



## FDUV:s månadsbrev | november 2018

### Temaveckan för personer med intellektuell funktionsnedsättning 1–7.12

Temaveckans program består av bl.a. DUV-föreningarnas julfester, vernissage och Steg för Stegs påverkansträffar. Programmet som helhet finns att läsa i GP som utkommer den 28 november, som bilaga till månadsbrevet och på [www.fduv.fi/temaveckan](http://www.fduv.fi/temaveckan).

### GP-deadline 2019

FDUV:s medlemstidning Gemenskap och påverkan (GP) utkommer fyra gånger per år.

GP 1/2019: deadline **den 23 januari**, utkommer vecka 8 kring den 20 februari.

GP 2/2019: deadline **den 29 april**, utkommer vecka 22, kring den 29 maj.

GP 3/2019: deadline **den 14 augusti**, utkommer vecka 37, kring den 11 september.

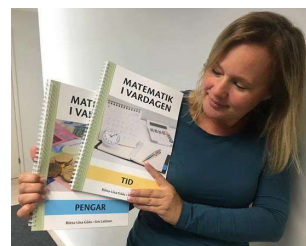
GP 4/2019: deadline **den 30 oktober**, utkommer vecka 48, kring den 27 november.

Passa på att synas och nå alla medlemmar genom att skicka in korta texter om t.ex. program som ordnats, program som är på kommande, presentationer av aktiva och foton (uppgre fotograf) till Matilda Hemnell, [matilda.hemnell@fduv.fi](mailto:matilda.hemnell@fduv.fi).

FDUV förbehåller sig rätten att redigera material så alla föreningar får plats.

### Nyutkomna träningshäften om Tid och Pengar

Lärum-förlaget har gett ut serien Matematik i vardagen som består av två delar: Tid och Pengar. Böckerna lämpar sig för ungdomar och unga vuxna med inlärningssvårigheter. De tränar baskunskaper i att hantera pengar och förmåga att använda grundläggande tidsbegrepp. Mera information: Fredrika Nyqvist, [fredrika.nyqvist@larum.fi](mailto:fredrika.nyqvist@larum.fi), 050 360 21 68, <https://shop.larum.fi/>



### Påminnelse: Ansök om bidrag från SAMS senast 30.11

Ansök under november månad om bidrag från SAMS – Samarbetsförbundet kring funktionshinder på [www.samsnet.fi](http://www.samsnet.fi).



# Evenemang i Österbotten

Informationskväll kring boendefrågor 27.11 kl. 17.30–19.30 i Vasa

Unga och vuxna med intellektuell funktionsnedsättning har rätt till ett självständigt liv utgående från sina egna värderingar och önskemål. Många har svårt att uttala sin önskan i ord och ännu svårare att förverkliga den utan stöd.

Hurdana boende- och servicelösningar finns det? Vilket stöd skulle du som anhörig behöva i barnets flyttningsprocess? Bland annat dessa frågor behandlar vi under kvällen.

Vasa stad och Folkhälsan berättar om sina boendialternativ.

FDUV:s sakkunnig inom boendefrågor Susanne Tuure berättar om flyttningsförberedelse och koordinatören för familjearbete Camilla Forsell medverkar. Kaffeservering.

**Anmälan senast den 21 november:** [www.fduv.fi/kalender](http://www.fduv.fi/kalender). Mera information: Annika Martin, annika.martin@fduv.fi, 040 567 92 57.



## Aktivitetsdag 1.12 kl. 13–16 på Maxifun i Jakobstad

Barnen tas om hand av FDUV:s barnledare medan föräldrarna kan julshoppa. Fritt inträde till Maxifun för barn med funktionsnedsättning och deras syskon. Mellanmål ingår. Alla som vill hoppa på trampolinerna måste av säkerhetsskäl ha halkstrumpor eller tossor. Sådana finns att köpa på plats för 3 euro.

**Anmälan senast den 19 november:** [www.fduv.fi/kalender](http://www.fduv.fi/kalender). Begränsat antal platser. Mera information: Annika Martin, annika.martin@fduv.fi, 040 567 92 57.

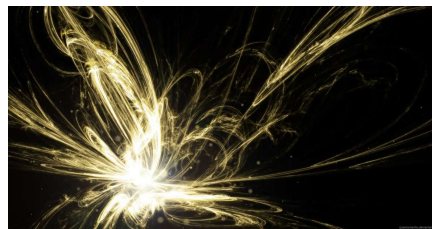
## Självständighetsfest 1.12 kl. 17–21 på Carpella i Karperö

Vi lyssnar på tal, dansar till svängig musik av Wasa Groove Unit och bjuds på god mingelmat. Klädsel: Det du känner dig fin i. Inträde: 15 euro.

