

GP

Gemenskap & påverkan

NUMMER 2, MAJ 2018
MEDLEMSTIDNING FÖR FDUV OCH DUV-FÖRENINGAR



TEMA: TID

Minna behövde tid att ta till sig Frejas diagnos

Sidan 8



Personlig assistans ger fritiden ett lyft

Sidan 15

Tidshjälpmedel

Sidan 18

När är snart?

Sidan 20

Innehåll

3 Ledare: Medborgarverksamheten till heders

4 Kurser och evenemang

6 FDUV och GP har nytt namn

7 Funktionshinderkortet ger fler möjligheter

8 Stöd är en fråga om tajming

Minna Almark behövde tid att förstå, bearbeta och slutligen omfatta dotterns funktionsnedsättning. En stor del av det stöd familjen fick var förgäves eftersom tidpunkten var fel.

12 Ett läger är mer än ett läger

FDUV:s läger är ett viktigt avbrott i vardagen för många. Förbundet har startat en medelinsamling får att kunna sänka deltagaravgifterna.

15 "För många är det veckans höjdpunkt"

Möjligheten att få personlig assistans för fritid har gett fritidsverksamheten i Karleby ett lyft.

18 Lärum tipsar: Känsla för tid

19 Respons är en del av patient- och klientsäkerheten

20 LÄTTLÄST

20 När är snart? är en svår fråga

23 FDUV och GP har nytt namn

24 Snart kan du få funktionshinderkortet

25 Vänannonser

26 FÖRENINGSGRUPP

20



8



12



15



18



Medborgarverksamheten till heders

Gemenskap & påverkan är FDUV:s tidning som berättar om intressanta företeelser och senaste nytt inom funktionshinderområdet, särskilt sådant som berör svenskspråkiga personer med intellektuell funktionsnedsättning. Tidningen skickas till alla DUV-medlemmar. Den hette tidigare Gula Pressen.

Nästa nummer utkommer vecka 37. Skicka material senast 15.8.

Respons och material:

gp@fduv.fi eller per post till
Tidningen Gemenskap & påverkan
FDUV
Nordenskiöldsgatan 18 A
00250 Helsingfors

Ansvarig utgivare:

Lisbeth Hemgård

Redaktionssekreterare:

Matilda Hemnell

Redaktionsråd:

Henrika Mercadante
Maria Österlund
Susanne Tuure
Matilda Hemnell

Layout och ombrytning:

Linnéa Sjöholm

Pärbild:

Freja och Minna Almark. Foto: Privat.

Adressförändringar:

Tfn (09) 434 23 60
E-post: hanna.sipilainen@fduv.fi

Upplaga: 2 600

Tryckeri: Grano/Fram,
Vasa 2018



Om vård- och landskapsreformen blir av som planerat, kommer hela landet att delas in i 18 landskap med ansvar för all social- och hälsovård på både bas- och specialnivå. Kommunernas roll förändras. Detta har konsekvenser för tredje sektorn och dess medborgarverksamhet, inklusive FDUV och våra föreningar.

Föreningar har i dag mycket samarbete med kommuner och många får ekonomiskt understöd från kommunerna. Varje år förhandlar FDUV med olika kommuner kring läger- och kursverksamhet. I framtiden gäller det att förhandla med både landskapen och kommunerna. Kommunerna kommer ju fortfarande att ha ansvar för det preventiva arbetet och olika

tjänster i närsamhället, även om de inte ansvarar för social- och hälsovården.

Alla landskap ska nu göra upp en strategi för samarbetet med tredje sektorn. En delegation eller andra gemensamma plattformar som bevakar föreningarnas intressen ska bildas.

Social- och hälsovårdsorganisationernas förbund, SOS-TE, understryker vikten av samarbete mellan föreningar. Vi behöver en gemensam representation i landskapen för att lyfta fram allt det tredje sektorn kan erbjuda samhället.

Samtidigt är föreningarna väldigt olika. Det finns allt från jättestora nationella förbund med omfattande serviceproduktion till små lokalföreningar som utövar frivilligverksamhet. Kommer vi att kunna samsas kring ett gemensamt mål?

För oss finlandssvenskar kan det bli extra svårt att hitta vår roll. Ska vi gå samman och kämpa för vår egen sak eller ska vi samarbeta med de finska organisationerna? Jag befarar att vi som tidigare måste arbeta på bäge fronter. Utmaningen är att nätverkande kräver resurser i form av tid och personer.

FDUV:s föreningar representerar gräsrotterna och behövs också efter reformen. Medborgarverksamheten har en stor betydelse för människors välbefinnande.

Lisbeth Hemgård, verksamhetsledare
Foto: Sofia Jernström

Kurser och evenemang

Juni

30.6 I HELSINGFORS

Svenska Hörnan på Helsingfors Pride

FDUV står upp för jämlikhet och mångfald och deltar tillsammans med många andra svenskspråkiga organisationer i Helsingfors Pride. Samarbetet mellan de olika svenskspråkiga aktörerna går under namnet Svenska Hörnan. Gå med oss i paraden och delta i den efterföljande parkfesten!

Inför själva paraden på lördag ordnar Svenska Hörnan en mingelfest fredagen den 29 juni kl. 17 på Luckan i Helsingfors. Också Steg för Steg deltar i Svenska Hörnan på Pride. Kom med och visa att "att synas är att finnas". Mera information: matilda.hemnell@fduv.fi, 040 503 72 30.



Foto: Regnbågsankan/Johan Finne.

Juli

16-21.7 PÅ SPAHOTELL PÄIVÄKUMPU I KARISLOJO

Familjesemestervecka: En paus i vardagen

Välkommen med på en skön och inspirerande semestervecka för familjer med barn med funktionsnedsättning. Spahotellet Päiväkumpu ligger vid en strand i det natursköna Karislojo. Under veckan har ni fri tillgång till den nyligen renoverade badavdelningen och motionssalen. För den som vill delta ordnas det ledda aktiviteter både inne och ute.

