

# [autismebladet]

LANDSFORENINGEN AUTISME  
MEDLEMSBLAD NUMMER 1 - 2021

## Sendiagnose og autisme



# Tag på familieferie til Malta

11.-18.9 2021



Mellieha Holiday Centre er det perfekte sted at tilbringe en ferie, hvis man har brug for en badeferie med "højt til loftet" kombineret med aktiviteter for hele familien.

Vi flyver direkte fra Billund og Kastrup til Malta og indloger jer i familiehuse med egen, indhegnet gårdhave, fuldt udstyret køkken, 2 soveværelser og bad/toilet.

Landsforeningen Autismes pædagogiske personale tilbyder aktiviteter

for hele familien og er klar til at støtte familierne, når det brænder på.

Mellieha Holiday Centre ligger naturskønt på det nordlige Malta, kun 300 meter fra sandstrand og tæt på den hyggelige by Mellieha. Faciliteter er fx: Tre pools, minigolf, pétanque, fodboldbane, restauranter og supermarked.

Kontakt Maria F. Wallbridge på [mariaf@autismeforening.dk](mailto:mariaf@autismeforening.dk) for yderligere information.

## TILMELDING

For mere information og tilmelding:  
[autismeforening.dk/ferier](http://autismeforening.dk/ferier)

Sol  
Hygge  
Samvær

# INDHOLD

Leder - En ny start . . . . .	3
Autismediagnose som voksen v/Christian F. Stewart . . . . .	6
Sendiagnosticeret - personlige fortællinger . . . . .	12
Det sker i Landsforeningen Autisme . . . . .	17
Portræt af Lars Rasmussen . . . . .	18
Diagnosticeret som voksen v/Lise Lotz fra NAUK . . . . .	22



Hendes Kongelige Højhed Prinsesse Marie er protektor for Landsforeningen Autisme.

## MEDLEMSBLAD NR. 1 - 2021

Medlemsbladet udgives af Landsforeningen Autisme

### Ansvarshavende redaktør

Kathe B. Johansen  
kathe.johansen@autismeforening.dk

### Redaktion

Kathe B. Johansen

### Grafisk tilrettelæggelse/layout

Lotte Irlind

### Tryk Filipsen Grafisk Produktion

www.filipsen.com

Oplag 10.200 stk

ISSN 2245-3423

Vil du have en annonce i Autismebladet?  
Kontakt: kursus@autismeforening.dk

Annoncer og artikler fra samarbejdspartnere og annoncører i Autismebladet er ikke nødvendigvis udtryk for Landsforeningen Autismes holdninger.

Indlæg, kommentarer, bidrag mv. bedes sendt til [kathe.johansen@autismeforening.dk](mailto:kathe.johansen@autismeforening.dk)  
Bladet sendes gratis til Landsforeningen Autismes medlemmer.

# En ny start!

Af Kathe Johansen, formand for Landsforeningen Autisme

Denne nye udgave af Autismebladet er fortællingen om en ny start. Da jeg som pårørende var på mit første autisimegrundkursus, var Christian A. Stewart-Ferrer én af oplægsholderne. Hans store viden og indsigt hjalp mig hurtigt til at forstå grundbegreberne i autisme. For mig var det en ny start. Nemlig starten på livet som engageret autisme-forælder. Her i bladet får du fornøjelsen af Christian A. Stewart-Ferrers viden og indsigt i form af artiklen "Autismediagnose som voksen".

## Personlige historier

Dette blads tema – sendiagnose - kan være en ny start. På Autisme- og Aspergerforeningens hjemmeside kan du læse mange spændende fortællinger under menupunktet Artikler. Stor tak til de modige hovedpersoner/skribenter i de personlige fortællinger, som du kan læse om i dette blad. Alle har fået en ny start gennem deres diagnose - en ny start for dem til bedre at se sig selv og forstå alle de gange, hvor noget er gået skævt. Men også en ny start på at acceptere sig selv, som den man er.

## Ny formand

Jeg er ny formand for Landsforeningen Autisme, og med bladet

her markeres også en ny start for Landsforeningen Autisme.

Jeg arbejder som formand for, at medlemmerne høres og inddrages. Derfor har alle medlemmer nu mulighed for at deltage i vores åbne arbejdsgrupper. Når dette blad udkommer, er arbejdsgrupperne i gang, men hvis du alligevel mener at have et bidrag til grupperne, er du velkommen til at skrive til hovedbestyrelsen.

## Nye kurser

Især mennesker med sendiagnose efterlyser nye kurser i foreningen. Vi arbejder på i fremtiden at kunne tilbyde kurser til både forældre/pårørende, personer på spektret og fagfolk. Har du konkrete ønsker til kursusindhold, hører vi gerne fra dig, så vi kan ramme så bredt som muligt.

## Nyt indhold i Autismebladet

Endelig er der også en ny start for Autismebladet. På repræsentantskabsmødet den 31/10 2020 blev det vedtaget, at der skulle være mere medlemsrettet indhold i bladet. Derfor vil der fremover - fra næste blad - være 2 sider i bladet med fortællinger fra medlemmerne. Har du lyst til at fortælle din eller jeres historie, må du gerne maile den til os på mail: [autismebladet@autisimeforening.dk](mailto:autismebladet@autisimeforening.dk)  
Rigtig god læselyst.



Kathe Johansen



### Kurser som webinarer

Vores kurser i marts og april bliver holdt som webinarer på grund af fortsatte Corona-restriktioner. Der er max. 25 kursister på hver kursus, og der er mulighed for at stille spørgsmål til underviseren Dorthe Hölck.

### Priserne er sat ned

kr. 750,- for kurser til forældre/pårørende  
kr. 1500,- for kurser til fagfolk og professionelle

### Eksempler på webinarer

**Piger med autisme** for forældre/pårørende, 25. marts  
**Grundkursus - sen diagnose** for forældre/pårørende, 26. marts  
**Skolevægning og autisme** for fagfolk/professionelle, 8. april  
**Piger med autisme** for fagfolk/professionelle, 26. april

**Tilmeld dig her:** [autismeforening.dk/sikon-kurser/kurser](https://autismeforening.dk/sikon-kurser/kurser)

# Autismediagnose som voksen



## Skrevet af

### Christian A. Stewart-Ferrer

I takt med den stigende viden om autisme i samfundet generelt og i takt med det stigende antal børn, som får autismediagnoser, ser vi efterhånden flere og flere voksne, som genkender autistiske træk hos sig selv. Måske efter, at deres barn har fået en diagnose, måske efter, at deres partner eller en anden nærtstående har bragt tanken på banen. I de tilfælde er mange i tvivl om, hvordan de kommer videre; om man overhovedet kan få diagnosen som voksen; hvordan det ville foregå; hvordan man skulle tale med lægen om tanken; hvad det ville betyde, hvis man fik diagnosen; og meget mere. I denne artikel vil jeg forsøge at besvare nogle af disse overvejelser.

## Indledning

Som tingene er i øjeblikket, regner vi med, at ca. 1-2% af befolkningen har en autismspektrumtilstand. Der er dog færre børn end det, der får en diagnose, og antallet af diagnosticerede voksne er endnu lavere end antallet af børn. Med andre ord må vi gå ud fra, at vi endnu mangler at opdage en del af vores med-autister.

Dette behøver ikke at være et problem – det er faktisk muligt at leve et helt liv uden selv at opdage, at man 'er på spektret', som vi ofte siger i daglig tale. Hertil kommer, at der ud over de nævnte 1-2% er en gruppe, som har autistiske træk i et omfang, som ganske vist påvirker deres liv, men uden at trække dem er så omfattende eller intense, at man stiller en egentlig diagnose.

## Hvad skal der til for, at man stiller en diagnose?

Det ene hovedkriterium er, at trækene som udgangspunkt skal dække de tre hovedfelter inden for autis-

**Christian A. Stewart-Ferrer** er psykolog med privat praksis i Odense. Han er specialist og supervisor i psykoterapi og i klinisk børnepsykologi samt gæsteforsker ved FEA (Forskningsenheden for Almenmedicinsk Praksis) ved Syddansk Universitet.

Han holder jævnligt oplæg på konferencer i ind- og udland, primært om autisme. Han beskriver ind imellem sit virke som "Muggle Relations Officer", idet han selv har diagnoserne Aspergers Syndrom og ADHD.

me – sammenfattet i den såkaldte Wings Triade. Triaden omfatter anderledeshed omkring:

- sprog/kommunikation,
- samspil i øvrigt,
- 'Fokus-forvaltning'

Det sidste felt kan have forskellige former, lige fra det meget konkrete til det meget abstrakte.

### Konkrete former

- gentagne bevægelser (stimulering)
- opstille ting symmetrisk/på række
- høre/synge den samme sang om og om igen.

### Abstrakte former

- at stille ting op i kontrolleret asymmetri (et godt eksempel er bonsai – de japanske miniature-træer)
- intens fordybelse i bestemte emner eller aktiviteter.
- 'Fokus-forvaltning' omfatter også regulering af input fra sanserne, og ofte ser vi vanskeligheder ved at filtrere indtryk, hvorved verden let kommer til at virke overvældende.

Under alle omstændigheder er det for et menneske med autisme krævende at løsrive eller ændre ens

fokus, hvad enten der er tale om simple, gentagne bevægelser eller binging af forskningsartikler – og selv, hvis man ikke ser 'optaget' ud udefra, kan uforudset overgang til noget andet sagtens aktivere stress.

Det andet hovedkriterium i praksis er, at trækene skal påvirke ens liv i en sådan grad, at man enten er belastet/forpint (dette ses typisk i form af stress, angst og/eller depression, evt. suppleret af PTSD) eller bruger mange kræfter og mentale ressourcer på at holde tilværelsen under kontrol, så man ikke er belastet/forpint. Som læseren sikkert allerede har regnet ud, er der en stor risiko for, at et sådant kontrolarbejde i sig selv indebærer en stor risiko for, at man før eller senere bliver stresset, angst og/eller deprimeret, evt. traumatiseret.

