Energisenteret, Glasblokkene. Vi har to erfarne klatreinstruktører med god erfaring i tilrettelegging.

Gymsalen kan også benyttes til frilek mens man venter på sin tur i veggen. Det finnes ulikt utstyr som man fritt kan benytte. Sko og seler er tilgjengelig for alle deltakerne. Aktiviteten passer for alle aldersgrupper. Styret fordeler de påmeldte i to grupper. *Gruppe 1 er fra 17.00-18.30, og gruppe 2 fra 18.30-20.00.* De som har ønsker om et spesifikt tidspunkt, kan sende en e-post til hordaland@autismeforeningen.no.

Dette er et tilbud for medlemmer **med ASD**. Det betyr at alle som melder seg på aktiviteten må være medlem, også barn. De som melder seg på, og ikke

er medlem av AiN, vil miste plassen hvis de ikke melder seg inn. Innbetalt beløp vil ikke bli refundert hvis innmelding mangler. (Vi sjekker alltid med hovedkontoret hvis vi ikke finner dere i medlemsregisteret). *Autismeforeningen i Norge Hordaland lokallag tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker. Alle deltar på eget ansvar.*

Aktiviteten driftes av instruktørene. Det vil ikke være representanter fra styret til stede på aktiviteten, bortsett fra første gang.

Vi ber dere gi beskjed til Linda på SMS 92818562 dersom dere vet at dere ikke kommer til å benytte tilbudet en dag

Hvis aktiviteten er fullbooket oppfordrer vi til å hake av for venteliste på Let'Reg, vi kan da tilby eventuell ledig plass. Det koster 25,- pr person. De som får tilbud må vipse beløpet til vipsnummer 94713.

Spørsmål sendes Linda Haugland
E-post: linda.haugland@autismeforeningen.no eller SMS 92818562

- **Pris 650,- kroner i halvåret.**

Påmelding her:

- **[Klatring på Energisenteret](#)**



BUESKYTING

for medlemmer med ASD 13+

Vi har gleden av å invitere medlemmer med ASD fra 13 år og oppover til bueskyting på Ulsmåg skole 6 ganger denne høsten.

Følgende lørdager fra klokken 14:00 - 16:00:

- 6. september
- 18. oktober
- 1. november
- 15. november
- 29. november
- 13. desember (kan hende utgåv
grunnet arrangement på sko-
len)

Sted:

- Gymsalen på Ulsmåg skole
Totlandsvegen 53
5224 Nesttun

Fana bueskytterlag stiller med instruktør. De har erfarne bueskyttere og er vant til å jobbe med personer med særskilte behov.

Ferdigheter man må ha for å kunne delta på denne aktiviteten:

1. God konsentrasjon, man må kunne vente på tur
2. Øye og håndkoordinering
3. Man må kunne følge instruksjoner og beskjeder som blir gitt

4. Det er strenge krav til sikkerhet så **ALLE** under 18 år må ha med seg en ledsager over 18 år.

Dette er et tilbud for medlemmer med ASD, alle som deltar må være medlem i Autismeforeningen i Norge. De som melder seg på bueskytingen og som IKKE er medlemmer av Autismeforeningen i Norge (AiN) vil miste plassen, og innbetalt beløp vil ikke bli refundert.

Autismeforeningen Hordaland tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker, all deltagelse skjer på eget ansvar.

Vi ber dere gi beskjed til Mette på SMS 47074836 dersom dere vet at dere ikke kommer til å benytte tilbudet en dag

Hvis aktiviteten er fullbooket oppfordrer vi til å hake av for venteliste på Let'Reg, vi kan da tilby ledige plasser, de koster 50,- pr person. De som får tilbud må vippse beløpet 94713.