Med är också FDUV:s barnledare som planerar roligt program enligt barnens önskemål och behov. Veckan ordnas i samarbete med Svenska Semesterförbundet.

Fyll i ansökningsblanketten senast 30.5 på semester.fi. Sökande som ansöker första gången prioriteras. Deltagaravgift: 25 euro/dygn för vuxna, gratis för barn under 15 år. Mera information: fduv.fi/kalender, annette.tallberg@fduv.fi, 040 674 72 47, annette.tallberg@fduv.fi.



Foto: Kuviasuomesta.fi / Jonna Kotilainen.

27-29.7 I RASEBORG

Idrottskarneval

DUV i Västnyland står värd för de nationella DUV-idrottsdagarna denna sommar. Det utlovas en helg fylld av roligt program, idrott, hejarklackstävling, festlig stämning och trevligt umgänge. Läs mer på Föreningssidorna på sidan 28.



År 2015 ordnades idrottsdagarna på Åland.

Foto: Privat.

Nya evenemang och uppdaterad information hittar du i vår webbkalender på fduv.fi/kalender.

Oktober

5–7.10 PÅ NORRKULLALANDET I SIBBO SKÄRGÅRD

Rekreationsdagar för föräldrar till barn med särskilda behov

Föräldrar till barn, ungdomar och unga vuxna med särskilda behov – kom med, stanna upp och ta en paus från vardagen! Dagarna består av gemensamt program som utevistelse, ledda samtal med andra föräldrar och möjlighet att koppla av. Om du gillar att fiska kan du ta med dig fiskedonen och med god tur finns det svamp i skogen.

Samtidigt ordnar vi ett veckoslutsläger för barn och ungdomar med särskilda behov och deras syskon på kulturcentret Sofia i Nordsjö i Helsingfors. Deltagande förutsätter att föräldrarna deltar i rekreationsdagarna i Sibbo.

Deltagaravgift: 65 euro. Mera information och anmälning senast 7.9: jon.jakobsson@fduv.fi, 040 865 38 88. Rekreationsdagarna och lägret är ett samarbete med Folkhälsan.



Foto: Privat.

26.10 PÅ HANAHOLMEN I ESBO

Etikseminariet Rätt till (ett gott) liv

FDUV värjer sig inte för de svåra frågorna, men utlovar heller inga enkla svar. Välkommen på vårt etikseminarium där vi fördjupar oss i frågor kring fosterdiagnostik, människovärde och människosyn.

Talare är bland andra **Charlotta Ingvaldstad Malmgren**, genetisk vägledare vid Karolinska Universitetssjukhuset och initiativtagare till Svenskt nätverk för information kring fosterdiagnostik och **Carolin Ahlvik-Harju**, forskare i teologisk etik.

Närmare information om seminariet och anmälan finns i nästa nummer av GP som utkommer i september och på fduv.fi/kalender.



Charlotta Ingvaldstad
Malmgren. Foto: Privat.



Carolin Ahlvik-Harju.
Foto: Kavilo Photography.

FDUV och GP har nytt namn

FDUV har ett nytt namn. Det är *FDUV, förbundet för personer med utvecklingsstörning eller annan intellektuell funktionsnedsättning*, men vi använder namnformen FDUV. Förbunds kongressen beslöt om namnändringen i oktober och nu har den trätt i kraft i och med att Patent- och registerstyrelsen godkänt de nya stadgarna.

Personer med intellektuell funktionsnedsättning har egna resurser och ska bli hörda och vara delaktiga. Därför ville förbundet slippa det föråldrade namnet Förbundet De Utvecklingsstörda Väl.

I namnet ingick det inkorrekt begreppet ”utvecklingsstörd” och ordet ”väl”. I stället för att se personer med funktionsnedsättning som aktiva subjekt, signalerade namnet att de betraktas som passiva objekt att tycka synd om.

– Formuleringen ”Väl” antydde ett ovanifrån perspektiv och att arbete för personer med intellektuell funktionsnedsättning är välgörenhetsarbete. Men vi sysslar inte med

välgörenhet, vi arbetar för mänskliga rättigheter, säger verksamhetsledare **Lisbeth Hemgård**.

Samtidigt får också FDUV:s tidning ett nytt namn. Från och med detta nummer heter tidningen *Gemenskap & påverkan*. Förkortningen GP består.

Orsaken till att styrelsen beslutat att frånga det bekanta namnet Gula Pressen är att det för utomstående och nya medlemmar inte berättar vad tidningen handlar om. Många associerar namnet till skvaller och oprofessionell journalistik eftersom begreppet ”gula pressen” i andra sammanhang betecknar uttryckligen det.

– Men det motsvarar inte innehållet i GP. Tidningen har ett seriöst innehåll med ett viktigt budskap. Det nya namnet berättar om FDUV:s uppdrag – vi erbjuder en gemenskap och påverkar samhället för att personer med intellektuell funktionsnedsättning och deras anhöriga ska ha det bra, säger informatör **Matilda Hennell**.

Ny personal på FDUV

Vi har många nya ansikten på FDUV, delvis tack vare ökad STEA-finansiering. Ett nytt projekt som går under namnet Familjen i Centrum har startat i och med anställandet av två koordinatörer. **Maria Balk** är projektkoordinator för södra Finland och **Camilla Forsell** för Österbotten.

Projektets främsta mål är att stärka stödet till svenskspråkiga familjer som har barn, ungdomar och vuxna med funktionsnedsättning. Särskilt läget med alla struktur- och lagändringar har väckt en oro bland anhöriga och deras behov av information har ökat.

Dessutom har **Veronica Andersson** börjat arbeta på LL-Center inom läsombudsverksamheten. **Elin Stranberg** jobbar som vikarierande koordinator för läger och DUV-föreningar i Österbotten sedan årsskiftet. Kontorsbiträdet **Daniela Frankenhaeuser** arbetar på Helsingforskansliet måndagar till onsdagar.