### Barneårene

Når diagnosen stilles i barneårene, har nogen (ofte forældrene, sjældnere de professionelle) bemærket, at de forventninger, omgivelserne stiller til barnet, er større eller anderledes, end barnet kan opfylde. Og at de forventninger, barnet ikke kan opfylde, handler om sprog/kommunikation, samspil, og forvaltning af fokus. Nogle få børn bliver opdaget meget tidligt, men

ellers er verden sådan indrettet, at omverdenens krav til små mennesker ikke stiger gradvis, men i 'Trin' – hvor barnet ret pludseligt skal kunne noget mere end før.

Børnehaven er med sit mere krævende miljø end fx. dagplejen et af de første trin, man kan møde som barn. Der er færre voksne, og man selvforvalter i større grad. Også i forhold til kammeraterne, hvor de andre børn forventer visse færdigheder inden for især kommunikation og samspil.

Herefter følger skolen, der byder på ét trin i indskolingen og (mindst) et yderligere trin, nemlig omkring 7. klasse.

Herefter følger ofte en ungdomsuddannelse, som igen udgør et nyt og endnu mere krævende trin.

Hvert trin øger belastningsgraden af barnet/den unge, og dermed risikoen for, at stressniveauet bliver kritisk højt. Så højt, at det udløser angst og/eller PTSD og/eller depression (ikke sjældent mest synligt i form af angstbetinget skolefravær og evt. PDA (Pathological Demand Avoidance) – hvilket typisk er årsagerne til, at man sendes til psykolog eller psykiater, og derved i nogle tilfælde fører til opdagelsen af, at barnet/den unge har autisme.

### **Voksenlivet**

Hvis man ikke er blevet 'opdaget', inden man er blevet voksen, er situationen dog bestemt ikke den, at der ikke er flere trin tilbage – tværtimod.

Den arbejdsrettede uddannelse er ofte et højt trin, hvor alle forventer omfattende selvforvaltning bl.a. af fokus, ligesom kommunikation og samspil forventes at matche befolkningsgennemsnittet.

En del mennesker får før eller sene-

re en kæreste – og kæresteforhold udgør et voldsomt trin i sig selv! Ikke blot er der meget store forventninger til én omkring samspil og selvforvaltning, men der er også en udstrakt forventning om samvær i de fleste af døgnets timer – hvilket i høj grad kolliderer med behovet for down time, som for autister er en anden, men lige så nødvendig, form for hvile end søvn.

Efter uddannelse følger ofte et arbejde – som udgør et endnu højere trin, og dermed endnu større risiko for, at stressniveauet bliver for højt. Hvis man har en kæreste, indebærer dette i adskillige tilfælde risikoen for at få børn, som udgør det måske mest krævende trin, hvor alle de generelle krav fra omverdenen og de specifikke forventninger fra kæresten suppleres med den ufravigelige nødvendighed af 24/7-tilgængelighed og et krav om at 'være på' i et aldrig før oplevet omfang. Samtidig indebærer forældrerollen et krav om, at man også skal regulere et andet menneskes liv, og hjælpe og støtte dette lille menneske i udviklingen af kommunikation, samspil, fokus-forvaltning og selvforvaltning.

På samme måde som i barndommen udgør hvert af disse trin også i voksenalderen en stigning af risikoen for et sammenbrud. Vi taler om, at man er 'gået ned med stress', hvilket i praksis netop indebærer langvarigt højt stressniveau, normalt ledsaget af angst og/eller depression, og ikke sjældent med PTSD-lignende træk. Dette medfører typisk kontakt med psykolog/psykiater, og i en del tilfælde bliver det under afklaringsarbejdet synligt for den professionelle, at der er tegn på en underliggende autistetilstand.

”

Den arbejdsrettede uddannelse er ofte et højt trin, hvor alle forventer omfattende selvforvaltning af fokus, kommunikation og samspil

### **Diagnose – eller bare afklaring?**

En del mennesker på spektret vil ikke føle noget behov for hverken afklaring af, om de mon er på spektret, eller om de kan få en egentlig diagnose. Ikke sjældent er dette tilfældet, når de pågældende har formået at skabe sig en tilværelse, hvor stressniveauet holder sig inden for det acceptable, og der ikke er nogle tegn på, at dette vil ændre sig. Andre vil opleve et behov for at få en afklaring – ”er jeg på spektret eller ej?” Dette betyder ikke nødvendigvis, at de ønsker en egentlig diagnose, som indebærer en mere omfattende, formel udredning. Hvis man så at sige ikke har noget specifikt at bruge en diagnose til, vil en afklaring typisk kunne opnås hurtigere og lettere. Man vil derefter ofte rette opmærksomheden mod, hvad det betyder i ens tilværelse, at man har en 'autistisk funktionsmåde', og hvordan man med denne viden kan sænke eller forebygge belastningsniveauet.

### **Kontakt til en psykolog eller psykiater**

Vejen til en afklaring begynder typisk med at bestille tid hos en psykolog eller psykiater med viden og erfaring inden for autismeområdet. Hvis man tilhører en af disse faggrupper og har tilbragt en del af sit liv med at udrede samt hjælpe og støtte mennesker med autisme, vil man typisk have så stor klinisk



indsigt, at man på forholdsvis kort tid kan afklare, om klientens livshistorie og aktuelle måde at være i verden på er typisk for det, man ser hos mennesker på spektret – i et sådant omfang, at det giver mening at se og beskrive det som en autistisk funktionsmåde, og bruge dette som omdrejningspunkt for en forståelse af fortid og nutid.

Afklaring – eller diagnose – vil for nogle mest være en bekræftelse af en længe næret mistanke, mens det for andre vil give større dønninger i deres selvforståelse og verdensbillede. For nogle vil det også indebære en sorg over, at man således må opgive håbet om at blive som andre. Ikke så få mennesker oplever derimod (eller undertiden på samme tid) en lettelse over, at den følelse, de måske har gået med i årevis – måske nærmest hele livet – af at være 'anderledes', endelig har fået en forklaring. I disse tilfælde kan den nye indsigt være en dør til at sætte sig selv fri – til at slippe følelsen af at skulle være som alle andre, og af at skulle blive ved med at gøre ubehagelige ting, i det håb, at man måske engang i fremtiden ville opleve, at det pludselig blev lettere og mere fornøjeligt.

Nogle gange fører dette senere til, at omgivelserne melder ud, at man i deres øjne fremstår mere autistisk end før. Dette er ofte sandt – netop, fordi man ofte holder op med at foretage sig visse af de ting, man desperat har gjort i årevis, og herved sænker sit stressniveau. Samtidig sker der typisk det, at ens identitet gennemløber en justeringsproces (som det vil føre for vidt at komme ind på her) – som af flere er blevet sammenlignet med den proces, man gennemgår, hvis man kommer til den erkendelse, at ens seksualitet er anderledes end den

mest udbredte form. En sådan proces er normalt positiv. Man oplever typisk at hænge mere sammen som person, samtidig med, at man begynder at reflektere mere over ens livsværdier: "Hvad er egentlig væsentligt for mig i livet?"

### Hvorfor er det så svært at få en diagnose? Især som voksen?

Et tilbagevendende problem, som undertiden viser sig hos egen læge, hos psykologen, og i flere tilfælde endda i psykiatrien, er, at viden om autisme er mere begrænset, end man skulle tro – især, når det handler om voksne.

Her er det vigtigt at forstå, at det faktisk først var i 2013 (!), da DSM-5 udkom i USA, at der var en psykiatrisk diagnosemanual, der overhovedet beskæftigede sig med autismediagnostik i f.t. voksne.

”

'Aspergers syndrom' blev først indført i 1994

For resten af verdens vedkommende skete det tilsvarende, i øvrigt mere sofistikerede, fremskridt i foråret 2019 (!), da WHO godkendte den kommende internationale diagnosemanual – ICD-11. Den er som sagt godkendt, men medlemslandene har frist frem til 1. januar 2022 til at implementere den, og indtil da er psykiatrien stadig forankret i ICD-10.

Samtidig hviler ICD-10 endnu i skyggen fra sin forgænger – ICD-8 (ja, Danmark nåede aldrig med på ICD-9!).

Det var først i 1994, at diagnosen

”

Efter at man har fået sin autismediagnose gennemløber ens identitet en justeringsproces, og man begynder at reflektere mere over sine livsværdier: "Hvad er egentlig væsentligt for mig?"

"Aspergers Syndrom" blev indført – og med den en understreget forståelse af, at autisme faktisk er ganske uafhængig af intelligens og følgelig har en udbredelse også blandt normalt og endda højt begavede mennesker. Indtil da var det generelle billede – også blandt sundhedsprofessionelle – at en autist var en dreng, som enten ikke havde sprog eller havde sprog, men stort set kun brugte det til at holde forelæsninger om mærkelige emner; og så havde han næsten ikke øjenkontakt med andre. Måske havde han enkelte særlige evner, men kun inden for et meget begrænset felt. Og når han blev voksen, lignede han .. Rain Man!

Så – et hurtigt overblik over omverdens billede af 'en autist':

#### 1943-1994

Rain Man som dreng og efterhånden som voksen.

#### 1994-2013

Rain Man-drenge, suppleret af en del meget nørdede drenge (og enkelte piger) med især naturvidenskabelige interesser – som efterhånden blev voksne. Synligt svært ved øjenkontakt.

#### 2013 - nu

Børn, unge og voksne, hvoraf nogle ligner dem fra før 2013, mens andre er mindre påfaldende, og atter andre virker ret almindelige udadtil, men er meget overbelastede og forpinte indeni. De henvender sig ofte grundet andre tilstande end autisme (f.eks. angst og/eller

depression), og en del har lært at fake øjenkontakt; en del har lært at holde øjenkontakt; og nogle få har faktisk altid haft upåfaldende øjenkontakt.