Kontaktperson er Mette Fratini Flesland, hun treffes på e-post: mette.fratini.flesland@autismeforeningen.no eller SMS 47074836

- Egenandel er 600 kroner

Påmelding via denne linken:

- [Bueskyting](#)



Ridegrupper på Solbakken gård, Bontveit

Datoer for aktiviteten er:

- 24. august,
- 7. og 21. september,
- 5. og 19. oktober,
- 2. og 16. november. *På slutten av den siste dagen så vil det være juleavslutning der vi serverer «nissegrøt» og saft.*

Klokkeslett for grupper er:

- Gruppe 1 kl.11:30
- Gruppe 2 kl.12:45
- Gruppe 3 kl.14:00
- Gruppe 4 kl.15:15

Styret i samarbeid med gården fastsetter gruppene. Det vil bli sendt ut informasjonsmail i forkant av oppstart om hvilken gruppe/parti dere er tildelt.

Det er viktig at en møter presist til timene for å kunne delta. Dette fordi det er logistikk som skal koordineres både i forhold til hester og ledsagere.

Har dere særskilte behov eller klokkeslett vi må ta hensyn til så send en mail til linda.haugland@autismeforeningen.no så vil vi prøve å tilstrebe å finne en løsning.

Vi erfarer at ridning er en fin aktivitet for personer med ASD uavhengig av alder og funksjonsnivå. Gården sørger

for ledsagere og hester, og de vil tilstrebe mest mulig kontinuitet. Eneste kravet for deltagelse er at man har tilretteleggingsbehov.

Dette er et tilbud kun for medlemmer i Autismeforeningen i Norge (AiN). De som melder seg på, og som IKKE er medlem, vil miste plassen dersom han/hun/hen ikke også melder seg inn i foreningen. Innbetalt beløp vil ikke bli refundert hvis innmelding fortsatt mangler ved oppstart.

Autismeforeningen Hordaland tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker, all deltagelse er på eget ansvar.

Det er mulig å låne hjelm om en ikke selv har sykkelhjelme. På gården er det et biologisk toalett som står plassert like utenfor stallene.

- **Adressen er Bontveitvegen 501, 5229 Kalandseidet.**

Det er lite bussforbindelse til Bontveit og det er nødvendig med egen bil for å komme seg til gården.

Spørsmål på mail linda.haugland@autismeforeningen.no eller SMS 928 18 562

- **Pris 1000,- kroner i halvåret**

Påmelding her:

- [Ridegrupper](#)



Gaming 1.- 7. klasse

- for medlemmer med ASD

Autismeforeningen i Hordaland vet at mange av våre medlemmer er opptatt av gaming. Vi tilbyr derfor gaming på Playwell Bergen for medlemmer med ASD fra 1. klasse til og med 7.klasse annenhver torsdag i partallsuker.

- ▶ **Oppstart torsdag 4.september, klokken 17:00 - 19:00.**
- ▶ **Sted: Thormøhlens gate 47, 5006 Bergen**

NB! Det er ikke aktivitet i høstferien.

Playwell stiller med spill og instruktører som vil hjelpe både med tekniske ting, men også for å ha aktiviteter/snakke med deltagere.

Dette er et tilbud kun for medlemmer av Autismeforeningen i Norge med ASD. Den som deltar må være medlem i Autismeforeningen i Norge, AiN. Den som melder seg på og som IKKE er medlem vil miste plassen hvis hen ikke også melder seg inn. Innbetalt beløp vil ikke bli refundert hvis innmelding fortsatt mangler. Autismeforeningen tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker. Alle deltar på eget ansvar.

Gaming er en populær aktivitet. Vi ber dere gi beskjed til Mette dersom dere vet at dere ikke kommer på gamingen. Mette treffes på SMS 47074836

Hvis aktiviteten er fullbooket, oppfordrer vi til å hake av for venteliste på Let'Reg. Vi kan da tilby riding på kort varsel grunnet innmeldt frafall, det koster 25,- pr person. De som får tilbud må vipse beløpet til vipsnummer 94713.