Kontaktuppgifter till alla våra anställda hittar du på fduv.fi/personal.



Maria



Camilla



Veronica



Elin



Daniela

Funktionshinderkortet ger fler möjligheter

EU:s funktionshinderkort kan ansökas från och med slutet av maj. Kortet ska göra det lättare för personer med funktionsnedsättning att delta i samhället. Med kortet kan man smidigt och lätt visa att man behöver hjälp eller stöd, till exempel vid resor inom kollektivtrafik och på idrotts- eller kulturevenemang. Särskilt personer med osynliga funktionsnedsättningar kan ha nytta av kortet.

Funktionshinderkortet är frivilligt och man får inga sociala förmåner med det. Det gäller i Finland och i övriga EU-länder och kommer att kosta 10 €.

Funktionshinderkortet söks från FPA, på deras webbplats eller genom att fylla i en blankett på FPA:s byrå. För att bli beviljad kortet måste personen ha i kraft ett beslut som berättigar till kortet. Sådana beslut är till exempel beslut i enlighet med specialomsorgsprogrammet och tjänster som baserar sig på det.

I vissa fall kan funktionshinderkortet ha ett A-märke. Det ges till sådana personer som ofta har en assistent med sig. På baksidan av kortet kan man också få vissa symboler som visar vilken typ av stöd man behöver.

Mera information: vammais kortti.fi/sv



Uppdaterad guide och handbok

Årets socialskyddsguide med information om service för personer med intellektuell funktionsnedsättning har publicerats. Socialskyddsguiden är en guide om social trygghet för personer med intellektuell funktionsnedsättning. Syftet med den är att ge information om tjänster och stöd och att fungera som hjälp vid ansökningen av dem.

Du kan ladda ner den gratis från vår webbplats på fduv.fi/socialskyddsguide eller beställa den hem i tryckt format. Beställningar: matilda.hemnell@fduv.fi, 040 503 72 30.

FDUV har också uppdaterat sin handbok om service för unga med intellektuell funktionsnedsättning. När den unga närmar sig vuxen ålder ändras många saker. Genom att i god tid planera för förändringarna kan den unga och familjen förbereda sig för det nya livsskedet.

Handboken ger en överblick över de vanligaste ändringarna i förmåner och stöd som ungdomstiden medför. Här finns också tips och idéer som vi samlat inom vårt arbete med barn, unga och deras familjer. Du kan ladda ner handboken gratis från vår webbplats på fduv.fi/handbokforunga.



Stöd är en fråga om tajming

Vad händer när läkaren säger: "Ditt barn har kanske en utvecklingsstörning"? Hur snabbt kan du ta det till dig och när behöver du stöd? För Minna Almark, vars dotter har Kleefstras syndrom, misslyckades tajmingen av stöd.

För tio år sedan, omkring en vecka efter att **Minna Almarks** och **Magnus Svennblads** dotter **Freja** hade fötts, kallades föräldrarna till ett möte på Jorvs sjukhus. De steg in i ett mörkt rum där det satt många, allvarliga människor kring ett ganska stort bord. De visste inte vem som satt där. Mötet kändes opersonligt. Någonting var inte som det skulle vara. Läkaren sa att det var mer sannolikt än osannolikt att Freja hade en utvecklingsstörning.

– Det var ingenting definitivt. Ingen diagnos. Hennes muskler var lite slappa, men det skulle nog växa bort. Det fixar sig, minns Minna att hon tänkte.

Vid nästa besök hade Freja karpat upp sig lite, musklerna var starkare och neurologen sa då: "Det är mera sannolikt än osannolikt att Freja inte har en utvecklingsstörning".

– Jag ringde till mamma och sa att allt är okej nu. För så länge man har det där lilla hoppet, så håller man fast vid det.

Familjen fick en kontaktperson, en socialarbetare, som kom hem till dem. Hon ringde också med jämna mellanrum och frågade hur de har det. Problemet var att Minna inte förstod socialarbetarens roll, för hon hade inte ännu förstått att Freja har en funktionsnedsättning. Det är svårt att ta emot stöd av en människa vars roll man inte kan definiera. Minna tyckte att hon borde rapportera om någonting till socialarbetaren, men visste inte om vad. Sen flyttades undersökningarna till Barnets Borg. Nu försvann kontaktpersonen från Jorv och ingen annan tog över.

Behov av medvandrare

– Man får aldrig lämna föräldrar ensamma. Det kändes som om vi blev hängande i luften just när vi började ha frågor och skulle ha behövt svar och stöd, säger Minna.

Enligt Minna har man ingen chans att processa den information man får så snabbt som man förväntas göra det. Information som dessutom ges på finska. Hon kände att de bara hamnat på ett nytt ställe och frågade sig: "Varför är vi här? Vad är Barnets Borg?" Ingen förklarade.



Det att någon bryr sig, lyssnar och försöker svara och hjälpa till så gott det går är ovärderligt, säger Minna Almark. För henne tog det lång tid att acceptera dottern Frejas diagnos. Foto: Privat.

”

Det kändes som om vi blev hängande i luften just när vi började ha frågor och skulle ha behövt svar och stöd.



Minna efterlyser medvandrare som följer föräldrarna i processen och hjälper dem vidare.

– Olika frågor dyker upp i olika skeden. Man borde få ställa dem till någon. Läkare är ju helt omöjliga att få tag på och via HUS hemsidor hittar man ingenting.

Redan bara att hålla i Freja som var slapp i musklerna var en utmaning. Därtill kom svårigheterna med amningen. Hälsovårdaren vid barnrådgivningen blev Minnas räddning. Hon lyssnade och fixade hem en våg åt familjen. Minna vägde Freja före och efter amningen, kollade i en tabell exakt hur mycket hon borde dricka och gav vid behov extra mjölk i flaska.