### **Vejen til diagnose som voksen**

Autismediagnoser stilles i de fleste tilfælde af psykiatere (dvs. læger med en relevant specialstudiedannelse), i sjældnere tilfælde af psykologer med en relevant specialstudiedannelse. Det sker enten på psykiatriske afsnit på hospitalerne, på lokalpsykiatriske afsnit eller i privat praksis. Typisk går vejen

via egen læge, som laver en henvisning. I en del tilfælde er det ikke let at overbevise egen læge om at lave henvisningen – nogle gange, fordi lægen har en oplevelse af at 'kende én' og regner med, at hvis man havde autisme, ville det være så påfaldende, at lægen havde opdaget det; andre gange kan årsagen være, at lægen måske ikke kender én, men ubevidst stadig sammenligner med et indre billede af Rain Man, når man som patient drøfter sin mistanke om, at man kunne være på spektret.

Selv om det ikke burde være sådan,

kan det derfor være en fordel at lave lidt 'hjemmearbejde', før man taler med lægen (eller psykiateren) om sagen. Det vil for mange bestå i at nedskrive nogle af de overvejelser, man allerede har været igennem, og som ligger til grund for, at man netop mistænker, at man kunne have autisme. Det kan dog være sin sag at få overblik over de tanker, man har gjort sig, så jeg vil lige skitsere, hvad man som psykolog/psykiater kan bruge til at pejle sig ind på situationen:

## Oversigt over de områder, psykolog/psykiater fokuserer på ved en udredning:

### **GENERELT**

At du har en følelse af at være anderledes end dine medmennesker – noget, du måske har følt hele livet, muligvis i form af ofte at have følt dig akavet sammen med andre mennesker.

### **KOMMUNIKATION/SAMSPIL**

En oplevelse af, at det ikke er så let at tale med andre – måske ved du ofte ikke, hvad du skal sige; måske føler du ofte, at samtaler går i stå; måske taler andre ofte om ting, du ikke ved noget om og finder interessant (og/eller omvendt); måske bliver du ofte misforstået, eller misforstår ofte andre, eller ved ikke, hvad de mener – enten generelt eller i mere specifikke sammenhænge ("Jeg opdager aldrig flirt og kan ikke flirte"; "Jeg er altid den sidste, der forstår en joke eller opdager, at det var en joke").

Nogle oplever også ofte at komme i tvivl om, hvornår det er deres tur til at sige noget (især i telefonen), eller hvornår du forventes at sige din ærlige mening, og hvornår dette ikke er påskønnet. Dette kan også vise sig ved, at det er svært at 'læse' andre mennesker og/eller forstå, hvorfor andre gør forskellige ting; at få/fastholde venner/kærestes; eller at vide, hvornår man skal gå hjem, hvis man er på besøg hos andre.

### **FOKUS**

En oplevelse af, at du jævnligt bliver intenst optaget af ting og/eller detaljer, og at omverdenen ikke altid forstår det; af at have svært ved at løsrive sig, lave om på planer, have fornemmelse for tid; og af at have svært ved at samle sig om noget igen, hvis du lige er blevet afbrudt midt i noget.

Psykologen/psykiateren vil ofte spørge om, hvorvidt disse træk også viste sig tidligere i din livshistorie, og i givet fald hvordan, ligesom du vil blive spurgt om, hvordan dine første leveår forløb i forhold til sprogudvikling, motoriske udvikling og samspil med forældre/andre voksne/andre børn.

Hvis du gerne vil vide mere om de mindre påfaldende tegn, der kan pege i retning af autisme – herunder forskelle mellem kønnene – kan du f.eks. se <http://autismepsykologen.dk>.

### Hvilke værktøjer bruges ved en diagnosticering?

Der er ikke faste retningslinjer, så det afhænger en del af, hvor man havner. Nogle steder vil man tage udgangspunkt i screeninger med AQ (se f.eks. <https://psyk-ressource.dk/resource/autism-quotient-aq/>) og EQ og interviewe patienten med udgangspunkt i resultaterne herfra.

Andre professionelle vil arbejde med at indsamle en grundigere livshistorie (anamnese) og f.eks. teste med ADOS-materialet, hvor man gennemfører forskellige opgaver (f.eks. beskrivelse af billeder og ledsagende fortælling af indholdet i tegnede historier, som ikke indeholder ord og svarer på spørgsmål om, hvordan man lever sit daglige liv, oplever sin omverden og sig selv m.m.) Afhængig af, hvem der udfører undersøgelsen, og hvad man selv har brug for, vil man også få en tilbagemelding – ofte i mere eller mindre omfattende skriftlig form.

Herudover vil man – igen afhængig af, hvor man befinder sig – få mulighed for at stille spørgsmål; få vejledning og sparring i f.t. ens nye selvforståelse, ens handlemuligheder etc.; Du får måske mulighed for at invitere din partner med til en samtale, hvor den professionelle kan hjælpe med at formidle forståelse af situationen til partneren, svare på spørgsmål, og så fremdeles.

#### ANBEFALET LITTERATUR

Tony Attwood:  
*"Aspergers Syndrom"*

Philip Wylie:  
*"Very Late Diagnosis of Asperger Syndrome"*





# Sendiagnostiseret

Personlige fortællinger om at  
få en autismediagnose som  
voksen

Vi har spurgt en række mennesker om deres oplevelser og erfaringer med at få en autismediagnose sent i livet. Her er deres beretninger.

### BAGGRUND

Björg, er født 1990, og fik i 2014 diagnosen ængstelig easiv personlighedsforstyrrelse og var i ambulat behandling fra 2014-2019. En udredning i 2020 viser, at hun har atypisk autisme og aldrig har haft en personlighedsforstyrrelse.

### B FOR BJÖRG

### B FOR BURDE

### B FOR BULIMIA NERVOSA

På skadestuen ser I min zebrastribede arm, siger: det har du vidst prøvet før, Björg.

Omsorgsfuldt og roligt klipper I sårene sammen. 'Så stapler vi' siger lægen.

Tandlægen ser mine ødelagte tænder, mavesyren har for længst ætset emaljen væk, 15 års spiseforstyrrelse har gjort uoprettelig skade.

Den nye psykolog ser mit tomme blik, lytter til min spæde stemme, forsøger at vise mig nuancerne mellem sort og hvid, hjælper med at finde sprækker af lys i depressionens mørke.

### CAMOUFLAGE

### CAMOUFLERE

### CAMOUFLERET F84.1 ATYPISK AUTISME

På sengeafsnittet ser sygeplejersken mig gå rundt med 1000 brikker og en plade af træ; endnu et puslespil. Jeg forsøger at være social, forsøger at ligne de andre patienter, forsøger at sige hej, undlader at fortælle nogen, at jeg ikke forstår at være social, at jeg instinktivt ikke er som dem, jeg vil ikke vise hvor dum jeg er, camouflerer mit handicap så godt jeg kan, fortæl-

ler ikke, at jeg ikke mærker glæden på samme måde som dem. Undlader at fortælle, hvor meget energi det koster at spille 500 med en anden patient, undlader at afsløre, at jeg på én gang tænker på den anden patient, på dennes tanker, på kontaktpersonen og dennes tanker, på lydene fra fjernsynet, Lykkehullets tik-tik-tik og hvorfor de andre patienter mon ser Lykkehullet på Charlie. Hvorfor har TV2 genoplivet et så gammelt program, hvor den eneste lykke man kan vinde er den materielle? Jeg tænker på Lones to vokaler og 500kr til et strygejern fra Bosch, på ruder tre, fire, klør, spar, og brødkrummerne på bordet, personalet lunede hveder i aftes, på lugten af cigaretter der siver ind gennem dørsprækken. Nøglekort og mobil rasler, T løber til alarm på S09, kaffen er sort og den psykotiske mand fra stue 16 fastholder at der er gift i kaffen fra kaffevognen. Tankerne farer videre til den stakkels, forvirrede solsort i patienternes gårdhave, den er fri til at flyve over de otte meter høje mure, væk, forsvinde fra det, den ikke kan lide, i modsætning til os patienter, der ikke har en jordisk chance mod murene eller for at slippe ubemærket igennem dobbelt sluse-døren. Og jeg tænker på mig selv og på hvordan man reagerer, hvis man ender med at vinde i 500.

### DIAGNOSE

### DIAGNOSTICERING F.60.6, DX78, DF50.2, DF33.4 DØD

Hospitalspræsten sidder så roligt i sin stol: "Du stiller spændende spørgsmål, Björg". Men jeg tænker, at jeg allerede har spurgt om for meget, forlangt for meget af livet. Jeg skammer mig over at stille

”

Jeg BURDE BURDE BURDE spise efter kostrådene, dyrke motion, klæde mig pænt på, færdiggøre uddannelse, finde mand, få børn, spare op til pension. Allerhelst det hele på én gang og inden jeg bliver tredive.

så store spørgsmål. Måske handler det om, at jeg ikke føler, at jeg kan finde ud af livet? En konstant følelse af at være anderledes og forkert. Udenfor. Mislykket. Stum, uden sprog for følelser, uden sans for mennesker... "Du opfører dig som et spædbarn, der skal vænnes fra" sagde en læge en gang. Livet giver modstand og sådan er det, proklamerede hun og udskrev mig. Jeg kan huske årstal, datoer, numre, navne, men ikke finde ud af at fastholde et venskab eller deltage i en fødselsdag. Jeg BURDE BURDE BURDE spise efter kostrådene, dyrke motion, klæde mig pænt på, færdiggøre uddannelse, finde mand, få børn, spare op til pension. Allerhelst det hele på én gang og inden jeg bliver tredive. Om tre måneder. Jeg burde danse en anden dans.

