

gp

GULA PRESSEN

NUMMER 4 • DECEMBER 2013

MEDLEMSBLAD FÖR FDUV OCH DUV-FÖRENINGAR

fritid*



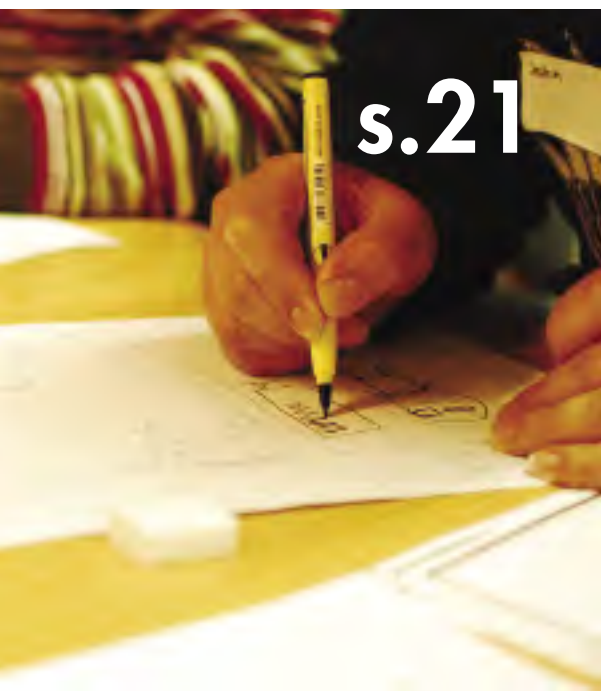


s.16

Lättläst

De lättlästa sidorna
hittar du
på sidan 19.

s.19



s.21

innehåll

Ledare	3
Kalender	4
Kort och gott	6
Bokplock från specialbiblioteket	7
Floating är skönt	8
Helt lagligt om personlig assistans	11
När vattnet bär	12
Fritidskoordinatörn fixar	15
Pröva på-kvällen på Åland	16
Hjälp för vinterföre	18
Från föreningarna	28

lättläst innehåll

Ordförandens spalt	20
Steg för Stegs storträff	21
Välkommen till Tian	22
Idas kolumn	23
DuvTeaterns nya föreställning	24
Kom på vinterveckoslut till Peurunka	26
Kontaktannonser och brevvänner	27
På bakpärmerna: Gräsrotsserie / Öppna sinnen	

GP, eller Gula Pressen

Gula Pressen är FDUV:s medlemstidning som berättar om aktuella och kommande evenemang, intressanta företeelser och senaste nytt inom branschen. Tidningen skickas till alla medlemmar. Får ditt hushåll för många exemplar av Gula Pressen? Vet ni om någon föreningsmedlem som borde få eller som vill ha Gula Pressen men som inte får den? Meddela önskemål och beställ:

Österbotten
Tina Holms
040 567 9257
tina.holms@fduv.fi

Nyland, Åboland och Åland
Monica Avellan
0400 60 0676
monica.avellan@fduv.fi

Tema för nästa nummer:

boende

Deadline för material är
tisdag 21 januari.

Skicka material till:
gulapressen@fduv.fi
eller: Gula Pressen, FDUV
Nordenskiöldsgatan 18 A,
00250 Helsingfors

GULA PRESSEN
Medlemsblad för FDUV
och DUV-föreningarna

UTGIVARE
FDUV
Nordenskiöldsgatan 18 A
00250 Helsingfors
tfn (09) 434 23 60
fax (09) 40 77 48

ANSVARIG UTGIVARE
Lisbeth Hemgård
lisbeth.hemgard@fduv.fi

REDAKTIONSSEKRETERARE
Laura Rahka
Nordenskiöldsgatan 18 A
00250 Helsingfors
laura.rahka@fduv.fi

LAYOUT
Laura Rahka

ADRESSFÖRÄNDRINGAR
FDUV
Nordenskiöldsgatan 18 A
00250 Helsingfors
tfn (09) 434 23 60
e-post: fdud@fduv.fi

TRYCKERI
Fram
Vasa 2013

UPPLAGA
2 600

PÄRMBILD:
Hanuristi © Minna Puranen
Kaarisilta ry



Vad gör du på fritiden ?

Det är en vanlig fråga som man ställer till människor som man inte känner så bra. De flesta blir ivriga och berättar om sina fritidsintressen, men ofta slutar det likväl med en suck, tyvärr så hinner de flesta inte med sina intressen, jobbet och ofta familjen tar så mycket tid.

För personer med utvecklingsstörning har den arrangerade fritiden ofta en stor betydelse.

Våra DUV- föreningar i de olika regionerna arrangerar fritidsverksamhet som är välbesökt och efterlängtat. Det är viktigt att det finns en motvikt till vardagen, något roligt att längta till. Det kan vara svårt att välja, hur ska man veta vad som är roligt om man aldrig upplevt det. Det kan vara väldigt svårt att föreställa sig hur det är att spela bowling till exempel. På sidan 16 kan du läsa om den lyckade prova på-kvällen på Åland.

När förbundet och våra DUV-föreningar i tiderna började med fritidsverksamheten och lägren understödde många kommuner verksamheten. I och med kommunernas försämrade ekonomi har också fritidsverksamheten i våra föreningar minskat. Det blir allt svårare att förverkliga de idéer som medlemmarna kommer med när understöden minskar.

Föreningarna kämpar på och lyckas ordna resor, teaterbesök och annat, mycket tack vare generösa fonder och allt mindre tack vare kommunernas finansiering. Läs om föreningarnas mångsidiga verksamhet på s 28–31.

Förbundet har uppmuntrat medlemmar att delta i fritidsverksamhet som arrangeras av andra intresseföreningar eller av kommunen. Det finns många som deltar och kanske ännu fler som gärna skulle delta i en kurs på till exempel medborgarinstitutet. För många blir det inte av på grund av att man inte hittar en lämplig assistent eller inte får stöd för en assistent.

Det är trevligt att delta i verksamhet tillsammans men ibland vill man göra något ensam på egna villkor. I detta nummer berättar vi också om hur du kan göra om du tycker att du behöver en personlig assistent på fritiden.

LISBETH HEMGÅRD
VERKSAMHETSLEDARE
lisbeth.hemgard@fduv.fi

winterkalender

● Grundkurs för läsombud
22 januari och 6 mars
Yrkesakademin i i Österbotten

På grundkursen för läsombud får du praktiska tips bl.a. för hur lässtunden blir lyckad, vad man kan läsa och hur man kan använda sin röst. Kursen är riktad till personal inom omsorgen. Avgift: 125 €. Anmälningar till: vuxcenter@yrkesakademin. Mera information: Johanna Rutenberg, 0400 716 078, johanna.rutenberg@fduv.fi

● Tid att tala – tid att tåga
Föreläsning om tystnadsplikt och sekretess
23 januari kl. 17.30–20.30
Seniorhuset i Korsholm, Niklasvägen 1

För anhöriga, brukare, personal inom omsorgen och det sociala området. Föreläsare: Ida Sulin, jurist på Kommunförbundet och Ben Thilman, omsorgspräst. Mera information: Annika Martin, 050 3027 888, annika.martin@fduv.fi. Arr: Etiskt forum

● Föreläsning om arvsfrågor
30 januari kl. 18–20 Seniorhuset i Närpes

Ska jag tänka på hur mitt arv påverkar barnets liv? Ska mitt barn med funktionsnedsättning ärva lika mycket som andra syskon som inte har funktionsnedsättning? Vem sköter barnets egendom om barnet inte förstår eller kan sköta den själv? Föreläsningen med advokat Björn Båsk är gratis, men anmäl dig gärna till Annika Martin, 050 302 78 88, annika.martin@fduv.fi.