Spørsmål sendes til Mette Fratini Flesland på mail mette.fratini.flesland@autismeforeningen.no eller SMS 47074836

- ▶ **Pris 600,- kroner i halvåret.**

Påmelding her:

- ▶ **Gaming 1.-7. klasse**

Gaming 8. klasse og oppover

- for medlemmer med ASD

Autismeforeningen i Hordaland vet at mange av våre medlemmer er opptatt av gaming. Vi tilbyr derfor gaming på Playwell Bergen for medlemmer fra 8. klasse og oppover annenhver torsdag i partallsuker.

- ▶ **Oppstart torsdag 4.september, klokken 19:00 - 21:00.**
- ▶ **Sted: Thormøhlens gate 47, 5006 Bergen**

NB! Det er ikke aktivitet i høstferien.

Playwell stiller med spill og instruktører som vil hjelpe både med tekniske ting, men også for å ha aktiviteter/ snakke med deltagere.

Dette er et tilbud kun for medlemmer av Autismeforeningen i Norge med ASD. Den som deltar må være medlem i Autismeforeningen i Norge, AiN. Den som melder seg på og som IKKE er medlem vil miste plassen hvis hen ikke også melder seg inn. Innbetalt beløp vil ikke bli refundert hvis innmelding fortsatt mangler. Autismeforeningen tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker. Alle deltar på eget ansvar.

Gaming er en populær aktivitet. Vi ber dere gi beskjed til Mette dersom dere vet at dere ikke kommer på gamingen. Mette treffes på SMS 47074836

Hvis aktiviteten er fullbooket, oppfordrer vi til å hake av for venteliste på Let'Reg. Vi kan da tilby riding på kort varsel grunnet innmeldt frafall, det koster 25,- pr person. De som får tilbud må vipse beløpet til vipsnummer 94713.

Spørsmål sendes til Mette Fratini Flesland på mail mette.fratini.flesland@autismeforeningen.no eller SMS 47074836

- ▶ **Pris 600,- kroner i halvåret.**

Påmelding her:

- ▶ **[Gaming 8. klasse og oppover](#)**



Bandet vårt «Ferske Kneippbrød»

Dette er et rockeband som er en fin arena for musikk, kreativitet, mestring og mening. Bandet har skrevet sanger og spilt de inn i studio. Du finner sangene på Spotify.

De har også spilt på forskjellige arrangementer og skal spille på høstseminaret i år!

- ▶ **Bandet øver torsdager i partallsuker, klokken 18:00 – 19:30**
- ▶ **Sted: Christiegården dagsenter, Idrettsveien 16, 5052 Bergen**
- ▶ **Oppstart er torsdag 4. september klokken 18.00, siste gang er 11. desember.**

Bandet har to erfarne musikkterapeuter: Trond Nordvik og Roar Ruus Finsås.

Send gjerne en mail til hordaland@autismeforeningen.no om dere har lyst til å prøve tilbudet for å se om dette kan være noe for deg.

Kikk gjerne på fremføringen av egenkomponert sang. Teksten er skrevet av Andre Jung. Vi i styret er mektig imponert!

[Ferske Kneippbrød – «Koronatiden» \(musikkvideo\) – YouTube](#) eller [The River av Øyvind Søreide.](#)

Dette er et tilbud for medlemmer med ASD. Det betyr at alle som melder seg på aktiviteten må være medlem, også barn. De som melder seg på, og ikke er medlem av AiN, vil miste plassen hvis de ikke melder seg inn. Innbetalt beløp vil ikke bli refundert hvis innmelding mangler. (Vi sjekker alltid med hovedkontoret hvis vi ikke finner dere i medlemsregisteret). Autismeforeningen i Norge Hordaland lokallag tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker. Alle deltar på eget ansvar.