### EFTERABER

### EFTERLIGNER

### EFTERRATIONALISERING

I folkeskolen var jeg stille-pige-med-baby-stemme-björg. Du skal sige noget mere, Björg, du taler som en baby, Björg, hvorfor ser du så stram ud i ansigtet, Björg, gå hjem til dig selv, Björg. Jeg er barn af 90'erne og i skolen blev vilde drenge placeret i armslængde fra lærerens kateder og de stille piger en my fra ende-

væggen; så tæt at jeg fra mandag til fredag stort set gik i ét med tapetet. I frikvartererne gemte jeg mig på skolebiblioteket sammen med opslagsværket Hajer & Rokker. Altid den samme bog, den samme stol, de samme billeder. Igen og igen. *Carcharodon carcharias*, *Isurus oxyrinchus manta birostris*. Jeg

”

Jeg havde ikke ord til at forklare, cyklede grædende hjem hver mandag 14.35 i halvandet år, sendte alt for mange mails til psykologerne, der svarede, at jeg skulle sige det højt i gruppen i stedet for at maile til dem.

løb i en atletikklub, gik i Team Danmark klasse i gymnaset, var på træningslejre, til nordisk mesterskab i cross, besteg Mont Blanc med min far en augustnat i 2009. Begyndte på Ingeniørhøjskolen, skiftede til Biologi på uni... droppede ud. Jo mere jeg forsøgte, des værre blev det. Depression, spiseforstyrrelse, selvskade. Følelsen af at være forkert og dum voksede og alle sociale sammenhænge følte farlige, tanker styrtede afsted, og stenen i brystkassen tog på.

Jeg blev bange, meldte afbud i sidste øjeblik. Tankerne om, hvad andre tænkte om mig fyldte alt. Hvad skulle jeg sige? Sagde jeg noget forkert? Hvad betød ordene, blikkene, det usagte mellem linjerne?

I 2013 blev jeg patient i psykiatrien og i 2014 fik jeg diagnosen ængstelig evasiv personlighedsforstyrrelse; pt har svære relationelle og emotionelle vanskeligheder. Du skal arbejde mere for at skabe forandring i dit

liv Björg, du skal holde op med at misforstå situationer, du skal slippe den ambivalens i forhold til, om du vil skabe forandring i dit liv, Björg. Jeg forblev ambivalent, men mødte stabilt til samtalerne og gruppeterapi. Jeg havde ikke ord til at forklare, cyklede grædende hjem hver mandag 14.35 i halvandet år, sendte alt for mange mails til psykologerne, der svarede, at jeg skulle sige det højt i gruppen i stedet for at skabe kontakt igennem mailkorrespondancer. Jeg passede mit arbejde som ufaglært i en it-virksomhed, besøgte min eneste veninde én gang hvert halve år, fejrede nytår alene, og brugte resten af tiden på at gemme mig i min lejlighed.

I starten af 2017 blev jeg opmærksom på autisme og kunne for første gang genkende mig selv. Det samme kunne mine forældre og kolleger. DR1 viste en dokumentarserie om autisme. Autismen. Det var det ord jeg, familie og kolleger havde manglet. Da jeg fortalte psykologerne om mine tanker om autisme og den begyndende tvivl på, om personlighedsforstyrrelse var den rigtige diagnose, afviste de uden videre mine tanker og noterede blot at: pt er optaget af, om hun har en mulig udviklingsforstyrrelse, hvilket vi ikke finder grundlag for herfra.

Behandlingen fortsatte, forløbet blev afsluttet, jeg profiterede ikke tilstrækkeligt. Senere et nyt forsøg i ambulant behandling, samme resultat, og jeg modtog nu besked om, at der ikke var mere de kunne gøre ud over at henvise mig til kommunen med en ansøgning om bostøtte i eget hjem.

Fire måneder senere blev jeg indlagt med depression. Efter flere indlæggelser, blev en ny læge og psykolog tilknyttet, og de begyndte en ud-

”

Camoufleringen gjorde depression, spiseforstyrrelse og selvskade tydelig, men skjulte autismen. Hvordan skulle de opdage det? Og hvordan skulle jeg selv sige det, når jeg ingen ord har?

redning for autisme; en måned før min 30-års fødselsdag i 2020 fik jeg diagnosen atypisk autisme og besked om, at jeg aldrig har haft en personlighedsforstyrrelse. Kommunen tilbød mig en plads på et bosted i nærheden af min arbejdsplads.

#### **FRI FRIHED FREMTID**

Jeg er så ked af min opførsel, min ambivalens under hele forløbet. Jeg skammer mig over, at jeg har været patient i så mange år, alle de penge regionen har brugt, uden resultat. Udredningen for autisme viste, at jeg ikke er alderssvarende, at jeg har ganske svært ved at kommunikere følelser m.m. og at jeg i høj grad har camoufleret mit handicap. Camoufleringen gjorde depression, spiseforstyrrelse og selvskade tydelig, men skjulte autismen. Hvordan skulle de opdage det og hvordan skulle jeg selv sige det, når jeg ingen ord har?

Under hele forløbet passede behandlingen til personlighedsforstyrrelse, som var den diagnose, der blev stillet i 2014. Jeg bebrejder ikke nogen, jeg ønsker kun, at der på en eller anden måde sker en ændring, at der kommer en oplysningstid om, at voksne kvinder også kan have autisme.

**KH BJÖRG**

**BAGGRUND**

Jeg hedder Søren, er 56 år gammel og fik en sen autismediagnose i 1998, da jeg var 35 år gammel.

Jeg får tiden til at gå med at læse, skrive, se film, lytte til musik, gå ture og gå i genbrugsbutikker.

Jeg arbejder frivilligt i genbrug, hvor jeg er ansvarlig for musik og film. Jeg foretager mig de ting, jeg kan lide at lave.

At have fået min autismediagnose har været en lettelse, da jeg har fået en forklaring på, hvorfor jeg har døjet sådan i voksenlivet. Nu

har jeg en legitim undskyldning for ikke at deltage i sammenkomster, der stresser mig. Men samtidig kan bevidstheden om mit handicap godt virke som en hæmsko, for er jeg sammen med to eller flere normalt fungerende, bliver jeg bevidst om mit handicap og går i baglås.

Det var en lang og snoet vej, der førte til min diagnose. En vej med skuffelser, nederlag, og sammenbrud. Men også små sejre. Før 1997 havde jeg aldrig hørt om Aspergers Syndrom, så tanken om autisme havde ikke strejft mig. Men da jeg så filmen "Rain Man" i 1989, kunne jeg relatere til hovedpersonen på flere punkter. Dog følte jeg

ikke, jeg var så hårdt ramt som han. Min autismediagnose er til at leve med. Der er jo også folk, der ikke er autister, der kan have f.eks. social fobi. Jeg kender mine begrænsninger bedre og ved instinktivt, at jeg bedst kan omgås nørdere og særlinge. Min opvækst har været rig på oplevelser, og jeg havde en lykkelig barndom, som jeg har beskrevet i min bog, "Det tabte paradiset".

Hvis jeg havde fået min autismediagnose tidligere, kunne jeg have undgået megen lidelse. Men Aspergers blev jo først anerkendt af WHO i 1994, så jeg var alligevel en af de tidlige.

**BAGGRUND**

Helle Jørgensbye er diagnosticeret med autisme+, har en phd og er mor til 4 børn.

**Hvad nu hvis...**

Tænk engang hvis tyskerne havde vundet Anden Verdenskrig? Det gjorde de som bekendt ikke, men genren, hvor man forestiller sig, hvad der ville være sket, hvis historien var faldet anderledes ud, kaldes kontrafaktisk historieskrivning. Det er en øvelse som mange sent diagnosticerede autister har prøvet. Hvad nu hvis: - jeg var blevet opdaget som barn, - jeg havde fået hjælp til en uddannelse, - jeg faktisk havde fået mulighed og redskaber til faktisk at klare mit arbejde?

Mange af os har rigtig mange nederlag med i bagagen, ikke mindst fordi vi ikke vidste, hvordan vi skulle takle livet. Rodløsheden, søgen efter en forklaring på anderledesheden, på hvorfor så mange ting

mislykkedes. Og ikke mindst hvorfor det er så svært at komme gennem livet, når alle andre får det til at se så let ud?

Det er ikke ualmindeligt at få diagnosen ved livets store skilleveje. Flytte hjemmefra, få arbejde eller få børn, med andre ord når forventningen om, at man skal være "voksen" for alvor banker på. Desværre er der alt for mange, der får et helt stort sammenbrud, et autistisk burnout. Det kan beskrives som fysisk og mental træthed samtidig med et alvorligt stressnedbrud ofte med en depression oveni. Nogen overvinde det aldrig og må leve med nedsat hukommelse og koncentrationssevne samt kronisk træthed. Nogle af os slipper afsted med mindre.

Velmenende mennesker forklarer mig nogle gange, at det da er meget bedre at undgå en diagnose for så får man jo et "STEMPEL". Og så forestiller jeg mig det dér stempel lige midt i panden. Måske står der

"kasseret" eller "defekt", men sådan er det jo slet ikke i virkeligheden. For i den virkelighed, inden i mig (og mange andre jeg har snakket med), så følte vi os allerede forkerte, anderledes og defekte. Det var først med diagnosen, at man kunne få en forklaring på alle disse hvorfor'er. Uden redskaber til at klare livet famler man i blinde. Jeg har brugt årevis, ja faktisk det meste af mit liv på at spekulere på, hvad jeg gjorde galt, rettet lidt på det ene eller andet karaktertræk og lige lidt hjalp det. For det gik jo alligevel altid galt eller rettere sagt, folk blev gale på mig og jeg har aldrig forstået hvorfor. Der var så heller ikke nogen der ville fortælle mig det, og så var det jo lidt svært!

Derfor fantaserer vi nogle gange om, hvordan det kunne have været. Ville det have været lettere at være sammen med folk hvis jeg havde kendt mine egne begrænsninger? Ville jeg have undgået at blive udnyttet så meget, hvis jeg havde lært

at beskytte min naivitet? Hvad nu hvis man bare havde fået at vide, at man er anderledes – og det er helt OK? Hvad nu hvis man havde fået at vide, at vi kommunikerer anderledes end de neurotypiske, og at det ikke skal rettes eller er forkert?