● Tid att tala – tid att tåga
Föreläsning om tystnadsplikt och sekretess
6 mars på Åland

Kl. 12.30–15.30 för personal, Ålands omsorgsförbund kl. 18–21 för anhöriga och brukare
Föreläsare: Johanna Lindholm, Språkskyddssekreterare på Folktinget och Ben Thilman, omsorgspräst.
Arr: Etiskt forum och Ålands omsorgsförbund
Etiskt forum och DUV på Åland
Marita Mäenpää, 040 523 18 46
marita.maenpaa@fduv.fi

En kväll för pappor
en vardagskväll i januari i Jakobstad
(exakt plats meddelas senare)

Välkommen med alla pappor till små- eller skolbarn med särskilda behov. Vi går ut och äter (på egen bekostnad) och får höra en föreläsning och diskutera. Mera info och anmälningar till Tina Holms, 040 567 92 57, tina.holms@fduv.fi eller Gun Haga, 0247 431 671, gun.haga@karkulla.fi
Arr.: Styrka genom nätverk, omsorgsbyrån i Jakobstad

● Det handlar om delaktighet
Styrka genom nätverks seminarium
11 februari på Kommunernas hus i Helsingfors
12 februari i Vasa (plats meddelas senare)

Kom och lyssna och diskutera kring hur barn, ungdomar och föräldrar kan påverka och vara delaktiga i beslut som rör dem. Ann-Marie Stenhammar från Stockholm berättar om erfarenheter från projektet Egen växtkraft. Anne Salovaara-Kero berättar hur sociala medier kan användas som påverkningskanal. Serietecknare Kaisa Leka talar om att påverka och få sin röst hörd via serier. Ida Sulin, jurist vid Kommunförbundet berättar om påverkningskanaler inom kommunen. Seminariet är gratis, lunch till självkostnadspris. Mera information: Tina Holms, 040 567 92 57, tina.holms@fduv.fi
Marita Mäenpää, 040 523 18 46, marita.maenpaa@fduv.fi

● Familjehelg i norra Österbotten
15–16 februari

För familjer som har barn och unga med särskilda behov. Kom och träffa andra och knyta kontakter. Under helgen ordnas bl.a. separat program för mammor och pappor samt barn. Vinterskoj ordnas utomhus. Pris (logi och måltider): 50 € vuxna, gratis för barn
Exakt adress meddelas senare.
Anmälning senast den 17 januari:
Tina Holms, 040 567 92 57 eller tina.holms@fduv.fi.

På finska sidan

4–5.2 Hjälpmedelsutbildning

En tvådagarsutbildning på finska som öppnar upp nya möjligheter för vardagen med personer med grav funktionsnedsättning. Utbildningen passar anhöriga och personal. Deltagaravgift 90 € (kursmaterial på finska ingår) kaffe och vägbiljetter. 16 personer ryms med. Mera information och anmälningar före 21.1.2014: Tanja Tauria, Malike

4–6.4.2014

Läger: Anpassad slalom

Veckoslutsläggret på finska handlar om anpassad slalom och arrangeras i Himos. Malike är med och gör det möjligt för personer med grav funktionsnedsättning att delta. Målet är att hitta ett anpassat sätt för alla att åka slalom och ha kunskaper att fortsätta med motionsformen efter läggret.

Mera information av Susanna Tero på Kehitysvammaisten Tukiliitto eller Anu Hämmäläinen på Vammaisurheilu VAU.

9–10.5.2014

Special Olympics-karneval

VAU och Kisakallio idrottsinstitut arrangerar en Special Olympics-helg på finska vid Kisakallio idrottsinstitut i Lojo. Evenemanget är öppet för alla som har utvecklingsstörning. På programmet står bland annat curling, paddling, innebandy och motorikövningar. Anmälningar och mera information av Virpi Palmén på Kisakallio idrottsinstitut.

Vinterveckoslut på Peurunka!

21–23 februari, läs mera på s. 26

Välkommen med på det traditionella vinterveckoslutet i Peurunka motions- och badanläggning i Laukaa utanför Jyväskylä! På Peurunka finns möjlighet till många olika aktiviteter både utomhus och inomhus.

Ungdomsläger i Högsand

28 februari – 2 mars, läs mera på s. 25

Kom och träffa ungdomar från hela landet och ha skoj tillsammans på FDUV:s läger för ungdomar med särskilda behov.

Sommarläger i detta nummer

Nu kan du börja drömma om sommaren 2014 – för sommarlägerbroschyren finns med redan i detta nummer av GP! Bläddra fram till mitten av tidningen och anmäl dig till sommarläggen före 11.3.2014.

60-årsjubileumsfest i oktober

År 2014 är det 60 år sedan FDUV, eller dess föregångare Samariterstiftelsen, grundades. Förbundet firar 60-årsjubileum den 24 oktober. Mera information om jubileumsårets evenemang hittar du på fduv.fi.

Var och
en av oss
är värd
en egen
sång



TEMAVECKAN FÖR
MEDBORGARSKAP
1–7.12.2013
FDUV.FI/TEMAVECKAN

Personlig fritid med assistans?

Personlig assistans är enligt handikappsverkelagen en subjektiv rättighet för en person med gravt funktionshinder. Kommunerna har börjat bevilja assistans till personer med utvecklingsstörning för att de ska kunna delta i fritidsverksamhet.

Vem får personlig assistans?

För att få personlig assistans ska din funktionsnedsättning vara svår. Enligt högsta domstolen kan också en person som inte har en grav utvecklingsstörning anses ha en svår funktionsnedsättning.

Du kan få personlig assistans till exempel om du vill åka på bio eller på ishockeymatch och inte annars kan på grund av din funktionsnedsättning. Du kan få assistans för fritiden fast du bor på ett gruppboende.

Det viktiga är att du själv kan berätta varför du behöver stöd av en personlig assistent. Du ska kunna berätta vad du vill göra på fritiden och att det är du själv som vill ha personlig assistans.

Du kan berätta genom att tala, visa, prata med bilder eller ha någon som tolkar dig. Det viktiga är att det är du själv som bestämmer. Kommunen kan inte säga att du inte har rätt till personlig assistans för att du behöver handledning eller stöd i att fatta beslut. Det här kan vara en del av assistansen.

Hur många timmar kan man få?

Till fritidsaktiviteter, deltagande i samhällelig verksamhet och upprätthållande av personliga relationer beviljas mellan 10 och 30 timmar per månad.

Hur ska man göra för att få personlig assistans?

Du börjar med att ta kontakt med socialarbetaren i din kommun. Tillsammans med dig ska hon utreda ditt behov av assistans. Efter det fattar socialarbetaren ett skriftligt beslut.

På sidan 11 kan du läsa mera om vad du kan göra om du inte är nöjd med beslutet.

Ja! för europeiskt handikappkort

Europeiska kommissionen utreder nu intresset för ett gemensamt europeiskt handikappkort.

Tanken är att göra det lättare för personer med funktionshinder att resa i Europa. Kortet kunde också användas för fritid, kultur, idrott, kollektiva transportmedel och turism. Kortet ska inte omfatta sociala förmåner.

I Finland koordineras arbetet av Jaatinen ry. Enligt en färsk enkät är det många som gillar idén, berättar Miina Weckroth från Jaatinen.

– Av de över 650 personer som besvarade enkäten var majoriteten för, och bara drygt trettio personer emot.

– Det är många som anser att kortet behövs även för andra ändamål än fritidsresor.

– Särskilt de som har osynliga funktionsnedsättningar vill kunna påvisa att de behöver stöd eller att ett avvikande beteende inte beror på alkohol eller droger.

Vissa har redan kort

I många europeiska länder finns redan nationella kort.

I Finland är det bara synskadade som har handikappkort. Kortet beviljas om den synskadade har en syninvaliditetsprocent på minst 50 %. Detta bekräftas med läkarintyg.

I det europeiska samarbetet deltar Belgien, Cypern, Estland, Finland, Frankrike, Grekland, Italien, Malta, Slovakien, Slovenien, Spanien, Tyskland och Ungern.

MERA INFORMATION: MIINA WECKROTH,
MIINA.WECKROTH@JAATINEN.INFO

Låna böcker från vårt specialbibliotek!



Sex, kärlek & Aspergers syndrom av *Inger Jalakas*

Sex och kärlek är knepigt när man har svårt att visa sina känslor, svårt att tolka och förstå andra människors reaktioner och kanske till och med mycket svårt för beröring och fysisk närhet. Vi får möta kvinnor och män som alla själva har erfarenhet av Aspergers syndrom – antingen har de den själva eller så lever de ihop med någon som har diagnosen. Boken innehåller också mängder av fakta, råd och tips på vidareläsning.

Inger Jalakas är journalist och författare. År 2007 gav hon ut Nördsyndromet – allt du behöver veta om Aspergers syndrom.

Familjevardag med autism och Asperger av *Malin Mårtensson och Carolina Lindberg*

Familjevardag med autism och asperger ger svar på många av de frågor som dyker upp under den första tiden med en ny diagnos. Boken riktar sig

till föräldrar och andra anhöriga vars barn nyligen fått diagnosen Aspergers syndrom eller någon liknande diagnos inom autismspektrum.

Hur kan man prata om diagnosen med barnet och omgivningen? Hur påverkas familjelivet? Vilka rättigheter finns i skolan och samhället, och vad kan man ställa för krav?

Pedagog Carolina Lindberg arbetar med utbildning och handledning för professionella. Malin Mårtensson, leg. psykolog, arbetar med neuropsykiatriska utredningar.



Jobba som personlig assistent av *Carola Lindström*

Ska du bli personlig assistent? Att vara personlig assistent är omväxlande och roligt, men ställer stora krav på lyhördhet och flexibilitet.