Spørsmål sendes til Hildegunn Lerudsmoen på mail: hildegunn.lerudsmoen@gmail.com

- ▶ **Pris 1000,- kroner i halvåret.**

Påmelding her:

- ▶ [Ferske kneippbrød](#)



Kreativt verksted

for voksne (18+) medlemmer
med ASD

Velkommen nye og gamle deltakere til et par koselige timer med kreativ aktivitet sammen med andre med autisme.

Vi holder på med mye forskjellig. Ta gjerne med noe du allerede holder på med eller finn noe blant alt vi har tilgjengelig. Nye ideer mottaes også og vi ser om vi sammen kan få det til.

Underveis har vi koselige samtaler, du velger selv om du vil delta. Gro og Ellen er alltid tilstede.

Praktisk Info:

- Oppstart tirsdag 2. september kl.18:00
- Deretter annen hver tirsdag i partallsuker
- Tid 18- 20
- Egenandel 100,- kroner for semesteret
- Sted: Lærings- og mestrings-senteret, Ulriksdal 2

Hvordan kommer du deg dit:

- Bil (parkering ved inngang)
- Bybane 2 til Haukeland sykehus, stopper ca 250 meter unna

Dette er et tilbud for medlemmer med ASD. Det betyr at alle som melder seg på aktiviteten må være medlem. De som melder seg på, og ikke er medlem av AiN, vil miste plassen hvis de ikke melder seg inn. Innbetalt beløp vil ikke bli refundert hvis innmelding mangler. (Vi sjekker alltid med hovedkontoret hvis vi ikke finner dere i medlemsregisteret). Autismeforeningen i Norge Hordaland lokallag tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker. Alle deltar på eget ansvar.

Kontaktperson:

Ellen Kleven

E-post: autisme.ellenkleven@gmail.com

Påmelding via LetsReg her:

- [Kreativt verksted for voksne med ASD](#)



Musikkterapi

for barn med ASD 6 - 8 år

Vi har gleden av å kunne tilby musikkterapi for barn med ASD 6 -8 år.

Vi tilbyr musikkterapi i liten gruppe (5 personer) for barn med ASD 6 - 8 år.

For spørsmål kontakt Anita Heldal på e-post: birk-heldal@epost.no eller mobil 47878642

Musikkterapitimen varer 45 minutter og det er en 5. års student fra musikkterapistudiet på Griegakademiet som står for opplegget. Musikkterapiopplegget vil bestå av sang, enkle rytmeinstrumenter, lek og dans og tilpasses gruppen. Student har med gitar. Gjør oppmerksom på at dette ikke er individuell musikkterapi. Foreldre eller ledsager må være tilstede, eventuelt vente rett utenfor rommet.

Dette er et tilbud kun for medlemmer av Autismeforeningen i Norge med ASD. Barn påmeldt musikkterapi som IKKE er medlemmer av AiN vil miste plassen, og innbetalt beløp vil ikke bli refundert. Autismeforeningen Hordaland tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker, all deltagelse skjer på eget ansvar.

Send gjerne en epost til birk-heldal@epost.no om du har lyst til å prøve tilbudet for å se om dette kan være noe for deg.

- **Sted:** Ny-Kronborg skole, Rogagaten 9, Bergen (i nærheten av Danmarks plass) møt ved inngang til idrettsanlegg nede
- **Tid:** onsdager 17:30 - 18:15
- **Oppstart:** onsdag 3. september, siste gang 10. desember

NB! Det er ikke musikkterapigruppe onsdag 8. oktober, skolens høstferie.

- **Pris:** 800,-

Påmelding her:

- [Musikkterapi barn 6 - 8 år](#)



Musikkterapi

for barn med ASD 9 - 13 år

Vi har gleden av å kunne tilby musikkterapi for barn med ASD 9 - 13 år.

Vi tilbyr igjen musikkterapi i liten gruppe (5 personer) for barn 9 - 13 år.

Musikkterapitimen varer 45 minutter og det er en 5. års student fra musikkterapistudiet på Griegakademiet som står for opplegget.