– Nu skrattar jag åt det, men den där vågen var jätteviktig just då, för jag kände att jag kunde göra något konkret för mitt barn. För att hon skulle bli bra. Frisk.

Det tar tid för besked att sjunka in

Du kan berätta för en förälder att barnet har en utvecklingsstörning. Det är fakta. Men det kommer att ta en tid innan hen kan förstå, bearbeta och slutligen omfatta det. I dag ser Minna sitt behov av att ge den exakta mängden mjölk åt dottern som en del av den processen.

Så länge Freja inte hade en diagnos kändes det aldrig aktuellt att kontakta handikappservicen eller att ansöka om förhöjt handikappbidrag. Antagligen fick Minna information om vad hon borde ha gjort redan på Barnets Borg, men informationen kom för tidigt. Minna ville bara ha terapier som skulle göra Freja frisk och lyssnade inte på något annat.

Det hon däremot ville var att träffa någon annan förälder med ett barn som Freja. Hon tittade på mängden lappar som hängde på väggen på sjukhuset. Kontaktuppgifter till föreningar för barn med olika diagnoser. Men Freja hade ju ingen diagnos. Minna bad neurologen om råd och hon lovade ta reda på vem Minna kunde kontakta. Vilket neurologen aldrig gjorde.

– Vi kände oss som i ett limbotillstånd, konstaterar Minna.

Människor bara flöt in och ut ur familjens liv – tre olika neurologer, korta besök och hem igen, en finskspråkig talterapeut som inte kunde kommunicera med dottern. Minna började långsamt inse att dottern var senare i utvecklingen än barn i samma ålder, men varför var ännu oklart och ingen höll i trådarna.

Diagnos innebär sorg och lättnad

När Freja var tre år lyckades Minna få en remiss för Freja till Folkhälsan. Det var en lycka för familjen att komma till en liten enhet, få en plan och service på svenska. När Freja var fyra år fick hon diagnosen utvecklingsstörning. Det var en stor sorg, men också en lättnad, för nu kunde Minna på allvar börja bearbeta sorgen. Föräldrarna fick

”

Det var där som det sjönk in i mig att Freja har en utvecklingsstörning.



Foto: Privat.

också gå på en kommunikationskurs. De kom in i rummet där det satt två andra barn med föräldrar.

– Jag tittade på de där barnen och tänkte att Freja hör ihop med dem. Och jag minns att jag började gråta. Och måste gå bort. Det var där som det sjönk in i mig att Freja har en utvecklingsstörning, minns Minna.

När Freja började på dagis och vardagen fick klarare ramar började alla bitar falla på plats och tiden för blanketter och byråkrati var mogen. I dag är Minna familjestödjure och vill ge nya anhöriga det stöd hon aldrig fick då Freja var liten. Hennes berättelse har blivit en av 16 videor med föräldraerfarenheter som används vid utbildningen av vårdpersonal inom FDUV:s projekt *Mer än ord*.

Text: Henrika Mercadante



Det som är guld värt är alla härliga människor som jobbar på gräsrotsnivån: dagistanter, terapeuter, socialarbetare och stödpersoner, säger Minna Almark. Foto: Privat.



Ge en gåva för ett gott liv!

Läs mer om insamlingen och donera på fduv.fi/donera!
Det går lätt att göra en inbetalning via Mobilepay, med
nätbankskoder eller med kort.



FDUV:s läger är ett välkommet avbrott i vardagen.

Foto: Terhi Paukku.

Ett läger är mer än ett läger

FDUV:s läger är ett viktigt avbrott i vardagen för personer med intellektuell funktionsnedsättning. Förbundet har startat en medelinsamling får att kunna sänka deltagaravgifterna. Det ska vara möjligt att delta oberoende av socioekonomisk bakgrund.

Richard, Ricke, Blomqvist är en hejare på att skoja. Med glimten i ögat berättar han många anekdoter, om roliga upptåg, utfärder och bus som han varit med om på FDUV:s läger.

– Men dem får du inte skriva om, säger Ricke.

Han är nog med sin integritet och vill inte sära någon.

Ricke brukar delta i FDUV:s sommarläger varje år. Från Sjundea åker han i regel till Högsand för att där få vara med om nya upplevelser och träffa vänner.

– På ett bra läger finns det vatten, säger Ricke.

Uppskattade utfärder

Och på Högsand finns det sannerligen vatten. En långgrund sandstrand möjliggör simning och andra roliga vattenlekar.

Ricke tycker om att simma. Roligast är ändå alla de utfärder som hör ett FDUV-sommarläger till.

– Vi har varit till Raseborgs sommar-teater och till Hangö.

Det bästa sommarlägret var när de åkte på utfärd till husdjursgården Rehndahl i Kyrkslätt, slår han fast.

Ja, Ricke verkar vara en riktig spelevink, något av en Emil i Lönneberga.

Emil är också en saga han kan utan och innan. På en gemensam konsert för flera läger uppträdde han med sången *Hujedamej sånt barn han var*.

– Det var roligt med publik, jag tycker om att uppträda, säger Ricke.

Umgänge över region- och diagnosgränser

Lägren hör till FDUV:s kärnverksamhet och målet är att erbjuda meningsfulla aktiviteter, nya upplevelser, avkoppling och möjlighet att träffa gamla och nya vänner.

Jenni Bergman har varit ledare på lägren under många somrar och nu jobbar hon som lägerplanerare på deltid. Hon berättar att lägren för många är höjdpunkten på sommaren då deras vardag i allmänhet är väldigt inrutad och likadan från dag till dag.

– Många bor, arbetar och har hobbyer tillsammans med samma människor. Lägrerveckan är ibland enda tiden på året då de kan träffa människor från andra delar av landet, säger Jenni.

”

Personer med intellektuell funktionsnedsättning är allt annat än en homogen grupp. Men gemensamt för dem är att de inte kan delta i sammanhang där det saknas extra stöd.