Sandheden er jo, at jeg ikke ved det. Men det er blandt andet de spørgsmål, der driver mange af os til at skrive, tale og oplyse om autisme. Den næste generation skal have bedre vilkår og bedre mulighed for at lære sig selv og sine grænser at

kende. De skal have bedre mulighed for at beskytte sig selv, og at få et større selvværd. Og ikke mindst skal den næste generation af forældre have flere redskaber til at hjælpe deres børn.

## Vores kursister evaluerer og fortæller om deres udbytte af vores kurser

“Trods det, at jeg har meget erfaring, fik jeg en masse nye ideer med mig fra kurset – fedt at blive forstyrret i sin tænkning”.  
*Fagprofessionel om ‘Metodekursus’, nov. 2020*

“Et fint kursus, godt indhold, dejligt at være i selskab med ligesindede forældre og en underviser, der kender alle afkroge af autismen.  
Fint at høre om unge, som Dorthe Hölck har hjulpet til at komme i gang med uddannelse”.  
*Forælder Lotte Kohl, om kurset ‘Fra grundskole til ungdomsuddannelse’*

Dorthe Hölck, cand.scient.soc

Dorthe Hölck er underviser på de fleste af vores kurser for forældre/pårørende eller fagfolk.

Dorthe har eget konsulentfirma, hvor hun rådgiver børn, unge og voksne om autisme – individuelt eller for hele familien. Hun holder kurser over hele landet for større og mindre grupper og giver også faglig vejledning til medarbejdere i forskellige autismitilbud.

Dorthe fortæller: “På den måde kan jeg tage viden og erfaring med fra begge verdener – den tætte rådgivning kombineret med det som rører sig blandt forældre/pårørende til børn og unge med autisme. Det gør, at jeg bliver en mere alsidig og kompetent underviser og rådgiver. Læs mere [www.gobetween.dk](http://www.gobetween.dk)







## Det sker i Landsforeningen Autisme i 2021

Landsforeningen Autisme har fået ny formand og ny hovedbestyrelse. Det betyder, at det kommende år byder på ændringer og en masse nye initiativer.

Hovedbestyrelsen har vedtaget en arbejdsplan, der lægger rammerne for det politiske og organisatoriske arbejde i foreningen i 2021. Den kan læses i sin fulde længde på hjemmesiden: [www.autismeforening.dk/om-os/hovedbestyrelses-arbejde/](http://www.autismeforening.dk/om-os/hovedbestyrelses-arbejde/)

### Uddrag fra arbejdsplanen

I det kommende år skal medlemmer af Landsforeningen Autisme være foreningens største fokusområde. Landsforeningen Autisme skal udvikle sig til en inddragende, gennemsigtig og demokratisk medlemsorganisation, der inkluderer autister, pårørende og fagpersoner. Derfor vil der i år være en række åbne arbejdsgrupper, som alle medlemmer af Landsforeningen Autisme kan være en del af.

### Gruppernes arbejde

- En inklusionskampagne, som mange kredse forhåbentligt får lyst til at gøre en aktiv indsats i.
- Udvikling af en frivilligstrategi for Landsforeningen Autisme, som skal forbedre forholdene for frivillige med og uden autisme, og som skal give flere lyst til at være frivillige i Landsforeningen Autisme.
- Forbedring af hjemmesiden og have både autistiske og fagprofessionelle øjne på, hvordan Lands-

foreningen Autisme formidler om autisme.

- Et bisidderudvalg, der skal sikre bedre sparring mellem de frivillige bisiddere.

Grupperne skal lave praktisk arbejde, politikudvikle og fungere som sparringspartnere for både formand og hovedbestyrelsen. Det er dog forsat hovedbestyrelsen, der træffer de politiske beslutninger og formanden, der i det daglige tegner foreningen udadtil.

### Regions- og kommunalvalg

Til efteråret skal der være regions- og kommunalvalg, og her skal Landsforeningen Autisme og alle kredse være klædt godt på til at få indflydelse hos de lokale politikere.

### Bedre modtagelse af nye medlemmer

Der vil i løbet af året være en indsats for at nye medlemmer af Landsforeningen Autisme bliver taget godt imod. Der skal udvikles en startpakke, der inkluderer en pjece om børn, der lige har fået en autisme diagnose og en om voksne ditto.

### Autismebladet

Autismebladet skal være for medlemmerne. I 2021 kommer der 8 blade i alt, hvor 4 skal være med let tilgængeligt indhold, tips og trick samt fortællinger fra medlemmerne, mens 4 skal være med forskningsartikler og mere teoretisk indhold. Samtidig vil alle ud-

givelser af Autismebladet indeholde 2-4 sider, med artikler, debat og rapportager om eller af medlemmerne og med input fra kredsene.

### Den Sociale Retshjælp

Landsforeningen Autisme skal i 2021 fortsætte samarbejdet med Den Sociale Retshjælp om at søge penge til at oprette en retshjælps-enhed. Enheden vil starte efter sommerferien, såfremt pengene er i hus. Formålet er at yde juridisk rådgivning og socialrådgiverrådgivning til Landsforeningen Autismes medlemmer på fuld tid. Både via telefon-rådgivning og chat. Det skal være muligt både at få rådgivning og egentligt sagsbehandling. Endvidere skal enheden uddanne og løbende sparre med Landsforeningen Autismes frivillige bisiddere.

### Mere fokus på kredsens arbejde

Det centrale arbejde i Landsforeningen Autisme udføres af kredsene. Derfor skal kredsens arbejde understøttes bedre. Formanden vil komme på besøg i alle kredse og der skal udsendes et åbent tilbud om 1-4 formandsbesøg fra sekretariatet. Kredsformandsmøderne fortsættes som sparringsmøder den sidste mandag i måneden.

### Øvrige fokusområder

Herudover skal der i løbet af 2021 være politisk fokus på Barnets Lov, Førtidspension, fleksjob og bosteder.

# Portræt af Lars Rasmussen



**Skrevet af Fie Hviid Olsen  
og Gitte Velling**

“Du bad om sandheden. Du kan pakke dine ting og skride, eller du kan gøre noget ved det og så kan du få lov til at blive.” Sådan sagde Lars Rasmussens kæreste Jeanette. “Det var et ultimatum”, fortæller han. Det var det ultimatum, der gør at Lars Rasmussen i dag har

en autismediagnose og et liv uden konstante vredesudbrud.

Lars Rasmussen er tidligere herrelandsholdsspiller i håndbold. I dag er han håndboldtræner. I skolen var han et problembarn. Og han har altid været autist. Diagnosen var

han en voksen mand, før han fik. En hurtig google søgning afslører at Lars Rasmussen er kendt fra sportsverdenen som en temperamentsfuld herre. Hans navn associeres med “Går amok”, “Råber af pigerne” og “WHAT THE FUCK IS GOING ON”, før klub-navnene kom-

mer frem. Det er temperamentet og vreden, der får Lars' kæreste Jeanette til at kræve at Lars blev udredt for autisme.

“Lige pludselig begynder det i 2015 sådan rigtigt. Jeg har altid været det, men ikke på den måde. Det gik satme den gale vej – eskalerede. En dag i starten af august måned i 2015, hvor det også eskalerer siger jeg til Jeanette, det kan være hun kom til at vise mig en forkert vej, min faste vej, jeg skulle køre – min faste vej jeg altid har kørt. Så siger hun, du kan køre den vej, og så flipper jeg ud og bliver ked af det 2 min. efter. Vi snakker ikke flippe ud som at sige for helvede. Vi taler total gå amok. Så siger jeg til mig selv: Det her er ikke mig. Det her er ikke normalt. Det kan ikke passe, et menneske skal have lov til at sku være sådan. Der må være noget galt med mig siden jeg reagerer så aggressivt.” fortæller Lars.

Jeanette er mor til en dreng med autisme, og hun kan derfor genkende de autistiske træk hos Lars. “Du er det største eksempel jeg nogensinde har set af en autist” siger hun til ham, da Lars efter episoden i bilen spørger hende i frustration: “Hvad er der galt med mig?”. Hun genkender Lars' ekstreme behov for struktur. Hans frustration og vrede, når planer ændres. Hans fænomenele strategiske overblik. Og hans nedsmeltninger, når beslutninger eller ting der skal gøres ikke giver mening for ham. Hun ser direkte igennem ham, og gennemskuer ham og hans anderledeshed.

### **Du har altid været mærkelig**

Lars søger hjælp hos det offentlige

og gerne vil udredes og have hjælp til at håndtere sin vrede, men bliver mødt med afvisning. Det er ikke bare sådan lige, at få lov at blive udredt for autisme. Det gør ikke vreden bedre hos Lars.

“Nu prøver jeg at omformulere det igen. Hvis du synes Hitler var slem, kan jeg garantere dig for, du kan gange det med 100, hvad vores land kommer til at opleve, hvis ikke der sker noget her, for jeg kan ikke fungere,” sagde Lars til den kommunale sagsbehandler inden han smækker på. Herefter fik han sin udredning hos en privatpraktiserende psykiater.

Da Lars går ud fra psykiaterens kontor med sin autisme og sin ADHD diagnose i hånden ringer han til sin far. Han havde et helt ligefremt spørgsmål: Far, vil folk nu synes jeg er mærkelig?

Heldigvis kom svaret prompte: “Nej, det tror jeg ikke Lars, for du har altid været mærkelig. Du er ikke mere mærkelig, du er stadigvæk dig selv,” sagde hans far.