Musikkterapiopplegget vil bestå av sang, enkle rytmeinstrumenter, lek og dans og tilpasses gruppen. Student har med gitar. Gjør oppmerksom på at dette ikke er individuell musikkterapi. Foreldre eller ledsager må være tilstede, eventuelt vente rett utenfor rommet.

Dette er et tilbud kun for medlemmer av Autismeforeningen i Norge med ASD. Barn påmeldt musikkterapi som IKKE er medlemmer av AiN vil miste plassen, og innbetalt beløp vil ikke bli refundert.

Autismeforeningen Hordaland tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker, all deltagelse skjer på eget ansvar.

Send gjerne en epost til birk-heldal@epost.no om du har lyst til å prøve tilbudet for å se om dette kan være noe for deg.

For spørsmål kontakt Anita Heldal på e-post: birk-heldal@epost.no eller mobil 47878642

- **Sted:** Ny-Kronborg skole, Rogagaten 9, Bergen (i nærheten av Danmarks plass) møt ved inngang til idrettsanlegg nede
- **Tid:** onsdager 18:30 - 19:15
- **Oppstart:** onsdag 3. september, siste gang 10. desember

NB! Det er ikke musikkterapigruppe onsdag 8. oktober, skolens høstferie.

- **Pris:** 800,-

Påmelding her:

- [Musikkterapi barn 9 - 13 år](#)



Musikkverksted

for voksne med ASD 17+

Vi har gleden av å kunne tilby musikkverksted for voksne med ASD.

Vi har den glede av å kunne tilby musikkverksted i gruppe på 5 personer. Timen varer 45 minutter og det er en 5. års student fra musikkterapi-studiet på Griegakademiet som leder gruppen.

Timen vil bestå av allsang, musikk, lytte til musikk, rytmeinstrumenter og eventuelt andre instrumenter deltager behersker og vil ta med selv. Her kan deltagere bestemme innhold selv.

Dette er et tilbud kun for medlemmer av Autismeforeningen i Norge med ASD. De som melder seg på musikkverksted som IKKE er medlemmer av AiN vil miste plassen, og innbetalt beløp vil ikke bli refundert. Autismeforeningen Hordaland tar ikke ansvar for eventuelle skader eller ulykker, all deltagelse skjer på eget ansvar.

Send gjerne en epost til birk-heldal@epost.no om du har lyst til å prøve tilbudet for å se om dette kan være noe for deg.

For spørsmål kontakt Anita Heldal på e-post: birk-heldal@epost.no eller mobil 47878642

- **Sted:** Ny-Kronborg skole, Rogagaten 9, Bergen (i nærheten av Danmarks plass) møt ved inngang til idrettsanlegg nede
- **Tid:** onsdager 19:30 – 20:15
- **Oppstart:** onsdag 3. september, siste gang 10. desember

NB! Det er ikke musikkverksted onsdag 8. oktober, skolens høstferie

- **Pris:** 800,-

Påmelding her:

- [Musikkversted 17+](#)



Møtepunktet for voksne - med ASD

Vi vil med dette ønske gamle og nye medlemmer velkommen til Møtepunktet.

- Sted: Lærings- og mestrings-senteret, LMS Ulriksdal 2, 4. etasje.

- Tidspunkt: Tirsdager klokken 18.00-20.00

Ønsker du å treffe andre voksne med autisme? Da ønsker vi deg velkommen til et sosialt treffpunkt for personer med ASD. Kjenner du noen dette passer for? Da er vi takknemlig for at du deler med dem.

Hvert treff starter som oftest med et kort innlegg. Etter innlegget vil det være diskusjon samlet eller i grupper avhengig av tema. Det vil være temaer rundt det å leve med ASD. Det vil gi større kunnskap om likheter og hvor store forskjeller det kan være mellom oss med ASD.

Møtepunktet er egnet for alle med ASD som ønsker å tilegne seg mer kunnskap om diagnosen. Det vil være strukturert og lederstyrt.