Richard Blomqvist (till höger) på sommarläger tillsammans med Elmer Orlo och Caroline Grönqvist. Foto: Julia Holmqvist.

Höga kostnader medför höga avgifter

Att arrangera FDUV-läger kräver en hel del ledare, berättar **Jon Jakobsson** som är fritids- och föreningskoordinator på FDUV.

– Personer med intellektuell funktionsnedsättning är allt annat än en homogen grupp. Men gemensamt för dem är att de inte kan delta i sammanhang där det saknas extra stöd. Därför behövs många ledare på lägren och därför kostar lägren en hel del att ordna, omkring 1400 euro per deltagare, säger Jon.

Kostnaderna för att arrangera läger har stigit samtidigt som det blivit svårare att få finansiering. FDUV:s ambition är att hålla lägeravgiften så låg som möjligt för att fler ska kunna delta. Ändå kostar lägren i dag 650 euro för deltagarna. Det är en enorm summa för de flesta vars inkomster kan röra sig kring 800 euro i månaden.

Deltagarna har möjlighet att anhålla om stöd för sitt deltagande från sin hemkommun, men kommunerna beviljar inte längre understöd så lätt. I ekonomiskt kärva tider prioriterar de bort stödet för deltagande i läger. Det är nämligen inte en lagstadgad verksamhet för kommunerna.

Fler kan hjälpa till för att trygga lägren

För att trygga lägerverksamheten har FDUV nu lanserat en medelinsamling.

– Målet är att personer med intellektuell funktionsnedsättning också i framtiden har möjlighet att delta i våra sommarläger och därmed får ett avbrott i vardagen. Tillsammans med andra ska de få njuta av en avkopplande tillvaro i en trygg miljö – med tillräckligt stöd, berättar Jenni Bergman.

– Vi vill utveckla lägren så att deltagande är möjligt oberoende av ekonomisk eller social situation, säger Jon Jakobsson.

Text: Matilda Hemnell

”För många är det veckans höjdpunkt”

I Karleby får personer med intellektuell funktionsnedsättning personlig assistans för fritid, även om de bor på Kårkullas boenden. Det här är ingen självklarhet på andra ställen, men inom Mellersta Österbottens social- och hälsovårdskommun Soite, har man aktivt lyft fram att detta är en laglig rätt personerna har. Det har gett fritidsverksamheten ett lyft, anser personalen på Soldalens serviceenhet.

Lars Åkerblom jobbar på Soldalens dagcenter i Karleby. Han gillar att väva mattor och lägga pussel. Sedan 2011 bor han i egen lägenhet och tisdagar är en speciell dag. Då har han personlig assistans.

– På tisdagar kommer någon från Medipunkt, berättar Lars Åkerblom.

Medipunkt är en av de serviceproducenter som genom servicesedel erbjuder personlig assistans i Karlebytrakten.

Lars Åkerblom tycker att det är viktigt med personlig assistans. På det sättet får han komma ut bland folk, eller göra roliga saker hemma.

– Vi har till exempel lagt pussel tillsammans. Jag har just börjat med ett 500 bitars pussel.

Det är Lars Åkerblom själv som får välja vad han gör med den personliga assistenten.

– Senast var vi ut och äta till Korv-Görans.

Lars Åkerblom gillar verkligen att ha personlig assistans, och det verkar inte bekomma honom alls att det inte alltid är samma person som är hans assistent.

– Jag vet inte på förhand vem som kommer och det är bra. Då blir det en överraskning! Jag kommer bra överens med dem alla.

Soite beviljar, klienten väljer

Det är alltså samkommunen Soite som beviljar den personliga assistansen. **Lena Aho-Rintamäki** fungerar som ledande socialarbetare inom handikapptjänster på Soite. Hon berättar att personer med intellektuell funktionsnedsättning på boenden också har rätt till personlig assistans för fritid, om de uppfyller handikappservice lagens kriterier och om boendet inte kan uppfylla deras behov.

De kan göra en anhållan om personlig assistans och beskriva till vilken typ av sysslor de önskar stöd och hur många timmar per månad. Maxantal timmar man kan bli beviljad är 30.

Soites klienter kan välja mellan att själva fungera som arbetsgivare eller att få en servicesedel för anskaffning av assistans. De flesta väljer servicesedel. Klienten får sedan



Lars Åkerblom gillar att väva mattor. Han har personlig assistans på tisdagar och tycker det är spännande när han inte på förhand vet vem som kommer att vara hans assistent.

”

Jag vet inte på förhand vem som kommer och det är bra. Då blir det en överraskning!

→

en lista över de serviceproducenter som erbjuder assistans, och från den väljer de sin serviceproducent. För de flesta har valet fallit på Medipunkt som kan erbjuda service på svenska.

Komplement till boendeverksamheten

Carina Forsström, enhetschef för Soldalens serviceenhet, tycker att brukarnas möjlighet att få personlig assistans är ett välkommet komplement till Kårkullas verksamhet. Det har gett brukarna möjlighet till individuella aktiviteter, så att de inte alltid behöver röra sig i samhället tillsammans med hela boendet.

– Här har självbestämmandet kommit till sin rätt. De får själva välja vad de ska göra tillsammans med assistenten, till exempel bowla, simma eller gå på konsert.

– Om de inte skulle ha personlig assistans skulle de få vänta mycket längre på att få göra något extra. Det är bra att de vet att de åtminstone en gång i veckan kan göra något utöver det vi kan erbjuda. Det är också värdefullt att de ibland har en människa bara för dem själva, säger **Nicke Hänninen**, vårdare på ett av Soldalens boenden.

Hans kollega **Maria Rasmus** är inne på samma linje.

– De får ett mera innehållsrikt liv tack vare personliga assistansen.

Hon gläds över brukarnas möjlighet att göra helt nya saker. En brukare har tillsammans med sin assistent köpt en docka och nu ska de sy kläder till den.