Jobba som personlig assistent beskriver vad arbetet innebär med konkreta exempel på arbetsuppgifter och information om anställnings- och arbetsvillkor. Du får också råd om bemötande och stöd att hantera komplicerade situationer och etiska dilemman.

Carola Lindström är frilansjournalist med många års erfarenhet som personlig assistent.

Personlig assistent: som en blomma i tapeten av *Yvonne Ojala och Inger von Zweigbergk*

Uttrycket att vara som "en blomma i tapeten" används ibland för att beskriva yrket personlig assistent. Det speglar hur man på ett så diskret sätt som möjligt tar plats i en annan människas liv. Bokens fokus är den komplexa och varierande yrkesrollen. Författarna är själva yrkesverksamma assistenter och boken, till skillnad från andra böcker inom samma område, skriven ur ett assistentperspektiv med stor hänsyn till brukarens självbestämmande.

Lyssna på mig! av *Ann-Marie Stenhammar*

Barn har förmågan att reflektera. De kan hantera kunskap om sig själva och sin egen situation och fatta beslut därefter – förutsatt att de får begriplig information. Om vuxna ska börja ta hänsyn till barns behov måste barnen involveras i beslutsprocesserna – men hur kan det göras? Ann-Marie Stenhammar har undersökt vad vetenskapen har att säga om barns möjligheter att delta i beslut om samhällsinsatser vid funktionsnedsättning.

fduv.fi/specialbiblioteket

Vildmark utan hinder

Floating passar alla

Ett funktionshinder är inget hinder för vildmarksäventyr. Åtminstone inte i Ruunaa i östra Finland. Vi besökte Ruunaaaforsarna och prövade på floating.

Ruunaa ligger i östra Finland mellan Lieksa och ryska gränsen. Mest känt är Ruunaa för sina forsar och sin vackra ödemarksnatur. Här strövar både björnar och järvar fritt över gränsen mellan Ryssland och Finland.

Det låter kanske som att man borde ha god kondition för att kunna njuta av ett besök. Men även med

ett funktionshinder kan man njuta av den vackra naturen och dessutom ge sig ut på ett litet äventyr – i synnerhet om man har med sig Rauni Hietanen från Lieksan matkakaverit.

Då Rauni var yngre tävlade hon i kajakpaddling på somrarna och skidning på vintrarna. I vuxen ålder ville hon att alla skulle få tillgång till den vackra naturen som Ruunaa har att erbjuda, så hon byggde en ekologisk stugby som är handikappvänlig. Det finns rullstolsramper till de flesta hus. Till och med rökbastun har en ramp.

– Allting passar inte för alla, säger Rauni Hietanen. Men om det finns lite god vilja från båda parter kan man med utgående från sina egna förut-

sättningar alltid hitta ett sätt att röra sig i naturen och i forsarna.

Paddling

För att kunna paddla med gummi-flotte ner för forsarna behövs att man snabbt kan reagera på kaptenens korta kommando så att båten styr åt rätt håll: "Höger ror", "vänster ror", "alla ror".

Det är minst sex personer som sitter i båten och paddlar. Om någon är rullstolsbunden kan den personen sitta i fören.

Det är en våt färd att ta sig ner för forsaren i en gummiflotte. Vågorna sköljer in i båten så att man har vatten upp till knäna. Men om det





Rauni Hietanen hjälper Jukka-Pekka Levy med att få på torrdräkten. Eeva Toivanen och Kirsi Mikkonen (till höger) ska också flyta i forsén med torrdräkt på.

är sommar och varmt så är det bara roligt att bli våt.

Älvbåt

Om man vill ha en lugnare färd och inte vill anstränga sig så mycket själv kan man välja att åka med älvbåten. Båten är gjord i trä och känns stabil i forsarna. I den här båten kan alla åka:

- En av mina gäster var en man som var förlamad från hakan och ner, berättar Rauni.

- Sjukhussängen sattes i båten, en flytväst sattes på mannen och två familjemedlemmar höll i honom på varsin sida och det gick bra. Vill man så kan man.

Floating

När jag besöker Ruunaa står **Kirsi Mikkonen, Jukka-Pekka Levy** och **Eeva Toivanen** på bryggan och drar på sig torrdräkter.

Kirsi och Jukka-Pekka kommer från Kirsihemmet i Lieksa. Det är ett konstnärboende för personer med särskilda behov.

De ska tillsammans med konstnärshemmets verksamhetsledare Eeva Toivanen prova på "floating" för första gången. I Floating lägger man sig ner i vattnet och flyter helt stilla och det känns som att man smälter ihop med naturen.

Trots att det är en stillsam aktivitet

kan det vara svårt att slappna av i början.

- Jag är nog lite nervös, säger Jukka-Pekka när han tar på sig torrdräkten.

Torrdräkten är lite krånglig att få på. Meningen är att den inte släpper igenom vatten och man kan ha på sig varma kläder under dräkten utan att de blir våta.

Floating

Rauni hjälper alla tre att få på sig dräkterna och så vadar de ut i vattnet för att släppa ut luften. Om man inte släpper ut luften blir dräkten som en ballong när man går ut i vattnet. Det är inte farligt men kan kännas



Man kan välja mellan att åka gum-mibåt eller kyrkbåt ner för forsarna. Med rätt hjälpmedel kan man också paddla kajak.

En av forsarna för till de tuffare i Finland. Där brukar proffsen träna kajakpaddling uppströms och nedströms.



Jukka-Pekka Levy, Kirsi Mikkonen och Eeva Toivanen flyter i sjön. Inne i torrdräkterna är det torrt och varmt. Floating kan man göra alla tider på året om det inte finns is.

lite obekvämt.

Sen tar de på sig flytvästarna och de är klara för att gå ut i vattnet och lägga sig på rygg.

– Det här känns lite läskigt, säger Kirsi.

Rauni hjälper alla att lägga sig på rygg i vattnet och efter ett tag släpper spänningen och det känns underbart att flyta tyngdlös. Kirsi, Jukka-Pekka och Eeva håller varandra i handen i vattnet och ligger tysta en lång stund.

– Det var underbart, säger Kirsi då hon kommer upp ur vattnet.

– Det här vill jag göra igen, säger Jukka-Pekka.

Floating kan man göra alla tider på året om det inte finns is. Sent på hösten kan det vara magiskt att ligga i det kalla vattnet och titta på stjärnorna i mörkret. Det är inte kallt om man har tjocka lager med varma underkläder innanför torrdräkten.

TEXT OCH FOTO: ELISABETH MORNEY

MERA INFORMATION

» Här hittar du webbsidan till Rauni Hietanen och Lieksan matkakaverit www.ruunaa.eu

www.facebook.com/RuunaaRafting

» Här kan du läsa mer om Kirsihemmet: www.kirsikoti.fi

» Tips. Du kan se ett reportage från Ruunaa i tv-programmet Strömsö på Yle Fem söndagen den 15 december klockan 17.15. Reprisen går följande lördag den 21 december klockan 20.20.

Är ni med?

Unicef har sparkat i gång en kampanj för att utmana organisationer och föreningar att öka möjligheterna för barn med funktionsnedsättning att delta i fritidsverksamhet.

Idén med kampanjen Mukana! (fritt översatt Är ni med?) är att lyfta fram alla barns rätt till en meningsfull fritid och öka möjligheterna för barn med funktionshinder att delta.

Många barn har kanske inte möjlighet att delta i just den fritidsverksamhet som de vill, men utmaningarna är större för barn med funktionshinder, och det finns massor av verksamhet som inte är tillgänglig.

De största hindren är mellan öronen, påminner UNICEF. Alla barn kan spela, leka och delta på många olika sätt om man erbjuder dem möjligheter och redskap för att vara med.

Kampanjen håller på till slutet av april och riktar sig till alla som vill göra sin fritids- och hobbyverksamhet tillgänglig för barn med funktionshinder. Ta emot utmaningen (på finska) via UNICEFs webbplats på sidan unicef.fi/mukana.

Tips för tillgänglighet

På foreningsresursen.fi hittar du tips för att öka tillgängligheten i föreningsverksamhet.

Tipsen hittar du på:

foreningsresursen.fi/tillganglighet

Helt lagligt?

Många kommuner har börjat bevilja personlig assistans för fritidsverksamhet till personer med utvecklingsstörning. Men beslutspraxisen i kommunerna varierar också i den här frågan, säger juridiskt ombud Ulrika Krook på Samarbetsförbundet för funktionshinder SAMS.

Vilka kommuner beviljar personlig assistans för personer med utvecklingsstörning? Varför varierar beslutspraxisen?

Alla kommuner kan bevilja personlig assistans för personer med utvecklingsstörning. Men kommunerna beslutar olika, och det kan bero på många saker.