“Og så tænkte jeg, ja det er jeg. Og så gik jeg lidt tilbage og sagde: hvad har jeg egentlig opnået i min karriere. Selvom jeg har levet med det her uvist. Jeg har været en pestilens i perioder for familie, venner og kærester, holdkammerater og omgivelser. Ikke hele tiden. Jeg har gud hjælpe mig været højre hånd for mine venner og bakket dem op. Så har jeg jo stadigvæk spillet på samtlige landshold i håndbold og blevet udtaget for tidligt til det, fordi jeg var dygtig. Jeg har stadig kunne fungere på et team, fordi jeg har været bevidst om, at det skal

”

Min håndbold har jo ubevidst reddet mig. Jeg har fået så mange aggressioner, irritationer og power ud igennem mine kampe og træning

man altså kunne, hvis jeg vil være med her. Jeg var med i 90erne og 00erne og har vundet EM guld. Jeg har spillet i Tyskland i Bundesligalen og haft den højeste scoringsprocent på straffe. Jeg er blevet kåret til bedste spiller hjemme i Danmark og har været topscorer i den danske liga. Jeg har været til OL. Og jeg blev træner. Jeg sagde til mig selv: Lars, det du sidder og nævner, for dig selv, er jo vanvittigt, hvad der er opnået groft sagt. Skal vi ikke tage at gøre din autisme og i stedet for at gøre det til din fjende, så gøre den til din bedste ven. Og det sagde jeg til mig selv: Min autisme og mig skal blive bedste venner. Og autisme har gjort, hvor jeg er i dag. Det er bundærligt.” fortæller Lars.

### **Reddet af håndbolden**

Når Lars Rasmussen tænker tilbage på tiden, før han vidste han havde autisme, er der ingen tvivl om at håndbolden har hjulpet ham:

“Min håndbold har jo ubevidst reddet mig. Jeg har fået så mange aggressioner, irritationer og power ud igennem mine kampe og træning. Som har gjort jeg har brændt meget ud der.” siger han.

“Som barn var jeg ham der er også hele tiden oppe at køre. Men jeg overvandt meget qua mine hånd-

bold kvaliteter både som barn og ung voksen. Der lukkede jeg munden på folk. Jeg lod min fysik, lad mine redskaber tale for sig selv. Jeg er bare reddet af, at jeg har været dygtig til en sport. Det har lært mig at reagere og være sammen med andre mennesker på en anden måde. Jeg lærte fra barns ben at sige OK – jeg kan godt, se jeg lige skal holde kæft nu. Nu skal jeg bare blande mig udenom eller, så ryger jeg ud.” siger han.

Selvom Lars havde håndbolden som barn var hans hverdag ikke uden udfordringer. Han føler at skolen stemplede ham som et problembarn.

“Da jeg gik i 2. klasse mistede min plads. Jeg var 8 år. De kunne ikke stoppe mig. Jeg smadrede lokalet. Jeg kastede rundt med stole og borde. De måtte jo ringe til mine forældre. De spurgte, hvad skete der Lars, hvorfor blev du så vred. Det er

”

Autisme blev ikke nævnt i 80'erne. Det fandtes nærmest ikke, da jeg var barn. Der var jeg jo bare et problembarn.

fordi jeg har fået af vide, jeg skulle sidde her, og så vil jeg gerne sidde her, og så vil jeg ikke bare have lavet det om. Så vil jeg gerne have det at vide i god tid, hvis jeg skal skifte. Havde det været i dag, var der forhåbentligt en, der havde ringet en klokke og så sagt okay, det ku godt være, vi lige skulle have undersøgt lidt, hvad der er med det barn.” si-

ger Lars og forsætter:  
“Autisme blev ikke nævnt i 80'erne. Det fandtes nærmest ikke da jeg var barn. Der var jeg jo bare et problembarn.”

Autisme diagnosen var en lettelse og gav anledning til refleksion. Særligt hos Lars' mor.

“Det hele det gav bare mening. Min mor blev vred på systemet, over at vi ikke fik hjælp dengang. Hvis der dog bare var een, der havde sagt dengang: nu skal du høre, der er noget, der hedder autisme og det er helt almindeligt. Men det var der ikke. Det var jo bare problembarnet eller temperament barnet. Han er god til sport og det er det eneste han gider. Han gider ikke skolen. Det har været hårdt for min mor, så det tog meget på hende, da jeg fik diagnosen. Hun ved om nogen, hvad det er jeg er gået igennem, og hvordan jeg har grædt og gået amok og været ked af det som barn og ung. Det har jo bare været et råb om lyt nu til mig og forstå mig. Vi snakker stadig om det i dag, hvor hun siger: hvis bare der var nogen, der havde sagt det til os, så havde vi været så mange problemer mindre. Bare een der havde sagt det til os.”

### **Den røde håndboldspiller**

Lars Rasmussens autismediagnose har fået ham til at reflektere en del over sin professionelle sportskarriere. Han har gennem sit håndboldliv lært strategier, der har hjulpet ham. Og også mærket autismen som en gennemgribende del af sin udviklings som sportsmand.

“I håndbold er der jo taktik og oplæg, træning, teambuilding, samarbejdsøvelser og alt det der. Det har lært mig meget. Jeg har tænkt

rigtig meget tilbage på, når jeg har været i nogle konflikter i min karriere, hvorfor er de konflikter skete. 8 ud af 10 konflikter er opstået, fordi nogen brød ud af vores aftale. Jeg flejnedede helt ud. I sportens verden har man sådan nogle test med farver. Er du grøn, er du den lidt rolige, lidt sociale. Er du blå, er du kreativ, glad og skaber hygge. Er du grå, så er det bare aftalen. Der er aftalt, vi spiller det og det. Det spiller vi, og det bliver ikke ændret. Bliver der ændret på det, så går man helt rundt på gulvet. Jeg er bare rimelig meget grå. Er du rød, så er du den der fighter og går forrest, men i modgang går det galt. Der er du ikke så god for teamet altid.

Autismen er grunden til, jeg kom over i rød – over i temperamentet, fordi at de idioter bryder ud af vores aftaler, og det kan jeg ikke forstå, man gør. Jeg kan ikke forstå, det kan være så svært. Mine konflikter, er kommet grundet ubevist autisme, og de er kommet af ustrukturerede holdkammerater, eller bare kammerater ud fra vi skulle nogle ting. Og så er jeg gået amok. Og jeg er ikke gået amok for at være smart. Jeg er gået amok, fordi det har ødelagt hele min forberedelse. Og det er helt tilbage fra 90'erne som ung, hvor jeg jo var 18, 19, 20 og i 00'erne – karrieren. Men også som træner har det givet kæmpe udfordringer. Når jeg sidder og ser 200 videoklip op til en kamp. De 200 videoklip skal blive til 12 videoklip. Og det er det eneste, jeg forlanger de idioter, de husker. Jeg husker 200 i mit hoved. Og jeg er dygtig til taktik. Det er jo klart - det er bare video. Jeg kigger videoer, kigger linjer på banen, hvor satte han sin fod modstanderen, så gør du sådan. Og når de så ikke

”

Da jeg fandt ud af, at jeg havde autisme, valgte jeg, at autismen skulle være min bedste ven

kan huske det, bliver jeg tosset. Og jeg lover dig, hvis ikke jeg var blevet udredt i min trænerkarriere, så havde jeg mistet min trænerkarriere. Jeg havde ikke kunne håndtere og styre det. Og ikke fordi jeg er en idiot, men jeg havde jo ikke vidst, hvad der var i vejen så. Jeg har jo ikke vidst det. Så jeg er jo bare gået amok. Når jeg har kunne huske 200 videoklip, hvor de bare har siddet og kigget på mig: Hvordan kan du huske numrene fra 1-200, og sige her spiller de det. Det ved jeg ikke, men det er også underordnet. Jeg beder bare jer om at huske 12 klip og så kigge på dem. Og det har været en større udfordring og kæmpe trussel mod min karriere, end det har været gavnligt, da jeg ikke vidste det. Qua min power, min fight, min intelligens som menneske til at vide du kan ikke gøre det der Lars. Du bliver nødt til at lade være – uden jeg vidste hvorfor. Det var den største frustration.

Hvis I vidste hvor mange gange, jeg har spurgt: hvad fanden fejler jeg? Hvorfor går jeg amok over det der. Så siger folk, det ved vi ikke. Du har bare temperament. Okay. Lige præcis hvis jeg havde vidst det for 10-15 år siden. Så kunne det være jeg havde spillet i en af de største klubber i verdenen.

Jeg havde med garanti undgået nogle af de rigtig hårde konflikter, jeg har haft. “

### Bedste ven med autismen

I dag tager Lars Rasmussen rundt og holder foredrag. Han bruger sine egne refleksioner, og det han har lært siden han fik sin autisme-diagnose til at hjælpe andre. Trænere, lærere og folk i al almindelighed har gerne villet hjælpe Lars, men da ingen forstod ham følte den hjælp han fik altid forkert.

“Folk har sagt til mig, du er en voksen mand, du bliver nødt til at styre dit temperament. Fuck dig. Tror du ikke godt, jeg vil det. Tror du ikke, jeg ville styre mit temperament, hvis jeg kunne? Tror du det er for sjov, jeg vil smadre dig. De gir mig lige det svar, der gør mig gal. Du har jo temperament, Lars. Så må du altså lære at tælle til 10. Sig ordet til mig Tæl til 10 een gang til. Det fik jeg også af vide i 2. klasse og 3. klasse og i 4. klasse. Kunne det være, at der var noget andet, der skulle til end at tælle til 10? Det glemmer jeg aldrig, og når jeg ligger og dør i forhåbentlig i en hospitalsseng, når jeg er 93 år gammel. Jeg lover dig for, at noget af det sidste, jeg vil tænke på, det er Tæl til 10 Lars.