– För många är dagen då de har personlig assistent veckans höjdpunkt.

En laglig rätt

Carina Forsström berättar att Karleby stad aktivt lyft fram möjligheten till personlig assistans och påpekat att det är en laglig rätt. Enligt vad FDUV erfar är andra kommuner mer strikta och berättar inte lika aktivt om möjligheten.

– Här har det inte varit svårt att bli beviljad personlig assistans. Alla



För Maria Svenfelt är det viktigt med kontinuitet. Hon vill att det alltid är samma person som fungerar som hennes assistent.

”

Det är bra att jag får komma ut lite och behöver inte sitta inne hela tiden.

som bor på Soldalens boenden och som sökt, har blivit beviljade servicen.

Soite har inte heller varit så strikt med att klienterna ska kunna definiera assistansens innehåll och sättet att ordna den, något som finns skrivet i lagen, men som kan tolkas på olika sätt.

– Också personer som inte har ett verbalt språk har blivit beviljade personlig assistans. De har fått stöd att med olika kommunikationshjälpmedel berätta sin åsikt, säger Carina Forsström.

Värt mödan

Maria Svenfelt jobbar liksom Lars Åkerblom på Soldalens arbetscentral. Sedan ungefär ett år tillbaka har hon personlig assistans på torsdagar. Hon tycker att livet blivit bättre i och med det.

– Det är bra att jag får komma ut lite

och behöver inte sitta inne hela tiden.

För Maria Svenfelt är det viktigt att det alltid är samma person som är hennes assistent och att personen talar svenska.

Det faktum att assistenterna kan byta från gång till gång har fått varierande respons.

– Vissa trivs med variation, andra behöver mer kontinuitet, konstaterar Nicke Hänninen.

För personalen på Soldalen innebär systemet med personlig assistans en hel del jobb. Det ska bokas, ringas, avbokas, ändras och beställas färdtjänst.

– Det är ett pussel, men för boendenas trivsels skull är det värt det, säger vårdaren **Elisabet Backström**.

Text och foto: Matilda Hemnell

Kommentar: Vad kan vi lära oss av Soite?

I Soite eller Mellersta Österbottens social- och hälsovårdssamkommun har man försökt organisera servicen på ett nytt sätt till klient- och patientcentrerade, enhetliga helheter. Målet är bland annat smidigare servicekedjor. Det är intressant att följa med hur det lyckas.

I Svenskfinland organiseras tjänsterna och servicen för personer med intellektuell funktionsnedsättning väldigt långt på samma sätt, och vi jämför ofta hur det är på andra håll i Svenskfinland. Soite är en samkommun som i huvudsak består av finskspråkiga kommuner med Karleby och Kronoby som tvåspråkiga kommuner. Jag har haft förmånen att få följa med hur tjänster och organiseringen av dem förverkligas i Soite och i det övriga finska Finland och lagt märke till att man tänker lite annorlunda då det gäller vår målgrupp.

Ett exempel på en lyckad satsning är den så kallade barnakuten. Som första centralsjukhus i Finland öppnade Soite i oktober 2017 en ny akutmottagning endast för barn. Barnakuten är öppen dygnet runt alla dagar om året och ansvarar för nästan alla akuta social- och hälsovårdstjänster för barn och unga. Responsen har varit god. Man har uppskattat bl.a. snabb tillgång till vård, telefonrådgivning och en lugnare miljö, något som säkert många familjer med barn med särskilda behov uppskattar.

Så visst behöver vi ibland egna lösningar i Svenskfinland, men vi får inte glömma att blicka utåt, utveckla verksamheten och hitta smidiga servicekedjor som har individen i centrum.

Susanne Tuure

sakkunnig inom boendefrågor och påverkansarbete i Österbotten

Personlig assistans är

- Nödvändig hjälp av en annan person för att klara av de funktioner som hör till normal livsföring, som personen skulle utföra själv, men som hen på grund av sin funktionsnedsättning inte klarar av
- Hjälp som möjliggör ett självständigt liv för personen med svår funktionsnedsättning
- Service enligt handikappservicelagen, som personen med svår funktionsnedsättning har en subjektiv rätt till, förutsatt att hen uppfyller kriterierna

Källa: Handbok för handikappservice, THL



Vårdare Nicke Hänninen och enhetschef Carina Forsström på Soldalens serviceenhet ser möjligheten till personlig assistans som ett bra komplement till Kärkullas verksamhet.

”

De får ett mera innehållsrikt liv tack vare personliga assistansen.

Känsla för tid

Personer med intellektuell funktionsnedsättning har ofta svårt med tidsuppfattningen. Vad betyder snart? Hur lång tid är en halv timme? Vad är dåtid, nutid eller framtid?

– Många har också svårt med när- och långtidsminnet, och det innebär förstås utmaningar gällande tidsuppfattningen, säger **Fredrika Nyqvist** som är pedagogisk utvecklare på Lärum.

Att ha svårt med tid medför en hel del frustration. Dessutom kan det försvåra det sociala livet.

– Om man inte vet vad ”om en stund” betyder, kan det leda till att man betar sig på ett socialt inkorrekt sätt.

Också exakta tidsangivelser som ”i morgon” kan vara problematiska.

– Om man till exempel kommit överens om att vi ska ringas i morgon, och den andra inte förstår tidsbegreppet innebär, kan det hända att hen ringer upprepade gånger, vilket kan uppfattas som störande.

Visualisera tid

Frustrationen kan böttna i att man inte har koll på tidsbegreppen eller i svårigheten att övergå från en aktivitet till en annan. Att vänta på något man ser framemot kan vara svårt för vem som helst, men är extra utmanande för den som inte förstår innebörden av begreppet ”om en månad”. Att vara tvungen att sluta med något man gillar att göra – till exempel titta på tv – kan vara kämpigt och blir ännu svårare om man inte blivit förvarnad på ett konkret sätt.