En orsak är att besluten görs en åt gången och besluten är individuella. De tittar på vad du behöver och om personlig assistans kan stöda dig så att du kan leva som alla andra i vårt samhälle.

En annan orsak är att olika kommuner gör olika bedömningar om hur svår funktionsnedsättning de anser att du har.

Kommunens beslut kan också bero på hur bra du berättar och beskriver vad du behöver personlig assistans för. Exempelvis att du inte kan gå och simma utan att ha någon med dig. Här är det viktigt att du kan förklara att det är du själv som väljer. Det ska inte vara så att dina föräldrar eller personalen på ett boende vill att du ska fara och simma om du själv vill åka på konsert. Du behöver också berätta att det är du som gör saker och den personliga assistenten är den som hjälper dig att göra det.

Vad kan man göra om man tycker att man har rätt till men ändå inte beviljas personlig assistans?

Om du är missnöjd med beslutet från din kommun kan du alltid besvara dig över beslutet. Det betyder att du skriver ett brev till en av de grupper som bestämmer i kommunen (ofta kommunens socialnämnd eller grundtrygghetsnämnd). I brevet ska du berätta att du är missnöjd med beslutet.

Om de fortfarande inte ändrar sig kan du fortsätta att skriva besvär. Det gör du först till förvaltningsdomstolen och i sista hand till högsta förvaltningsdomstolen. Du kan alltid kontakta oss på Juridiskt ombud och fråga. Du kan också kontakta FDUV och fråga.



När vattnet bär

Simbassängen i Folkhälsanhuset i Pargas är liten, men rymlig nog för simskola. Det är söndag förmiddag och bassängen badar i ljus.

Ett halvt dussin barn och deras föräldrar står i ring i ena ändan av bassängen och väntar på instruktioner. Idag får de börja med en lugn övning.

– Nu ska vi blåsa ut under vattnet, säger simlärare **Åsa Sundström** med bärande röst.

– Kom ihåg att andas in djupt först.

Barn och föräldrar andas in och sänker munnen under vattenytan för att blåsa ut. Några av pojkarna blåser lite häftigare kanske för att se om det blir bubblor.

– Den här övningen fungerar bäst om man tar det lugnt, påminner Åsa.

Utgår från elevens behov

Åsa Sundström är en av ett tiotal simlärare i Svenskfinland som får kalla sig specialsimlärare. Hon gick Folkhälsans utbildning i hur man simmar med barn med särskilda behov hösten 2012.

– Jag har alltid älskat vatten som element och jag ville bygga på tidigare kunskaper, berättar Åsa.

Förutom att hon är specialsimlära-

re, är hon till sitt egentliga yrke lärare och dessutom simlärarutbildare.

Hon tycker att det inte är så stor skillnad mellan simskola för barn med eller utan särskilda behov:

– Det viktigaste är att utgå från elevens behov, säger Åsa. På ett sätt skiljer det sig mycket, men å andra sidan inte alls.

Agentsim och sprattelsim

Med så mycket pedagogisk erfarenhet att falla tillbaka på är det säkert lättare att anpassa simskolan till elevernas behov, tänker jag när jag lyssnar på henne i bassängen.

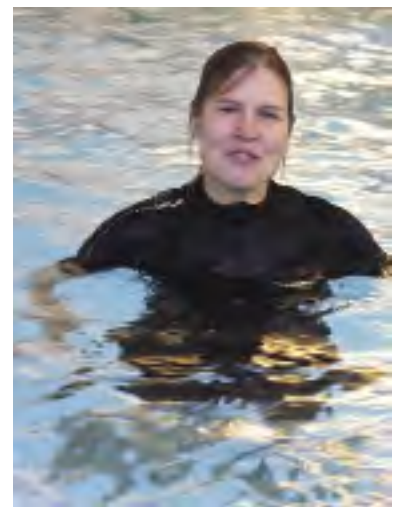
Dessutom är den här gruppen duktig, alla har vattenvana och kan simma redan rätt bra.

– Nu ska vi öva lite rygg-sim. Vi börjar med helt tyst sim, ni ska simma som en hemlig agent, ropar Åsa.

Eleverna lägger flytstavar bakom nacken, lägger sig på rygg och simmar försiktigt till andra ändan av bassängen.

– Bra! ropar Åsa. Och nu får ni simma tillbaka så att ni sprattlar så mycket som möjligt. Men en i taget den här gången.

– Vilket var tyngre, tyckte ni? frågar hon efteråt och alla förstår att tyst sim funkar bättre för att spara krafter.



Åsa Sundström är både simlärare, specialsimlärare och simlärarutbildare.

Bilderna till vänster:

Ovan: Rebecca Nygård och Marie Mattsson flyter omkring på rygg.

Till vänster: Simon Nordhus simmar lugnt. Det tar mindre krafter men är lite svårare.

Dykning svårare

Efter några till övningar är det dags att träna dykning. Det är inte alla som pallar för det än.

– Jag vågar inte med huvudet under vattnet, jag får vatten i näsan, säger Simon.

– Blås ut genom näsan, sätt armarna rakt ut och låt gå, säger Åsa.

Simon dyker så att vattnet strittar överallt. Vattnet skvalpar över basängkanten och blöter ner mina byxbuntar när jag fotograferar. Jag hoppar upp och lyckas rädda kameran. På skärmen ser jag att Simon fastnat på bild, under vattnet.

– Det roligaste är, när det händer saker och när eleven märker att vattnet bär, tycker Åsa.

Simskolan för barn med särskilda behov och deras syskon arrangerades av DUV i Västra Åboland under hösten 2013. Det var andra gången som simskolan ordnades. Sju barn deltog i simskolan denna gång. Det var Linus Abrahamsson, Wilma Mattsson, Marie Mattsson, Rebecca Nygård, David Nygård, Simon Nordhus och Emil Öhman.

TEXT OCH FOTO: LAURA RAHKA

Bilden ovan: David och Rebecca flyter tillsammans med pappa Patrik.

Bilden bredvid: Simon tycker att det är obehagligt att dyka och få vatten i näsan. Men han vågar, och fast vattnet strittar överallt – också mot kameran – fastnar han på bild när han gör det.





Caroline Rönnqvist valdes till ordförande i juni i år och säger att hon vågade ställa upp delvis för att föreningen hade en fritidskoordinator.

Ordföranden för DUV i Sydösterbotten: ”Fritidskoordinator guld värd”

DUV i Sydösterbotten har snart i ett års tid haft en anställd fritidskoordinator. Hon sköter allt det praktiska med att koordinera verksamheten, ta emot anmälningar och planera program. Hon har också hand om att ansöka om pengar.

Det är bra att en och samma person har koll på allt det praktiska kring fritidsverksamheten, anser föreningens nya ordförande Caroline Rönnqvist.

– Monica (Bonde) är guld värd. Om hon inte fanns skulle koordineringen falla på flera personer, och då finns det alltid en risk att något glöms bort eller det blir missförstånd.

Caroline Rönnqvist valdes till ny ordförande för föreningen i juni. Hon studerar socialpolitik på fjärde året vid Åbo Akademi i Vasa. Hon är hemma från Närpes, och bor i Kaskö och delvis i Vasa. Hon kom med för att det kändes viktigt, berättar hon.

– Jag kom i kontakt med DUV i Sydösterbotten när Monica ringde och frågade om jag ville bli fritids-

ledare för lördagsträffarna. Tillsammans med en studiekompis leder vi lördagsträffarna en gång i månaden och på den vägen är jag, berättar Caroline.

Hon säger att hon inte egentligen är någon föreningsmänniska och hade aldrig varit ordförande för en förening förut. Att det fanns en anställd underlättade beslutet.

– Visst påverkade det mitt beslut, och allt var väldigt bra koordinerat när jag började, berättar Caroline. De hade väl tänkt sig att det inte skulle gå så snabbt att få en ny ordförande. Tidigare ordföranden har nog haft mycket mera jobb.

Efter ett knappt halvår försöker hon ännu ta in allt vad det innebär att vara ordförande. Men arbetet med styrelsen har gått bra.

I framtiden hoppas Caroline på att kunna ge föreningen lite lyft.

– Det är nog inte bara min vision att vi ska bli mera synliga här i Sydösterbotten. I slutet av november deltog

vi i Närpes julöppning där vi sålde förbundets kalendrar och produkter från Arbetscentralen.

– Med bättre synlighet kanske vi lyckas hitta ledare till våra fritidsverksamheter, det är en utmaning.

– I framtiden hoppas jag att vi ska kunna tillhandahålla fritidsverksamhet en till två gånger i veckan. Dessutom har vi diskuterat med Monica möjligheter att hitta på verksamhet som riktar sig till yngre.



