

**Autisme og søvn tirsdag d. 8. oktober 2019**

**kl. 9.30-15.30**

**Lokation**

Kurset finder sted i Molis på Store Strandstræde 19, 1. sal, 1255 København K. På næste side finder du information om, hvordan du finder frem til os.

**Program**

- 9.15 Døren åbner kl. 9.15. Du kan komme og få en kop kaffe eller te og lidt let morgenmad, før kurset går i gang
- 9.30 Viden om den autistiske hjerne ift. søvn
- 10.30 Pause
- 10.45 Søvnproblemers betydning for mennesker med autisme
- 12.15 Frokost og pause
- 13.00 Konkrete metoder til at regulere søvn
- 14.00 Pause
- 14.15 Konkrete metoder til at regulere søvn
- 15.15 Spørgsmål og afrunding
- 15.30 Tak for i dag

Du får udleveret materialer til kurset. Du får adgang til slides og materialerne online efterfølgende.

**Underviser**

Underviser er Louise Isager fra Molis.



## Spørgsmål

Ved eventuelle spørgsmål er du meget velkommen til at kontakte os:

E-mail: [info@molis.dk](mailto:info@molis.dk)

Telefon: 29 80 29 90

Du kan finde mere information om os på vores hjemmeside: [www.molis.dk](http://www.molis.dk).

## Adresse og find vej

Vi har adresse på **Store Strandstræde 19, 1. sal, 1255 København K.**

Vores kontor er centralt placeret i indre by i København på **Store Strandstræde** mellem Nyhavn og Bredgade.

Porten er for det meste åben, så du kan gå direkte ind. Hvis porten er låst, skal du ringe på der, hvor der står Molis.

Inde i porten går du ind ad første dør på venstre hånd. Du kan tage trappen eller elevatoren til 1. sal. Der står Molis på døren, og døren er åben.

Kurset foregår i lokale E, som er første dør på højre hånd. Der kan være samtaler i de andre rum, og derfor beder vi venligst om, at man holder lydniveauet dæmpet ude på gangen og fællesarealer af hensyn til eventuelt lydfølsomme klienter.



## **Offentlig transport**

### *Metro*

Der er 400 meter til Kongens Nytorv, hvor der er en metrostation (5 min. på gåben).

### *Bus*

Der er flere buslinjer tæt på, bl.a. 1A, 26, 66 og 350S. Du kan se på [www.rejseplanen.dk](http://www.rejseplanen.dk) hvilken bus, du kan tage.

### *S-tog og regionaltog*

Der er 1,0 km til Nørreport station (12 minutter på gåben), hvor der både er regionaltog, S-tog og metro.

## **I bil**

Hvis du kommer i bil, kan du parkere på gaden eller i en af de små gader omkring kontoret. I dagstimerne kan det godt være svært at få en plads, så det er en god idé at komme i god tid.

210 meter væk ligger Jeudans P-hus på Skt. Annæ Plads, og 400 meter væk ligger et parkeringshus i Dronningens Tværgade 4.

Vær opmærksom på, at både parkering på gaden og i P-husene koster et gebyr.