Det finns många verktyg för att visualisera tiden, till exempel väggkalendrar med specifik färg för respektive dag, det klassiska timglasets och Time Timern som konkret visar hur en angiven tid minskar, med ett rött visuellt område.

Så långt det är möjligt är det bra att konsekvent använda samma metod.

– Välj en tidsram som oftast passar er, till exempel fem minuter. Använd just det uttrycket så ofta ni kan. Säg exempelvis alltid till fem minuter före barnet ska stänga av tv:n, fem minuter före ni ska gå till bussen, byt inte tidsuttryck. Till en början har barnet ingen uppfattning om ”fem” och ingen uppfattning om ”minuter”, men så småningom får det en känsla för vad det innebär, säger Fredrika Nyqvist.



Fredrika Nyqvist, pedagogisk utvecklare på Lärum förevisar olika tidshjälpmedel.

Tidshantering och planering

När det kommer till tidsplanering och -hantering finns det många olika digitala verktyg i form av appar för mobiltelefon eller surfplatta.

– Fördelen med att använda de digitala verktygen är att du på en och samma apparat kan ha flera hjälpmedel. Men det kräver att man har en egen apparat.

En annan viktig sak som Fredrika vill lyfta fram är ansvaret för de olika hjälpmedlen. Vem är det som ska sätta in påminnelser i telefonen eller fylla i väggkalendern? Är det personen själv, anhöriga, assistenten, personal eller någon annan? En del klarar det själv, medan andra behöver assistans.

– Hjälpmedlen funkar inte om de inte används rätt, och det i sig leder till frustration.

För att undvika både svårigheter i det sociala samspelet och frustration finns det alltså många tidshjälpmedel och -knep man kan ta till. De kan sammanfattas så här:

1. Visualisera tiden
2. Skapa en känsla för tiden genom att använda samma metod
3. Hjälp till med tidsplaneringen

Text och bild: Matilda Hemnell

Respons är en del av patient- och klientsäkerheten

I skuggan av alla nya lagar och all omstrukturering av social- och hälsovården i vårt land har statsrådet godkänt en patient- och klientsäkerhetsstrategi. Strategin ska betjäna de aktörer som ordnar social- och hälsovård samt producenter, personal, patienter, klienter och deras anhöriga.

Strategin omfattar fyra olika perspektiv: säkerhetskultur, ansvar, ledning och bestämmelser. Enligt strategin är vi alla delaktiga i övervakningen och utvecklingen av social- och hälsovårdstjänsterna. Vi är det i egenskap av brukare av service och som anhörig eller närstående till personer som anlitar social- och hälsovårdstjänster.

”

Möjligheten att ge respons ska vara tillgängligt för alla.

Möjlighet att ge respons

Ett sätt att påverka är att ge positiv eller negativ respons till serviceproducenten. Möjligheten att ge respons ska vara tillgänglig för alla, även för personer med intellektuell funktionsnedsättning. Det ska alltså vara möjligt att klaga över service som man inte är nöjd med, eller att komma med utvecklingsförslag för att göra servicen bättre. Serviceproducenten ska se det som något positivt då vi genom att ge respons är med och utvecklar servicen på enheten. Det ligger i allas intresse att servicen är säker och trygg.

FDUV har framfört oro för den målgrupp som vi arbetar med och för. Hur kan svenskspråkiga personer med intellektuell funktionsnedsättning formulera sin respons så att den tas i beaktande vid utvecklandet av servicen? Förstår serviceproducenten att respons är respons? Vågar och kan alla ge ärlig respons? Känner alla till möjligheten att ge respons? Finns det information om det på lättläst?

Plan för egenkontroll inom socialservice

Serviceproducenternas plan för egenkontroll är ett verktyg för att utveckla och följa upp servicekvaliteten i det dagliga arbetet vid verksamhetsenheterna. Planen för egenkontroll ska finnas till allmänt påseende. Ur planen ska det framgå hur enheten säkerställer att servicen är högklassig och säker för klienterna. Ur planen ska det även framgå



”

Vågar och kan alla ge ärlig respons?

hur respons hanteras på enheten. Planen för egenkontroll ska uppdateras med jämna mellanrum. Regionförvaltningsverket granskar planen vid sina tillsynsbesök.

Kårkulla samkommun har en responsblankett som hittas på deras webbplats. Vi uppmuntrar alla att flitigt ge respons. På det sättet hjälps vi åt att utveckla servicen.

Susanne Tuure
Foto: Sofia Jernström

Fotnot: Statsrådets patient- och klientsäkerhetsstrategi 2017–2021 finns på julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/80353



När är snart? är en svår fråga

Tid är ett svårt begrepp för vi uppfattar tiden olika.

Ibland går tiden fort, ibland går den långsamt.

För en del är det lätt att hålla reda på tiden, för andra är det svårt. Då är det bra att det finns olika saker som hjälper oss att hålla reda på tiden, till exempel klockor.

GP har besökt Treklangens serviceenhet för att diskutera tid.

Vilken tid stiger du upp på morgonen?

– Jag stiger upp klockan tio före sex, sen far jag halv sju hemifrån med spårvagn, säger Helena Lindfors.

– Min klocka ringer redan halv fem och sen kan jag inte sova mer, säger Susanna Lundmark.

– Jag vaknar av mig själv, jag behöver ingen väckarklocka, säger Torbjörn Gräsbeck.

När blir det kväll?

– Det blir kväll när solen går ner, när det blir skymning, säger Helena Lindfors.

– När man är hemma hos sig är det kväll, säger Susanna Lundmark.

– Kanske sju åtta-tiden blir det kväll, säger Henrik Averi.

– Efter tians nyheter blir det kväll, eller senare på veckosluten, säger Daniela Frankenhaeuser.



När man har något att göra går tiden fort, säger Susanna Lundmark.

När är snart?

– Ja hur ska man förklara det?

Det är en svår fråga,
säger Helena Lindfors.