”Jag testade ALLT”

Stövelkastning, hinderbanor och hopp över ringar. Än en gång blev den återkommande prova på-kvällen i slutet av oktober en hejdundrande motionsfest för DUV-ungdomar på Åland.

Det var **Susan Enberg**, verksamhetsledare vid DUV på Åland, som för några år sedan kläckte idén om en aktivitetkväll. Gymnastiklärare **Kenneth Smulter** vid Ålands lyceum var direkt med på noterna. Båda parter vinner på samarbetet.

– Våra ungdomar får en jättetrevlig kväll då de får prova på alla möjliga idrottsgrenar och övningar, berättar Susan.

Eleverna, som går tredje året på lyceets linje för idrott och hälsa, får i sin tur träna på att arrangera och leda olika aktiviteter och att anpassa dem efter målgruppens särskilda behov.

– Vi har lyckats få många duktiga ledare för våra fritidsaktiviteter på det här sättet, säger Susan Enberg.

Killarna är så snygga

Årets kväll blev som de tidigare – hejdundrande och hellyckad. Ett 30-tal DUV-medlemmar deltog.

– Allt, absolut allt var jätteroligt. Men om jag ska välja det allra bästa blir det kanske stövelkastningen, säger **Emil Kronqvist**, 17 år.

– Jag testade allt. Gjorde till exempel kullerbyttor, kastade ärtpåsar och stövlar och allt gick bra, säger **Ella Schauman**, 12 år.

– När man kom igång ville man inte sluta. Det var så roligt, speciellt att göra kullerbyttor på den tjocka mattan, säger **Simona Slentneryte**, 24 år.

– Sådana här kvällar vill vi ha hela tiden. Eleverna är så hyggliga, säger **Daniel Backman**, 17 år.



Hur långt kan man kasta en stövel? Simona Slentneryte testade med glädje allt som DUV-medlemmarna bjöds på i Ålands lyceum.

Anja Dennstedt, 21 år, håller med:

– Jättehyggliga och gulliga. De visar så bra hur man ska göra allt. Och killarna är så snygga, säger hon.

Smörgåsbord

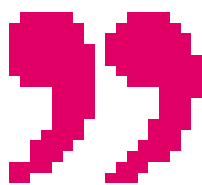
Kvällen hölls i lyceets gymnastiksal och eleverna dukade upp ett smörgåsbord med aktiviteter som DUV:s medlemmar fick prova på under knappt två timmar. Det var bara att gå från en station till nästa och det blev full fart från början.

Anja, som deltagit i aktivitetkvällarna tidigare år, gillade årets utbud: – Det var inte samma program i år som i fjol utan en del nytt, säger hon.

I ballongjakten skulle man hålla färggranna ballonger i luften så länge som möjligt.



Ella Schauman gillade det mesta under aktivetskällen och kastade bland annat ärtpåsar mot olika mål.



Vi har fått duktiga ledare för fritidsverksamheten på det här sättet.

– En kille var på sin jakt i början och höll sig på sin kant en stund men efter ett tag släppte hämningarna och han gav sig in i gemenskapen och började puffa på den ena ballongen efter den andra, berättar en av ledarna.

Stövelkastningsteknik

Eleverna visade och förklarade. Ärt-
påsarna skulle kastas mot olika mål
som ger olika poäng.

Man skulle också gå omkring så länge som möjligt med ärtpåsar på huvudet. Vid en annan station skulle man ta sig över en hinderbana och vid en annan hade ringar lagts ut på golvet. Dem skulle man ta sig över utan att trampa på dem.

Tekniken för att kasta stövlar lärdes ut och det blev en hel del glada skratt när olika varianter visades upp.

– Jag höll på hela tiden men blev inte trött. Jag har ganska bra kondis, jag är även med i frivilliga brandkåren, säger Emil Kronqvist.

– Jag orkade också med allt. Jag håller på med fotboll och judo, säger Daniel Backman.

Hittade på nya aktiviteter

Jennie Nyman, elev på hälsa och idrottslinjen vid Ålands lyceum, var en av dem som arrangerade kvällen.

Alla i klassen var med och det blev en hel del planerande och organiserande för att få det hela att löpa.

– Vi försökte hitta på egna aktiviteter och inte kopiera sådant som gjorts tidigare. Vi satsade inte heller på tävlingar, alla skulle kunna göra allt efter sin förmåga, säger hon. Alla elever i klassen såg framemot kvällen och var nöjda efteråt.

– Det bästa var att deltagarna var så entusiastiska och med på noterna. De trivdes verkligen och tyckte att allt var kul, säger Jennie Nyman.

TEXT: HELENA FORSGÅRD

FOTO: FREDRIK SCOTT

Hjälp för vinterföre

Förra årets nyheter håller streck, hälsar Malike. Vill du inte köpa miniskidor till rullstolen direkt, kan du testa dem på hyra.

Miniskidorna Wheelblades fungerar bra i vardagligt bruk då man behöver kunna röra sig på snöiga vägar eller liknande underlag med rullstol.

– Wheelblades fungerar bäst på hårda ytor, till exempel där det finns asfalt under snön eller där snön är hårt packad, förklarar **Jukka Parviainen** från Solia i Helsingfors.

Man fäster miniskidorna på rullstolens små framhjul eller så kallade länkhjul. De passar på manuella rullstolar och sulkyvagnar.

Ännu bättre före får man om man dessutom kombinerar skidorna med vinterdrivhjul eller grövre däck.

– Miniskidorna följer terrängens form och svänger smidigt tillsammans med framhjulen åt rätt håll. Både den främre och den bakre ändan av skidan är formad så att den vänder sig uppåt, vilket gör att skidan inte borrar sig in i snön.

– Miniskidorna fungerar inte på sandade ytor eller i djup snö, men löper nog bra på nysnö och en några centimeter tjock snöyta. De fungerar också bra till exempel i nedre ändan av slalombacken, berättar Parviainen.

Skid- och skridskokälke

Malike-Center i Tammerfors hyr ut hjälpmedel för personer med grav funktionsnedsättning. De har uthyrningspunkter även i Helsingfors och Rovaniemi.



FOTO: MALIKE

Hjälpmedlen skickas per post till hela Finland. Mottagaren betalar hyra och porto.

Du som gillar att skida eller skrinna kan prova en kälke för just det ändamålet. Det finns många olika alternativ, beroende på om man har krafter och förmåga att ta sig fram själv eller behöver bli skuffad. Som med alla hjälpmedel är det upp till användaren vad man gillar.

– På Solia har vi enbart kälkar som kräver muskelstyrka av den som sitter i kälken, men Malike hyr ut även kälkar för personer som inte kan skuffa själv. Oberoende av vilken kälke man väljer sitter skidorna på samma bredd som skidspår, förklara Jukka Parviainen.

Uthyrning ökar

» Kommunerna beviljar inte lika mycket hjälpmedel för fritidsaktiviteter som förut.

» Kommuner och skolor har börjat hyra i stället för att köpa.

» Oftast är det mycket billigare att hyra jämfört med att köpa.

Mera information

» Malike hyr ut till alla som har grav funktionsnedsättning. Man kan reservera hjälpmedel via den finskspråkiga webbplatsen: varaus.malike.fi

» På valineet.fi hittar du information på finska om hjälpmedel som hyrs ut av Solia och Pajulahden urheilupuisto.



Korsholms Kommun
www.korsholm.fi



Larsmo Kommun
www.larsmo.fi



Malax Kommun
www.malax.fi



Nykarleby Stad
www.nykarleby.fi

VORÅ
KOMMUN



VOYRIN
KUNTA

www.vora.fi / 082 1111

Optisk specialaffär



BÄCKMANS OPTIK

Torggatan 9
Mariehamn

Tel. 018-19 226

Multitronic

Korsholmsesplanaden 38
65100 Vasa

06 - 319 77 00
www.multitronic.fi

Lättläst innehåll

Ordförandens spalt	20
Storträffen 2013	21
Välkommen till öppet hus	22
Idas kolumn	23
DuvTeatern presenterar	24
Kom på ungdomsläger	25
Kom med till Peurunka	26
Kontaktannonser o. brevvänner	27





Var och
en av oss
är värd
en egen
sång



TEMAVECKAN FÖR
MEDBORGARSKAP
1-7.12.2013
FDUV.FI/TEMAVECKAN

Från ordföranden

Hej alla! Hur har ni det? Bra hoppas jag! Själv har jag det bra, fullt upp igen efter en skön vintersemestervecka, och nu tillbaka i spakarna igen.

Brr...det är kallt ute, man får ta på sig varmare kläder igen, för hösten är här. Det märkte vi på Högsand på Steg för Stegs storträff, som ni kan läsa om på sidan bredvid.

Detta är min sista kolumn för i år! Jag vill passa på att önska er alla en riktigt god och fridfull Jul och ett lyckosamt gott nytt år 2014!