Datoer for Møtepunktet denne høsten:

- 26. august
- 23. september

- 21. oktober
- 18. november
- 02. desember

Påmelding sendes direkte til: aas-laug.kalstad.autisme@gmail.com

Påmelding må inneholde (gjelder alle):

1. Navn
2. Fødselsdato
3. Adresse
4. Mailadresse
5. Telefonnummer

NB! Man må være medlem i Autismeforeningen i Norge for å kunne delta
Pris for medlemsskap:

- Ung medlem (15-26 år) er kr. 300,- pr år
- Uføre kr. 300,- pr år
- Medlemsskap 27 år og oppover er kr. 400 pr. år

- **Pris: Det er gratis å delta**

Spørsmål? Kontakt Åslaug, tlf. 92663681

Møtepunktet blir drevet av Ellen Kleven, Astri Næss og Åslaug Kalstad.

Velkommen!



Medlemstreff for voksne - med ASD

Lokallaget tilbyr et selvstyrt treff for oss på autismespekteret. Her prøver vi å skape en arena som er deltagerstyrt hvor vi kan dele hobbyer og interesser med hverandre, samt å snakke om ulike temaer som er relevante for vår hverdag, trivsel og utvikling.

Datoer for treff i høst er:

- 21 august
- 18 september
- 16 oktober
- 13 november
- 11 desember

Dørene åpner kl 17

Kjernetid kl 18-20

Det er mulig å bli værende til kl 21 for de som ønsker å være sosial etter kjernetid er over.

Oppmøtested blir i FFO sine lokaler
Adresse:

- Vestre strømkai 7, midt mellom Vestlands Fylkeshus og Hotel Scandic Ørnen.

Deltakerne må være medlem i Autismeforeningen i Norge, Hordaland lokallag.

Hvis dette høstes interessant ut, så send gjerne påmelding til:
stian.sorheim@gmail.com

Kontakt personer:

Ingrid Skaug: 41276091
ingrid_skaug@hotmail.com

Stian Sørheim: 94861227
stian.sorheim@gmail.com



Pårørende- /nærpersontreff i Bergen

En gang i måneden kl. 18:00

Dette er en fin anledning til å møte andre foreldre/foresatte, beste-foreldre, tanter og onkler i lignende situasjon, dele erfaringer og knytte nettverk. Vi håper du har lyst og anledning til å møte på treff.

Datoer i høst er:

- 28. august
- 25. september
- 23. oktober
- 20. november
- 9. desember

Det blir servert forfriskninger og noe lett å bite i.

Påmelding til:

vegard.molstrevold@autisme-foreningen.no

SMS: 962 03 901

Adresse for treffet er:

- Funksjonshemmedes Fellesorganisasjon (FFO), Vestre Strømkaian 7 (Bergen)



English-speaking meetings for parents and next of kin

The Autism Association wants to invite English-speaking parents and other next of kin to monthly meetings, where you can exchange experiences and establish networks with others in similar situations.

Refreshments and light snacks will be served.

The meetings will be:

- August 19th at 6 p.m.
- September 23th at 6 p.m.
- October 21th at 6 p.m.
- November 19th at 6 p.m.
- December 17th at 6 p.m.

The address is:

- FFO, Floor 3
Vestre Strømkaien 7,
5008 Bergen

You sign up for each time, and it's free to participate.

Sign up by sending a message to:
vegard.molstrevold@autisme-foreningen.no

Phone: 96203901



Søskengruppe 10-13 år

Autismeforeningen, Hordaland fylkeslag, har i samarbeid med Autismeteamet i Helse Bergen, gleden av å invitere til søskengruppe for søsken til personer med ASD. Dette tilbudet gjelder søsken i alderen 10-13 år (fyller 10 eller 13 år i løpet av 2025)

Søskengruppen innebærer 5 samlinger med uhytidelig prat og ulike aktiviteter delvis knyttet til tema. På hver samling vil det bli servert et enkelt måltid.