**Anmälan senast den 25 november:**

[www.fduv.fi/kalender](http://www.fduv.fi/kalender). Frågor: Tina Holms, tina.holms@fduv.fi, 050 302 78 88.

Arrangörer: FDUV, DUV i Vasanejden och Steg för Steg.



## Självmedkänsla – bli vän med dig själv 3.12 kl. 17.30–20 i Vas

Har du stora krav på att vara duktig och klara det mesta själv? Har du svårt för att be om och ta emot hjälp? För att bättre orka med vardagens utmaningar kan det vara av vikt att träna upp sin självmedkänsla och sänka kraven på sig själv.



Föreläsaren Ronnie Grandell är legitimerad företagshälsovårdspsykolog och ledarskapscoach som har specialiserat sig på självmedkänsla och medkänslobaserad terapi. Avgift: 30 euro.

**Anmälan senast den 18 november:** [www.fduv.fi/kalender](http://www.fduv.fi/kalender). Mera information: Annika Martin, annika.martin@fduv.fi, 040 567 92 57.

## Vernissage Sommarminnen 3.12 kl. 12–18 i saluhallen i Vas och 4.12 kl. 13–17 på Fiika Café i Jakobstad

FDUV:s sommarläger med temat konst, kultur, dans och drama på Alskat i Korsholm och Pörkenäs i Jakobstad hölls i somras. Lägrens 26 deltagare är konstnärerna bakom verken i Sommarminnen som bjuder på känslor, minnen och återberättelser.



Vernissagen påminner under den mörkaste årstiden om den varma sommaren – en samling minnen som dröjer kvar efter att sommaren övergått till höst och vinter. Konstverken har tagit form alltefter som lägerveckan framskridit i konst-, drama- och berättarverkstäder med hjälp av konstpedagoger och lägerledare.

Konstnärerna får ta hem sina konstverk i slutet av vernissagen. Mera information: Tina Holms, tina.holms@fduv.fi, 050 302 78 88.



# Evenemang i södra Finland

## Informationskväll kring serviceplanering 27.11 kl.18–20 i Helsingfors

FDUV ordnar en informationskväll kring serviceplanering. Vi går igenom serviceplanens innehåll och syfte samt hur det är bra att förbereda sig inför den.

Vi varvar föreläsningen med praktiska exempel på förberedelser ur arbetsböckerna ”Så här klarar jag mig!” och ”Pussel för ett gott liv”. Diskussionen leds av Maria Balk, koordinator för familjearbete och Linda Rex, sakkunnig i intressepolitiskt arbete.



**Anmälan senast den 20 november:** Maria Balk, maria.balk@fduv.fi, 040 523 18 46. Mera information: [www.fduv.fi/kalender](http://www.fduv.fi/kalender).

## Självmedkänsla – bli vän med dig själv 4.12 kl. 17.30–20 i Åbo

Har du stora krav på att vara duktig och klara det mesta själv? Har du svårt att be om eller ta emot hjälp? För att bättre orka med vardagens utmaningar kan det vara av vikt att träna upp sin självmedkänsla och sänka kraven på sig själv.

Föreläsaren Ronnie Grandell är legitimerad företagshälsovårdspysykolog och ledarskapscoach som har specialiserat sig på självmedkänsla och medkänslobaserad terapi. Avgift: 30 euro.

**Anmälan senast den 18 november:**

[www.fduv.fi/kalender](http://www.fduv.fi/kalender).

Mera information: Annika Martin, annika.martin@fduv.fi, 040 567 92 57.



## Kurs för nya läsombud 24.1 och 23.3 kl. 10–17 i Åbo

Ett läsombud är en person som jobbar inom special- eller äldreomsorgen och har som en av sina arbetsuppgifter att hjälpa klienterna med läsning. På kursen får du bland annat konkreta tips och råd för högläsningen, information om lättlästa böcker och annat lämpligt material och om vilka goda effekter läsningen kan ha i omsorgsarbetet. Mellan kursdagarna provar deltagarna på läsningen på sin arbetsplats. Pris: 120 euro (kursmaterial och kaffe ingår).

**Anmälan senast den 14 december:** Veronica Andersson, veronica.andersson@ll-center.fi, 040 620 38 55. Arrangörer: LL-Center och huvudbiblioteket i Åbo.

Nya evenemang och uppdaterad information publiceras kontinuerligt:

[www.fduv.fi/kalender](http://www.fduv.fi/kalender).

Mycket information till föreningarna finns också på DUV-nätet:

[www.fduv.fi/duvnet](http://www.fduv.fi/duvnet)