I januari börjar mitt sista år som föreningens ordförande innan det väljs en ny nästa höst. Jag skall försöka göra mitt arbete på bästa möjliga sätt och föra föreningen framåt så att vi får mera synlighet. Det klarar jag inte ensam. Så är ni med mig på den vägen? Jag hoppas att jag ser många av er på något evenemang under året.

Ha det bra alla och sköt om er! Var som folk :)
H. Jonne

JONNE TALLBERG
STEG FÖR STEG RF



God jul och Gott nytt år!

önskar Steg för Stegs styrelse. Bilden är tagen på storträffen vid Högsand.

Från vänster: Jonne Tallberg, Joakim Smeds, Simona Slentneryte (suppleant), Anders Ranta-Aho, Ann-Mari Roos (suppleant), Niclas Jansson, Ulrica Sund, Jonas Bergholm, Erik Weyand

FOTO: CALLE LINDGREN

Hälsningar från Steg för Stegs

Storträff 2013

Föreningen Steg för Steg ordnar storträff vart tredje år. I år ordnades Storträffen på lägergården Högsand i Hangö. Vi var ett femtiotal deltagare från olika håll i Svenskfinland. En del hade kommit så långt som från Åland och Österbotten.

På storträffen pratade vi mycket om att berätta vad man tycker. Vi fick till exempel höra vad man ska tänka på om man vill berätta vad man tycker på internet. Det var Carina från FDUV som talade om säkerhet på internet.

Under hennes föreläsning hade vi skådespel för att förklara olika saker som kan hända på internet. Till exempel om hur det kan vara om någon lurar eller är elak på internet. De var många som tyckte att skådespelen var roliga.

Man kan också berätta vad man tycker med att rita serieteckningar. Serierna vi ritade tillsammans med Annette och Elina från FDUV kallas gräsrotsserier. Vi ritade fyra bilder som tillsammans blir en historia. Många ritade serier om internet och sitt eget hem.

På lördag hade vi festmiddag och dans med ett band som heter Nothmans trio. Det var många som dansade och många fick också sjunga tillsammans med Nothmans trio.

Under storträffen berättade Steg för Stegs blivande erfarenhetstalare om projektet Vi vet, vi kan! Storträffen avslutades med Steg för Stegs årsmöte.

Till slut fick alla deltagare fylla i en utvärdering och berätta vad de tyckte om träffen. De flesta tyckte att träffen var rolig och bra. Steg för Steg tackar alla som var med. Nästa gång är det storträff år 2016.

TEXT: CALLE LINDGREN

FOTO: DELTAGARE PÅ STORTRÄFFEN



Över 50 deltagare var med på storträffen i år.



Jukka ritade en egen gräsrotsserie.



Innan dansen brakade loss åt vi festmiddag.



Så här ser det populära fiskspelet ut.

Välkommen till Tian!

I Tians klubblokal i Helsingfors är det öppet hus varje torsdag kväll mellan klockan 18 och 20. Då träffas DUV-medlemmar från Borgå, Esbo, Helsingfors, Kyrkslätt, Sibbo och Vanda för att skratta, prata, pyssla, spela och bara vara tillsammans.

På öppet hus kan man komma och gå som man vill och göra det man själv har lust med. De flesta föredrar ändå att komma när dörrarna öppnas klockan sex på kvällen. De flesta deltar också i allt program som ordnas och blir kvar tills kvällen är slut.

Ragnar Bengtström är en av Tians stammisar. Fast han bor i Kyrkslätt kommer han till Tian åtminstone två gånger i veckan. Ibland händer det att taxisedlarna tar slut och det tycker han att är trist.

Ragnar brukar delta i allsången på onsdagarna och den nya seniorgruppen och öppet hus på torsdagar. Dessutom är han med i DuvTeatern.

– Jag kan hålla på tre dagar i streck med teatern, berättar Ragnar.
– När jag åker hem är jag lika pigg som förut.

TV och fiskspel i soffan

Malena, Sebastian, Rasmus och Roy sitter i soffan och slötittar på TV. De berättar att de också brukar spela olika spel.



Roy och Rasmus spelar fiskspel. Sebba kollar på TV.

– Fiskspelet är bäst, säger Rasmus. När vi tar fram spelet blir det genast liv i luckan. I fiskspelet ska man plocka små plastfiskar med ett magnetiskt fiskspö.

Fiskarna sitter i små hål på ett underlag som roterar. Fiskarnas munnar öppnas och stängs i olika takt och man måste få in spöet mellan fiskens tänder innan munnen stängs.

– Man får inte ta andras, kom ihåg det, påminner Jon, som är en av ledarna.
– Titta, den där fisken funkar inte, för munnen öppnas bara lite, säger Roy.

Daniela lyckas plocka upp alla sina egna fiskar och börjar med nästa färg. Jons hög med fiskar är lite högre.
– Nu är det kört för er, jag vinner, säger Jon.
– Jag ids inte spela, för då skulle jag vinna, säger Ida.

När det är dags för fika ställer alla sig snällt i kö för att köpa en rykande varm kopp kaffe eller te. Vi sitter i soffan eller står vid bardisken och pratar. Det hörs skratt och stöj här och där.

Till slut är det dags att åka hem och ledarna ringer efter taxi åt dem som bor längre bort. Jag vinkar hejdå till mina gamla och nya vänner och tänker på något som Ragnar sade tidigare under kvällen.

– Det bästa med Tian är vännerna.
– Sku inte Tian finnas, så sku jag inte veta vad jag sku göra.

TEXT OCH FOTO: LAURA RAHKA



Ragnar är stamgäst på Tian.



Daniela och Marina pysslar och pratar.

Idas väg till ett eget hem



Julen närmar sig och äntligen också flytten. Bygget har skjutits upp många gånger. Byggarbetarna har varit sjuka och saker som beställts har inte kommit i tid.

Men nu börjar det se ut som ett riktigt hus! Vid den fina muren mot gatan finns det växter, väggarna är vackert vitrappade både ute och inne, och dörrar och fönster är på plats.

I vår familj är vi glada över att vi har fått mera tid att vänja oss vid huset och vid tanken på att flytta. Ida har bläddrat i Ikea-katalogen och olika inredningstidningar. Hon har funderat på hur hon ska placera möblerna i rummet, och vilka gardiner och färger hon vill ha.

I flyttförberedelsegruppen har Ida och hennes blivande rumskompisar fått prata om flytten utan föräldrar. De har övat på att berätta om sina känslor och funderat på vilka regler de vill ha i sitt gemensamma hem. Till exempel har de pratat om hur de håller sitt hem snyggt och hur de ska använda hushållsmaskiner. De har också funderat på vilka utrymmen som är gemensamma och vilka som är privata. Flickorna har funderat på vad de behöver för att känna sig trygga i sitt hem. Vem ska de kontakta om de undrar över något? Hur ska det kännas att vara ensam hemma? Ida tycker att det känns bra att lyssna på musik.

Vi har också fått träffa de två personer från Kårkulla som ska hjälpa till i det nya hemmet. Tillsammans har vi försökt få en bild av hur flickornas vardag kommer att se ut och vilket behov av stöd de kommer att ha. Alla är nu positiva och beredda på att vara flexibla och öppna för nya saker. Vi väntar med spänning både på julen och flytten.



Kom och titta på DuvTeaterns nya pjäs:

Den Brinnande Vargen

DuvTeatern i Helsingfors övar som bäst på en helt ny föreställning.

Föreställningen heter Den Brinnande Vargen och den bygger på dikter som skådespelarna själva har skrivit.

– Dikter har alltid funnits med i DuvTeaterns sånger, repliker och programblad, berättar regissören Mikaela Hasán.

För att skapa egna dikter har skådespelarna fått höra och läsa både äldre och nyare dikter av finländska poeter.

Skådespelarna har också arbetat tillsammans med två poeter som själva skriver dikter. Poeterna heter Tua Forsström och Claes Andersson.

DuvTeatern hälsar dig välkommen till Den Brinnande Vargen, Helsingfors hetaste poesikrog.

Här flödar orden, jazzen och champagnen, här finns plats för längtan och sorg, uppror och hemligheter.

På scenen får du se:
Claes Andersson, Ragnar Bengtström, Tua Forsström, Marina Haglund, Yvonne Heins, Karolina Karanen, Irina von Martens, Tanya Palmgren, Alma Pöysti, Pia Renes, Martina Roos, Sara Sandén, Lotte Schauman och Elias Simons.

Föreställningen är en samproduktion mellan DuvTeatern och Klockriketeatern.

Spelplan för Den Brinnande Vargen

Du kan se föreställningen på Klockriketeatern i Helsingfors i januari eller februari 2014. Du kan boka ditt bord per telefon på 020 773 84 00.