Når folk siger tæl til 10. Hvor folk ikke vidste det her, og jeg ikke selv vidste det, så kan jeg love jer for, I ville være lige så trætte af at få af vide Tæl til 10. Netop derfor, det jeg har gjort noget ved det her fordi, at Tæl til 10 hjælper ikke, når jeg har en diagnose som autisme, for helvede. Der skal mere til.” Siger Lars. “Da jeg fandt ud af, at jeg havde autisme. Så valgte jeg at sige: autisme du skal være min bedste ven, kære ven. Så åbnede jeg op for mig selv. Jeg erkendte, og jeg erkendte overfor min familie, mine venner, pårørende, bekendtskaber. Fordi jeg var sikker på, hvis jeg gør det, så får jeg mere respekt, de forstår mig bedre, og vi kan samarbejde bedre. Og det gjorde jeg i 2015 både overfor min direktør, min sportschef i klubben og mine spillere, og de havde jo bare respekt for det. Og det er det bedste træk jeg har lavet. Det var, at jeg erkendte. Det gav så meget respekt om mig som menneske for hele omverdenen og så selvfølgelig, da jeg meldte det rigtigt ud officielt. Kun respekt. “



# Diagnosticeret som voksen

De voksne og sendiagnosticerede autisters helt eget "teenageoprør"

## Vi, der er sendiagnosticeret, ønsker os:

- Gratis webinarer - evt. flere moduler - om at være "ny med diagnose"
- En velkomstpakke med basis-info om at være sendiagnosticeret og henvisninger til relevant hjælp og støtte
- At SIKON-konferencen i endnu højere grad gøres autismevenlig og bruger autister som eksperter
- At blive tilgodeset med nedsatte priser ved konferencer, kurser m.m.
- Fast spalteplads i Autismebladet med vores vinkel på nummerets tema
- At blive støttet i og særligt opfordret til at lade os indvælge i Landsforeningens og kredsenes styrende organer
- At blive medtænkt som rollemødeler for unge autister
- At blive medtænkt som rådgivere og ressourcepersoner i form af fx et advisory board
- At intet vigtigt sker, uden at vi autister selv bliver spurgt og hørt: #nothingaboutuswithoutus

*Lise Lotz aka Angry Canary*

**Skrevet af  
Lise Lotz aka Angry Canary  
En del af Styregruppen i  
NAUK København**

”I har jo Aspergerforeningen!”, ”I er da 110% velkomne i Landsforeningen!” eller ”Kan I ikke bare sige, hvilke tilbud I savner?” Den slags er almindelige svar, når vi, der er sendiagnosticerede, problematiserer, at vi føler os oversete eller underkendte i Landsforeningen Autisme.

Der er gode historiske grunde til, at Landsforeningen hidtil har været en forening med fokus på at hjælpe forældre, der har brug for hjælp af forskellig slags i deres belastede liv med et eller flere autistiske børn. Den indsats er der stadig rigeligt god grund til at fortsætte. Det er stadig ofte en hård kamp ude i de små hjem at få kommunerne til at yde den hjælp, man har brug for og ret til som forældre.

Men noget har ændret sig, og den ændring bør afspejle sig tydeligere i Landsforeningen Autisme – og måske i forældregruppens syn på voksne og sendiagnosticerede autister. Vi er flere og flere voksne autister med vores helt eget liv, vores helt egne erfaringer og vores helt egne holdninger til, hvordan vi gerne vil støttes og hjælpes. Alle autister har selvfølgelig været autister fra fødslen, og nogle har haft deres diagnose fra de var børn og er bare blevet ældre; Andre af os har fået diagnosen som voksne efter et liv uden at vide, hvor vores vanskeligheder kom fra. Voksne autister af de to slags har naturligvis ikke de samme ønsker og forventninger, men fælles for os er, at vi er for gamle og erfarne til at være tilfredse med at blive behandlet som ”børnene” i en Landsforening, hvor det i høj grad er forældrenes synsvinkler og behov, der er i fokus. Det er rent

ud sagt ubærligt at opleve at blive behandlet som et barn, når man har levet et selvstændigt voksenliv i årtier.

Men det er som om der er en slags teenageoprør i gang. Den slags er jo ikke altid kønt, men det er alligevel en del af en nødvendig selvstændiggørelsesproces. Vi, der er sendiagnosticerede, vil behandles som voksne, tages med på råd, respekteres og tilbydes relevant hjælp og støtte på lige fod med de ”voksne”, forældrene. Forældrene virker dog ofte så optagede af at være deres egne børns nødvendige hjælpere og advokater, at de ikke kan se eller forstå eller måske bare glemmer at tro på, at voksne autister faktisk KAN være selvstændige, KAN have helt valide egne krav til, hvordan verden skal indrettes, for at vi kan trives i den, KAN acceptere, at vi er socialt klodsede og alligevel stå ved, at vi er præcis som vi skal være. Vi kan selv og vi vil selv – sammen med jer i Landsforeningen.

**Hvordan gør vi vores teenageoprør, vores frigørelsesproces, til et fælles projekt og ikke en kamp med flere fronter?**

Jeg ved det ikke præcis, men vi kunne måske begynde med at trække vejret dybt alle sammen og erkende, at der ER en forandring i gang i den samlede gruppe af autister. Udviklingen kan ses i udlandet, hvor der vokser stærke ”self advocacy”-grupper og andre netværk og bevægelser op, og vi kan se det herhjemme, hvor forskellige grupper af autister bliver mere og mere synlige og træder tydeligere og stærkere frem i debatter, på konferencer, med bogudgivelser, YouTube-videoer, foredrag osv. Tænk fx på det nystartede Autisme Ungdom og NAUK, Netværk for Autistiske Kvinder (2013) og de mange

autister, der holder foredrag rundt om i landet om, hvordan det er at leve med autisme – set og forstået indefra.

Det ville være dejligt, hvis Landsforeningen i endnu højere grad end nu også blev ”vores” forening. At vi voksne autister – hvad enten vi har haft vores diagnoser fra barnsben eller har fået dem senere i livet – ikke kun bliver husket og omtalt i et enkelt temanummer i ny og næ, men bliver tænkt med som en meget vigtig del af foreningens målgruppe hver dag, bliver taget alvorligt som kilder til uvurderlig viden og som ressourcepersoner i det hele taget. Vi er ikke kun skrøbelige individer, som ikke kan magte så meget. Det er i hvert fald kun en lille del af sandheden om os. Vi kan – som mange børn og unge (for nu at blive i billedet) – meget mere end de voksne tror, og i mange tilfælde også mere, end vi selv tror. Tro på os og bak op! Det betyder noget for os!

Jeg er klar over, at mange måske ikke har den store indsigt i, hvad det vil sige at være voksen/sendiagnosticeret autist, og måske skulle jeg have fortalt min personlige historie. Jeg har dog valgt at springe ”let og elefant” hen over den del af problematikken, for der findes mange gode personlige historier derude, der kan belyse, hvad det betyder for et menneske at have/få sin autismediagnose langt oppe i alderen. Aspergerforeningen er i øjeblikket i gang med en serie fortællinger ”Autisme forsvinder ikke med alderen. Tema om sendiagnosticerede”, og jeg har selv oversat en samling meget tankevækkende og rørende personlige beretninger, der kan læses i uddrag på min hjemmeside.



# Kredsens aktiviteter

## KREDS NORDJYLLAND

Formand Kristina Valentin . . . . . 30259210

E-mail: valentin.kristina@hotmail.com

## KREDS LIMFJORD

Formand Katharina Stendys Hammer

E-mail: formand@kredslimfjord.dk

## KREDS ØSTJYLLAND

Formand Marianne Banner. . . . . 5043 8361

E-mail: marianne\_banner@yahoo.dk

AS-repr. børn:

Elsebeth Svane . . . . . 8621 0606

## KREDS MIDTVEST

Formand Søren Dalgaard . . . . . 5311 3145

E-mail: sd@kredsmidtvest.dk

## KREDS TREKANTEN

Formand Gitte Olander

gitte.olander.mail@gmail.com

## KREDS SYDVESTJYLLAND

Kontaktperson Marije Jacobsen

E-mail: marije@kredssydvst.dk

## KREDS SØNDERJYLLAND

Formand Malene Jørgensen

E-mail: vicsid@hotmail.com

## KREDS FYN

Formand Lilli F. M. Jørgensen . . . . . 2834 2576

E-mail: lilli@autismefyn.dk

## KREDS NORDJYLLAND

Læs om alle arrangementer på kredsens hjemmeside:  
[www.autismenord.dk](http://www.autismenord.dk)

## KREDS LIMFJORD

Læs om alle arrangementer på kredsens hjemmeside:  
[www.kredslimfjord.dk](http://www.kredslimfjord.dk)

## KREDS ØSTJYLLAND

### **Kursusrække: Lær din autisme at kende**

Kursus for sent udredte med autisme.

Alle, som er blevet udredt for autisme efter de er fyldt 25 år og som bor i Kreds Østjylland kan deltage. Der er plads til syv personer pr. kursus. Kurset starter onsdag den 21/4 2021 kl.19-21 på Microsoft Teams og de følgende 5 onsdage. Man vil før hver kursusgang få en mail med link til TEAM gruppen..

**Tilmelding senest 1/4 på:** [info@autismej.dk](mailto:info@autismej.dk) med følgende info: Dit navn, alder, diagnosetidspunkt, uddannelsesforløb, arbejdsforløb og din mailadresse.

**Pris** ialt. 500 kr. - betalingsinfo tilsendes sammen med bekræftigelse på tilmelding.

### **Kurser som indgår i kursusrækken:**

**21/4 -21 kl.19-21** Oplægsholder: Line Gebauer, psykolog  
*Grundlæggende forståelse af autismen.* (Autismediagnosen, komorbiditeter og følger af mistrivsel - sådan er sammenhænge psykologisk set).

**28/4 -21 kl. 19-21** Oplægsholder: Tina Brødholdt, pædagog  
*Hvad kan udredningen bruges til?*

**5/5 kl. 19-21** Oplægsholder Tina Brødholdt, pædagog  
*Kommunikationshandikap!*

Både talesprog og kropssprog kan være svært at afkode.



Alle kredsarrangementer kan også ses på de enkelte kredsers hjemmesider.