Det er ønskelig at søskengruppen videreføres etter at de 5 samlingene er avsluttet. Vi er da avhengig av at foreldre tar initiativ til dette.

NB! Alle som deltar må være medlem i Autismeforeningen i Norge.

Det vil bli kaffe/te og lett servering også til foreldre i eget rom. Represen-
tanter fra Autismeforeningen vil være til stede for foreldrene under samlingene.

Tid:

- Klokken 17.15 – 18.45

Datoer:

- Onsdag 03. september
- Onsdag 10. september
- Onsdag 17. september
- Onsdag 24. september
- Tirsdag 30. september

Sted:

- Lærings- og mestringssenteret, Ulrikdal 2, 5009 Bergen

Det er fint om det gis beskjed dersom barnet ikke kan møte på en av samlingene.

Påmelding: Påmelding sendes til hordaland@autismeforeningen.no

Vi trenger følgende informasjon:

- Barnets navn og fødselsår, evt. allergier.
- Foresattes navn, evt allergier.
- Foresattes telefon og foresattes e-post.

På samlingene vil det være 2 representanter fra Autismeforeningen Hordaland lokallag til stede.



Søskentreff 13- 20 år

Vi i Hordaland lokallag er stolte over å ha to flotte ungdommer i Lars Jørgen og Karine som inviterer til treff for søsken uten ASD i alderen 13-20 år .

Denne høsten har vi satt opp treff følgende dato:

- Onsdag 3. september, Sted: Peppes Pizza, Olav Kyrres gate 11, Bergen
- Tirsdag 21. oktober, aktivitet og sted avtales med deltakere.
- Onsdag 3. desember, aktivitet og sted avtales med deltakere

Treffene på Peppes Pizza er gratis, egenandel kan tilkomme avhengig av valg av aktivitet gruppen tar. Alle som deltar må være medlem i Autismeforeningen i Norge.

NB! Alle som deltar må være medlem i Autismeforeningen i Norge.

For påmelding og spørsmål:

Lars Jørgen: lars.j.haugland@gmail.com eller Karine: soreidekarine@gmail.com

Alle treffene starter klokken 18:00



Nærpersons-/pårørende treff i Alver

Ca. en gang i måneden kl. 18:00 arrangerer vi treff for nærpersoner i Alver.

Dette er en fin anledning til å møte andre foreldre/foresatte, beste-foreldre, tanter og onkler i lignende situasjon, dele erfaringer og knytte nettverk. Vi håper du har lyst og anledning til å møte på treff.

Dato og sted for treff er ikke klart ennå, men blir annonsert på Facebook og hjemmeside fortløpende.

Har dere spørsmål ang treffene så ta kontakt med Agathe på gokkamoll@hotmail.com



Samtalegruppe for nærpersoner til voksne med Asperger syndrom

Autismeforeningen starter igjen med samtalegruppe for nærpersoner til voksne med Asperger syndrom. Er dette noe for deg, så ta kontakt.

Det vil være for et begrenset antall deltagere.

Sted:

- Lærings- og mestringssenteret (LMS), Ulriksdal 2

Tidspunkt:

følgende onsdager kl.1800-2000:

- 1. oktober
- 15. oktober
- 22. oktober
- 29. oktober

Gruppen blir ledet av Åslaug Kalstad og Astri Næss.

Dersom dette er av interesse, ber vi om tilbakemelding innen 15.september. Påmeldingen må inneholde navn, telefonnummer, mailadresse, adresse.

Du må oppgi alder og en kort beskrivelse av den du er nærperson til ved påmelding

Alle deltakere må ha gyldig medlemskap i Autismeforeningen i Norge, Hordaland lokallag

Påmelding sendes aaslaug.kalstad.autisme@gmail.com

Spørsmål kan sendes til Åslaug på SMS 92663681 eller e-post aaslaug.kalstad.autisme@gmail.com