Januari

to 23.1 kl.18 Premiär (slutsåld)
lö 25.1 kl.14
ti 28.1 kl.18

Februari

må 3.2 kl.18
ti 4.2 kl.18
fre 7.2 kl.18
lö 8.2 kl.18
må 10.2 kl.18
fre 14.2 kl.18 (slutsåld)
må 24.2 kl.18
ti 25.2 kl.18

Plats

Klockrike Diana
Skillnadsgatan 7 B, Helsingfors

Biljetter

25 €, 15 € (studerande, pensionärer, arbetslösa)
Boka per telefon: 020 773 8400

Tillgänglighet

Rullstolsplatser finns.
Meddela vänligen på förhand om du vill ha en rullstolsplats. Föreställningen textas delvis. DuvTeatern försöker även ordna teckentolkning till några föreställningar.

Kom med på Ungdomsläger i Högsand 28.2–2.3.2014!

Kom och träffa ungdomar från hela landet och ha skoj tillsammans på FDUV:s läger för ungdomar med särskilda behov.

När? 28.2–2.3.2014

Var? Lägret ordnas på kurscentret Högsand i Västnyland. Högsand ligger i Lappvik mellan Ekenäs och Hangö. Mera information om Högsand hittar du på webbplatsen: hogsand.bvif.fi

Hur kommer jag dit?

Du kan åka tåg från Helsingfors eller Vasa. Ledare från FDUV deltar i tågtransporten. Från Helsingfors startar vi på fredag eftermiddag och från Vasa på förmiddagen.

Vad skall vi då göra under helgen?

Vi kommer att ha allt från utelekar i snön till simning i bassängen, roliga spel och lekar. På lördagkväll blir det disko! Berätta gärna dina önskemål när du anmäler dig till lägret.

För vem är lägret?

Ungdomar med särskilda behov 15–25 år.

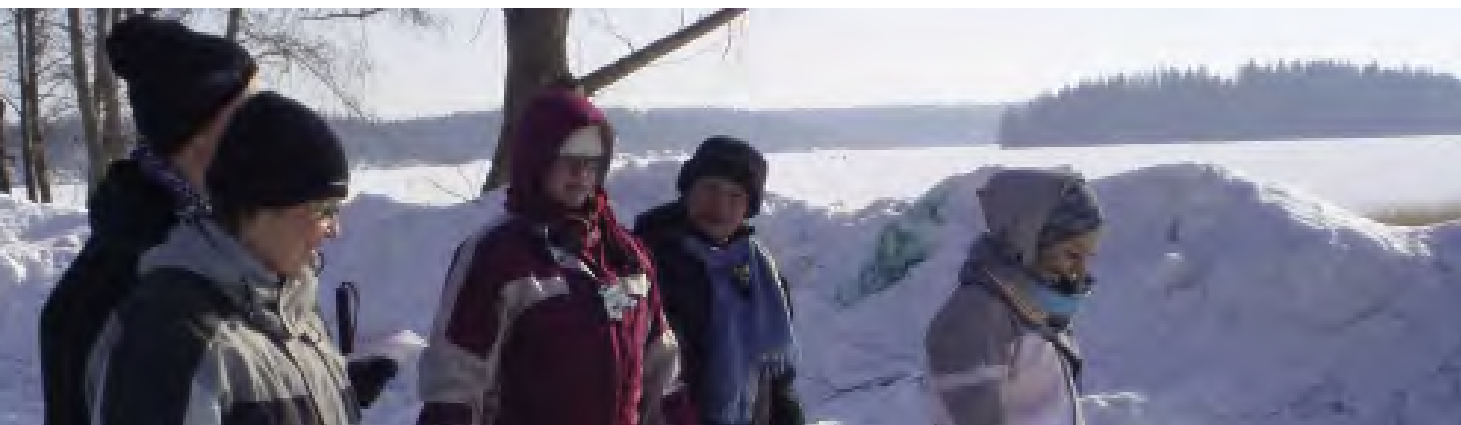
Vad kostar det?

160 € per deltagare. I priset ingår kost och logi samt assistans dygnet runt. Du betalar själv resan till och från Högsand.

Anmäl dig senast när?

till fritidskoordinator Jon Jakobsson per telefon 050 594 8987 eller e-post jon.jakobsson@fduv.fi

Kom ihåg att meddela om du har specialdiet, önskemål om rumskamrat samt möjligt förmånskort för tågresan (studierabatt eller pensionsförmån). Anmälningsblanketten hittar du på FDUV:s webbplats på: fduv.fi/kalender.



Peurunka 21–23.2.2014

Välkommen med på det traditionella vinterveckoslutet i Peurunka motions- och badanläggning i Laukaa utanför Jyväskylä! På Peurunka finns möjlighet till många olika aktiviteter både utomhus och inomhus.

Besök webbplatsen www.peurunka.fi för mera information om stället.

När? 21–23.2.2014.

Hur? Start från Karleby/Jakobstad/Vasa och Ekenäs/Helsingfors med buss tidigt på fredag morgon och hemfärd på söndag med start efter lunch.

Program? Du kan välja mellan olika aktiviteter: simning i badanläggningen, konditionssal, vinteraktiviteter ute om vädret tillåter, badminton eller bowling. På kvällarna blir det dans i restaurangen eller fri samvaro.

Mot en extra avgift kan du gå på olika behandlingar, terapier eller massage. Om du vill gå på någon behandling ska du boka i god tid. Det kan du göra direkt till Peurunka per telefon 020 751 6711. Kom ihåg att hänvisa till FDUV:s bokning.

För vem? Personer med utvecklingsstörning (OBS! med egna ledare/assistenter eller personal) och familjer. Det finns plats för ca 60 personer. FDUV anställer 1 ansvarig ledare för hela gruppen.

Vad kostar det? 240 € per person i 2–3 personers rum, 300 € i enkelrum.

Vad ingår i priset? I priset ingår 2 övernattningar med frukost, buffémiddag både fredag och lördag, sopplunch på lördag och lunchbuffé på söndag samt bussresan tur retur. Alla rum är handikappvänliga.

Anmälan: Boka antal platser senast 31.1.2014 av Jon Jakobsson 050 594 8987 eller jon.jakobsson@fduv.fi. Berätta gärna samtidigt om önskade aktiviteter och meddela även specialdiet och rullstolsbehov.

Kontaktannonser • Brevvänner

Är du tjej och vill skriva med en kille?

Så här skriver Sosial kille:

Jag är en kille på 31 vårar.
Jag bor i Mariehamn på Åland.
Jag vill ha brevvänner från hela landet,
som har samma intressen som jag.
Jag vill skriva med alla flickor i min ålder.
Jag tycker om romantiska hemmakv  llar,
att titta på filmer, spela TV-spel
och surfa runt på internet.

Skriv till oss på GP om du vill ha
kontaktuppgifter till Sosial kille.

Är du tjej och vill ha nya tjejkompisar?

Så här skriver Korsholmtjej:

Jag är en kvinna på 29   r.
Jag bor i Korsholm och   r förlovad.
Mina intressen är att lyssna på musik,
simma, l  sa böcker, resa och shoppa.
Jag tycker också om att koka mat och baka.
Jag syr unika m  ssor på fritiden
och designar själv p  rlsmucken till försäljning.
Jag hoppas att många flickor vill skriva till mig!

Skriv till oss på GP om du vill ha
kontaktuppgifter till Korsholmtjej.

Är du kille och vill träffa en tjej?

Så här skriver   botjejen:

Hej! Jag är en 22-årig ung kvinna från   bo
som söker en pojke mellan 20–26   r.
Du ska vara snäll, vänlig, humoristisk,
lagom modig och pålitlig.
Jag är snäll och mina intressen är djur, dator,
gå på restaurang och gå på promenad.

Skriv till oss på GP om du vill ha
kontaktuppgifter till   botjejen.

Skriv en kontaktannons!

Vill du brevväxla eller träffa en flicka
eller en pojke i din egen ålder?
Vi behöver alla någon att skratta och ha roligt med.
Någon som man kan prata om allt med.

Skriv till GP per e-post eller post.
Berätta vem du   r och var du bor.
Berätta också en hurdan människa du vill träffa.
Skriv ditt namn och din adress eller e-postadress.
Ditt namn eller din adress publiceras inte i GP.

Svara på en kontaktannons

Om du vill svara på en kontaktannons
kan du skriva till GP per e-post eller per post
och berätta vem du vill kontakta.
Vi förmedlar vidare dina kontaktuppgifter
till den du vill kontakta så att hon
eller han kan bestämma om hon vill träffa dig.