**12/5 kl. 19-21** Oplægsholder Tina Brødholdt, pædagog  
*Stress og følelser*

**19/5 kl. 19-21** Oplægsholder Line Gebauer, psykolog  
Sanseudfordringer – sanseforstyrrelser.

**26/5 kl. 19-21** Oplægsholder Tina Brødholdt, pædagog  
*Strategier til at fastholde uddannelse eller job. Parforhold og børn.*

Opsamling og netværk efter forløbet

### **Kurser kun for medlemmer:**

#### **Autisme og isolation**

Ved afdelingsleder Annette Møller, Autismecenter Nord-Bo  
D. 22/4 2021, kl. 18.00 – 21.00

Der er et deltagermax på 100. Gratis deltagelse.

Tilmelding skal indeholde medlemsnummer og navn, vi sender adgangskode til Webinaret d. 21.4.21

**Tilmelding senest 18 april** på [info@autismeoj.dk](mailto:info@autismeoj.dk)

Læs om alle arrangementer her: [www.autismeoj.dk](http://www.autismeoj.dk).

## **KREDS MIDTVEST**

Webinarer i foråret:

24.marts: "Autisme Grundkursus" ved pædagog og psykoterapeut Kathia Schierning.

27. april: "Parforhold under pres med diagnose i familien" ved pårørendementor Dorthe Stieper.

Nærmere oplysninger om de 2 webinarer kommer på vores hjemmeside [www.kredsmidtvest.dk](http://www.kredsmidtvest.dk)

Vores generalforsamling er udsat indtil vi forhåbentlig kan afholde den fysisk

Læs om alle arrangementer på kredsens hjemmeside: [www.kredsmidtvest.dk](http://www.kredsmidtvest.dk)



#### KREDS STORSTRØM

Formand Michael Weyand . . . . . 51339665

E-mail: [weyandmi@gmail.com](mailto:weyandmi@gmail.com)

AS-repr.: Line Mackenhauer

E-mail: [lima44@live.dk](mailto:lima44@live.dk)

#### KREDS VESTSJÆLLAND

Formand: Siss-May Andvik

Email: [sissmay@hotmail.com](mailto:sissmay@hotmail.com)

#### KREDS MIDTSJÆLLAND . . . . . 24223213

Formand Rune Gamby

E-mail: [rune@au10sme.dk](mailto:rune@au10sme.dk)

#### KREDS VESTEGNEN

Formand Brian Andersen

E-mail: [brian@hebri.dk](mailto:brian@hebri.dk)

#### KREDS KØBENHAVN/FREDERIKSBERG

Formand Tinja Vandmose

E-mail: [autismekbhfrb@gmail.com](mailto:autismekbhfrb@gmail.com)

#### KREDS STORKØBENHAVN NORD

Formand Rigmor Madeleine Lond

E-mail: [formand@autisme-storkbh.dk](mailto:formand@autisme-storkbh.dk)

#### KREDS NORDSJÆLLAND

Formand Elizabeth T. Christensen . . . 29630526

E-mail: [til.formand@gmail.com](mailto:til.formand@gmail.com)

#### KREDS BORNHOLM

Formand Karina Bundgaard

E-mail: [karinabu@autismeforening.dk](mailto:karinabu@autismeforening.dk)

#### KREDS GRØNLAND

Formand Nanette Hammeken . . . +299 558297

email: [info@autisme.gl](mailto:info@autisme.gl)

# Kredsens aktiviteter

## LANDSFORENINGEN AUTISMES HOVEDBESTYRELSE

### Formand

Kathe Johansen . . . . . 61284437

### Næstformænd

Dorte Schandorph Jensen

Tinja Vandmose . . . . . 51707227

### Hovedbestyrelse

Susanne Christensen . . . . . 20333372

Kirstin Eliassen . . . . . 40318616

David Facius . . . . . 31531578

Simon Felskov . . . . . 42537586

Dorte Schandorph Jensen

Felix Munch

Thomas Schilling Nielsen . . . . . 42190122

Flemming Rasmussen . . . . . 26176202

Tina R. Sølling . . . . . 20578927

## AUTISME- OG ASPERGER- FORENINGEN FOR VOKSNE

Formand: David Facius

Alle henvendelser til Autisme- og Aspergerforeningen for voksne, skal i øjeblikket ske på Landsforeningen Autismes telefon.

### DIN KREDS

Husk at du altid kan gå ind på din kreds hjemmeside, hvor du kan finde og læse mere om de arrangementer, din kreds har planlagt.

Husk at holde din mailadresse opdateret så vi kan sende dig gode tilbud om foredrag, nyheder og aktiviteter.

Find din kreds på

**autismeforening.dk**

## KREDS TREKANTEN

Gratis online kurser for medlemmer

### Autisme og isolation

**v/Annette Møller, Autismecenter Nord-bo**

Dato 20. april, 2021 kl. 18-21

Tilmeld dig via dette link:

<https://billetto.dk/e>

autisme-og-isolation-onlinekursus-billetter-509302

### Autisme og OCD

**v/aut. psykolog Vibeke Brams, Autismecenter Nord-Bo**

Dato: 19. maj 2021 kl. 18-21

Tilmeld dig via dette link:

<https://billetto.dk/e/>

autisme-og-ocd-onlinekursus-billetter-509299

Læs om alle arrangementer på kredsens hjemmeside:

[www.autismeforening.dk/trekanten](http://www.autismeforening.dk/trekanten)

## KREDS SYDVESTJYLLAND

Læs om alle arrangementer her: [www.kredssydvest.dk/](http://www.kredssydvest.dk/)

## KREDS SØNDERJYLLAND

Læs om alle arrangementer på kredsens hjemmeside:

[www.autismeforening.dk/soenderjylland](http://www.autismeforening.dk/soenderjylland)

## KREDS FYN

Læs om alle arrangementer på kredsens hjemmeside:

[www.autismefyn.dk](http://www.autismefyn.dk)

## KREDS VESTSJÆLLAND

Læs om alle arrangementer på kredsens hjemmeside

[www.autismeforening.dk/vestsjaelland/](http://www.autismeforening.dk/vestsjaelland/)



## KREDS STORSTRØM

NetværksCaféer og BrætspilsCaféer er fortsat på pause. Læs om alle arrangementer på kredsens hjemmeside [www.autismeforening.dk/storstroem/](http://www.autismeforening.dk/storstroem/)

## KREDS MIDTSJÆLLAND

Læs om alle arrangementer på kredsens hjemmeside: <http://au10sme.dk/>

## KREDS VESTEGNEN

Læs om alle arrangementer på kredsens hjemmeside [www.autismeforening.dk/vestegnen/](http://www.autismeforening.dk/vestegnen/)

## KREDS KØBENHAVN/FREDERIKSBERG

Læs om alle arrangementer på kredsens hjemmeside <https://autismeforeningkbhfrb.wordpress.com/>

## KREDS STORKØBENHAVN NORD

Læs mere om og tilmeld dig arrangementerne på kredsforeningens hjemmeside: [www.autismeforening.dk/storkoebenhavnnord/](http://www.autismeforening.dk/storkoebenhavnnord/)

## KREDS NORDSJÆLLAND

Alle oplæg og foredrag er på vores Facebookside: [www.facebook.com/autismenordsjaelland/](http://www.facebook.com/autismenordsjaelland/)  
Tilmelding foretages gennem mail, som kommer ud til alle medlemmer. Man kan IKKE tilmelde sig via Facebook.

## KREDS BORNHOLM

Læs om alle arrangementer på kredsens hjemmeside: [www.autismeforening.dk/bornholm/](http://www.autismeforening.dk/bornholm/)

## LANDSFORENINGEN AUTISMES SEKRETARIAT

Banestrøget 19, 2630 Taastrup, tlf. 7025 3065  
[kontor@autismeforening.dk](mailto:kontor@autismeforening.dk) [www.autismeforening.dk](http://www.autismeforening.dk)

Sekretariatet har åbent 9.00-12.00 og 13.00-15.00 alle hverdage.  
Socialrådgiveren har åbent for telefonrådgivning på tlf. 22 33 48 36: Tirsdag kl. 16-18, fredag kl. 14-15 og lørdag kl. 10.00-12.00 .

Landsformand Kathe B. Johansen  
Tlf. 6128 4437 / [kathe.johansen@autismeforening.dk](mailto:kathe.johansen@autismeforening.dk)

Sekretariatschef Peter Holmen

Økonomimedarbejder Helle Bach  
Tlf. 3171 0581 / [bogholder@autismeforening.dk](mailto:bogholder@autismeforening.dk)

Socialrådgiver  
Tlf. 61284577

Kommunikations- og konferencemedarbejder Lotte Irlind  
Tlf. 2057 6330 / [kursus@autismeforening.dk](mailto:kursus@autismeforening.dk)

Kommunikationsmedarbejder Fie Hviid (barsel)  
Tlf. 2925 9452 / [fi@autismeforening.dk](mailto:fi@autismeforening.dk)

Organisationskonsulent Kirstine Pedersen, tlf. 29706622  
[kirpe@autismeforening.dk](mailto:kirpe@autismeforening.dk)

Politisk konsulent Gitte Velling, tlf. 61311654  
[gitte@autismeforening.dk](mailto:gitte@autismeforening.dk)

Kontorassistent Jannie K. Kornerup, tlf. 70 25 30 65  
[jannie@autismeforening.dk](mailto:jannie@autismeforening.dk)

Kursus- og konferencekoordinator  
Maria Frostholt Wallbridge  
[mariaf@autismeforening.dk](mailto:mariaf@autismeforening.dk)

*SIKON Konferencen*  
holdes i september 2021



## Nye datoer på plads ...

Med stor hjælp fra alle samarbejdspartnere er der nu nye datoer for SIKON Konferencen 2021.

Konferencedatoer:

**Mandag-tirsdag d. 27-28. september 2021 i ODEON i Odense**

Søndagskonferencen holdes **søndag 26. september 2021** og foregår også i ODEON.

Hold øje med opdateringer på [sikon.dk](http://sikon.dk)

**SIKON**  **2021**  
KONFERENCEN