Skriv till Gula Pressen

per e-post: gulapressen@fduv.fi
per post: Gula Pressen
Nordenskiöldsgatan 18 A
00250 HELSINGFORS



DUV i Vasanejden

God Jul till alla medlemmar

DUV i Vasanejden önskar alla sina medlemmar en riktigt God Jul och ett Gott Nytt År!

Nästa medlemsblad med bl.a. vårens fritidsprogram utkommer i mitten av december.

Föreningen firade 50-årsjubileum

I år är det 50 år sedan föreningen De Utvecklingsstördas Väl i Vasanejden grundades av aktiva föräldrar. Det firades med en jubileumsfest en solig söndag i september. Föreningen bjöd sina medlemmar på middag och drygt 90 medlemmar hade mött upp.



Föreningens första ordförande Inga-Maria Jern gav en tillbakablick på hur föreningens verksamhet såg ut i början.

DUV i Sydösterbotten

Våren 2014

Lördagsträffarna i Kristinestad och Närpes kommer att fortsätta även under vårterminen.

Den 15 februari ordnas en friluftsdag på Vargberget och den 12 april ställer föreningen till med dans på Böle uf.

Fritidsprogrammet för våren 2014 med mera information om vilka evenemang som är på kommande skickas ut till alla medlemmar i början av året.

En riktigt god jul och ett gott nytt år önskar vi alla våra medlemmar!

önskar: Caroline och Monica

Läs en intervju med föreningens nya ordförande Caroline Rönnqvist på sidan 15.



Brita Othman berättade om historiken över åren 2003–2013 som hon har framställt. Hon assisteras här av förbundets ordförande Nils Torvalds som höll festtalet.



DUV i Nykarlebynejden

Solglimtarnas Stockholmsresa

Bilderna och texten från långresan till Stockholm saknades tyvärr i förra numret av GP och därför publiceras de i detta nummer.

Sommarens långresa gick i juli till Stockholm. Bussen startade från Nykarleby med 35 förväntansfulla personer. Alla njöt av den lyxiga sjöresan med Viking Grace.

En speciell upplevelse var Allsången på Skansen tisdagkväll den 23 juli. Bland de många stjärnorna på Skansenscenen och bland nittontusen i publikhavet sågs också Solglimtarna i TV-rutan.

Följande dag rundtur och guidning i Stockholm. Ett uppskattat besök på Junibacken och den obligatoriska shoppingen hanns också med. Hemfärd på kvällen.

Glada och nöjda resenärer hemma igen i Nykarleby på torsdagkväll.

DUV i Jakobstadsnejden

Vi ses på julfesten!

Välkomna till föreningens årliga julfest lördagen den 7 december, 2013 kl. 16.00 på Flynängens bönehus, Spårvägen 20, Källby. Gröten serveras kl. 16.00 och programmet börjar kl. 17.00. Varmt Välkomna!!

God Jul & Gott ny

Önskar DUV
i Jakobstadsnejden



DUV i Mellersta Nyland

Invig julen med oss!

Kom på traditionell julfest till Tian torsdagen den 12 december och Porten onsdagen den 11 december. Vi firar med pepparkakor, glögg och julmusik!

Klubbar våren 2014

Glöm inte heller att anmäla dig till vårens klubbar! På våren 2014 bjuder vi gamla goda klubbarna: Slöjdklubben, Konstklubben, Bandklubben, Dansklubben, Läslustan och Allsång. Dessutom har vi Seniorcafé på torsdagförmiddagar, för dig som är intresserad. Bowling och öppet hus fortsätter som vanligt. Filmklubben kommer också tillbaka!

DuvTeaterns nya pjäs

Läs mera om DuvTeaterns nya pjäs på sidan 24. Kolla vingen.fi och DUV Vingen Info 7/2013 för mera information om kommande program.

DUV i Västnyland

Stordans med Halloween-tema

En lördag i november ordnade vi stordans med Halloween-tema på restaurang Revy i Raseborg. En massa spöken, trollpackor och andra otäckta figurer mötte mig genast i dörren. Stämningen var på topp och dansgolvet var fyllt hela tiden.

Inför julen

Måndagen 9.12 ordnas en julsångskonsert i Ingå kyrka. Där uppträder också vår egen musikgrupp Trixstar. Lördagen 14.12 ordnar vi julfest. För närmare information se: vn.duv.fi

Blogga och gilla oss på Facebook

DUV i Västnyland har öppnat en blogg där medlemmar kan berätta om sitt liv. Vill du skriva i bloggen? Kontakta Angelica Lundberg på BloggFia@live.com eller per post Björknäsgatan 20 B 10, Ekenäs.

Nu kan du också gilla oss på Facebook. Gör det via vn.duv.fi eller på facebook.com/DUViVN

DUV i Västra Åboland

Hej på er alla!

Nu är det snart dags för en ny termin och vårens program är klart. Alla bowlinggrupper är fullsatta för tillfället men du kan alltid höra dig för om du är intresserad (det kan bli lediga platser ibland).

Eftersom det finns möjlighet att gå på bio i Pargas från och med hösten så börjar också vi göra det. Vi vet ännu inte vilka filmer som visas i vår så ni får hålla ögonen öppna t.ex. på hemsidan så att ni vet vilka filmer vi går och ser.



God Jul och Gott Nytt År
önskar DUV i Västra Åboland

Anna Öhman, 045 131 8926
aboland@duv.fi

Vårens program finns på: aboland.duv.fi





Språkträningshelg i Mariehamn

I mitten av november fick vi ta del av en lärorik helg i språkträning enligt Karlstadmodellen under ledning av Anna Öhman och Fredrika Abrahamsson från Pargas. När kursen slutade på söndag eftermiddag var vi mätta av information om Karlstadmodellen och tips på material och leksaker som uppmuntrar till kommunikation.

Tillsammans med teckenspråkstolk Ann-Charlotte "TeckenLotta" Åkergård hade vi lärt oss vardagstecken, övat sånger, lyssnat och sett på sagor, övat och skrattat massor.

Självklart gav det mersmak. Vi som bor på Åland kommer att fortsätta att träffas för att upprätthålla våra nya kunskaper och förhoppningsvis kommer FDUV att ordna fortsättning. Tusen tack till Fredrika och Anna för ert engagemang!

Fredrik Scott var mannen bakom fotografiet och även han deltog på kursen ☺



DUV på Åland

Våren 2014

I början av januari landar första numret av årets 2014 DUVAN i era postlådor. Här är några av de aktiviteter som vi planerat för våren:

- Inflyttningsfest på den nya ungdomsgården Tvärsan måndagen 13 januari kl 18.00–20.30.
- Föreläsning med Juridiskt ombud i Svenskfinland
- Uppföljning av FDUV:s projekt Skraddarsydd boendeservice 2012–2015.
- Föreläsning om etik och tystnadsplikt i samarbete med FDUV
- Myssöndag på Mariebad
- Start av damklubb
- Träffar för våra stödgrupper.
Kom gärna med förslag på tema för stödträffarna.

DUV-kansliet stänger för julen 23.12 och öppnar igen tisdagen den 7.1.2014.

God jul och gott nytt år till alla medlemmar!

DUV i Kimitonejden



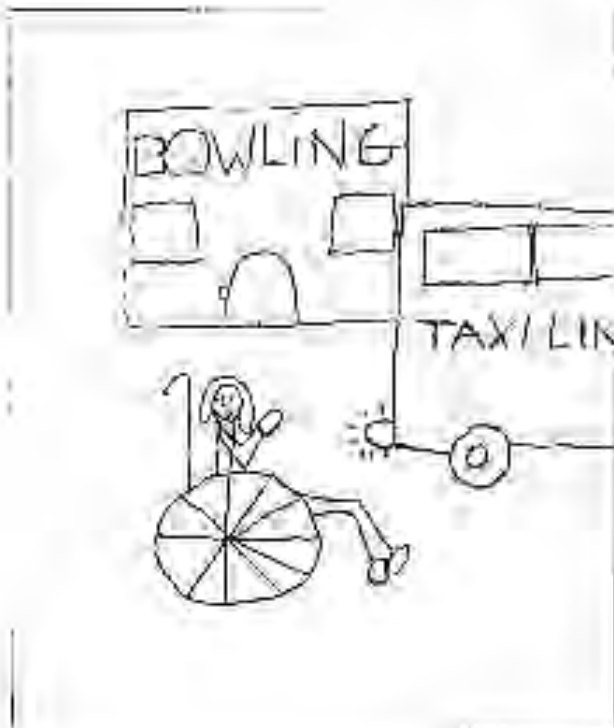
På Picknick-kryssning 21.9.

Ovan: Jukka, Benita, Monica och Sofia äter frukost på båten.

Till vänster: Deltagare i Picknick-kryssningen väntar på att få stiga ombord på Viking Lines Amorella i Åbo hamn.



MIN BOWLING



MIA.1