– Snart är om mellan fem och tio minuter,
säger Lena Hertzberg.

– Jag kommer ihåg
när man satt i bilen som barn
och fick höra att vi snart är framme.
Det kändes som en evighet,
säger Torbjörn Gräsbeck.

När går tiden långsamt?

– När man inte har något att göra
går tiden långsamt,
säger Susanna Lundmark och Helena Lindfors.

– När man väntar på att någon ska komma på besök
eller när man har tråkigt.
Till exempel när man väntar på bussen
kryper tiden fram med snigelfart,
säger Torbjörn Gräsbeck.

– På kvällarna måste jag ha något att göra,
annars blir det långråkigt,
säger Lena Hertzberg.

När går tiden fort?

– Om man gillar det man gör
går tiden snabbare,
säger Susanna Lundmark.

– En gång försov jag mig,
då gick tiden snabbt,
säger Torbjörn Gräsbeck.

– När man har stress går tiden fort,
säger Daniela Frankenhaeuser.

– När jag är med min väninna går tiden för fort,
säger Monica Eriksson.



Snart är om tio till
femton minuter,
anser Torbjörn
Gräsbeck.



Tiden går långsamt när man väntar på
att nåt ska hända, säger Daniela
Frankenhaeuser.

Har du något som hjälper dig att hålla tiden?

– Jag har telefon och klocka, säger Ida Nummelin.

– I väskan har jag en kalender. Den använder jag så att jag vet vem som kommer till mig och när, säger Susanna Lundmark.

– Jag tycker inte det är svårt att hålla reda på tiden, jag brukar vara i förtid, säger Helena Lindfors.

Text och Foto: Matilda Hemnell



Ida Nummelin sover längre på morgonen på veckosluten.



Om man är ute med en vän och har roligt går tiden snabbt, säger Lena Hertzberg.



Henrik Averi vaknar av sig själv på morgonen.

FDUV och GP har nytt namn

FDUV har ett nytt namn.

Det är FDUV,

förbundet för personer med utvecklingsstörning eller annan intellektuell funktionsnedsättning.

Men vi använder det korta namnet FDUV.

Förbunds kongressen beslöt i oktober att förbundet ska byta namn och nu har det nya namnet börjat gälla.

Många tyckte att det gamla namnet Förbundet De Utvecklingsstördas Väl var dåligt.

I det gamla namnet fanns ord som inte längre är bra att använda.

Med det nya namnet vill förbundet visa att personer med intellektuell funktionsnedsättning har mycket att ge, att de ska få säga sin åsikt och vara med i samhället.

Gemenskap och påverkan

Också FDUV:s tidning har ett nytt namn.

Tidigare hette tidningen Gula Pressen, men från och med detta nummer heter tidningen *Gemenskap och påverkan*. Det förkortas fortfarande GP.

Tidningen har fått ett nytt namn för att också nya medlemmar och sådana som inte känner FDUV så bra ska förstå vad den handlar om. Begreppet "gula pressen" betyder nämligen falska nyheter eller skvaller.

Det nya namnet Gemenskap och påverkan berättar vad FDUV gör.

Vi erbjuder **gemenskap**, alltså vi har roligt tillsammans och stöder varandra.

Och vi **påverkar** samhället, alltså vi arbetar för att personer med intellektuell funktionsnedsättning och deras familjer ska ha det bra.





Snart kan du få funktionshinderkortet

Funktionshinderkortet ska göra det lättare för personer med funktionsnedsättning att delta i samhället, till exempel gå på konsert eller åka buss.

Med funktionshinderkortet kan du lätt visa att du behöver hjälp eller stöd. När du visar upp kortet förstår personalen att du kanske behöver en assistent, mer tid för att sköta dina ärenden, hjälp med att röra dig eller en hinderfri toalett.

Om du vill ha funktionshinderkortet måste du ansöka om det. Du kan ansöka om funktionshinderkortet från och med slutet av maj. Du kan ansöka om det på FPA:s webbsidor eller genom att fylla i en blankett på FPA:s byrå.

FPA har försökt göra det lätt att ansöka om kortet, men du kan ändå behöva hjälp med att fylla i blanketten.



Så här ser Funktionshinderkortet ut. I vissa fall har Funktionshinderkortet ett A-märke. Det ges till sådana personer som ofta har en assistent med sig.

För att få kortet måste du ha ett beslut som ger dig rätt att få kortet, till exempel beslut om handikappbidrag. Kortet kostar 10 euro.

Mera information hittar du på webbplatsen vammais kortti.fi/sv

Text: Matilda Hennell

Vänannonser

Jag är en tjej på snart 39 år,
jag har suttit i rullstol
i princip hela mitt liv.

Jag är född på Åland,
men nu bor jag i Österbotten,
i en stad som heter Jakobstad.
Jag har bott här i 1 år, snart 2.

Jag jobbar på en stor Arbetscentral.
Vi är 90 personer som jobbar där.

På min fritid spelar jag på min dator
och går på promenader med mina vänner.

39-åringen

Svara på en vänannons

Om du vill svara på vänannonsen
kan du skriva till GP per post eller e-post
och berätta vem du vill kontakta.
Vi skickar ditt meddelande vidare
till henne så att hon kan bestämma
om hon vill skriva med dig.
Kom ihåg att skriva ditt namn
och din adress eller e-post.

Kontaktuppgifter

gp@fduv.fi
Gemenskap & påverkan
Nordenskiöldsgatan 18 A
00250 Helsingfors

Slut på vänannonser

Efter det här numret
slutar GP med vänannonserna.

Vi vill gärna hjälpa er
att få kontakt med nya vänner,
men de senaste åren
har vi inte fått in svar
på vänannonserna.
Ni kanske får kontakt med varandra
på annat sätt, till exempel via Facebook?

Vad tycker du om
att vi inte ska ha vänannonser i tidningen?
Berätta gärna din åsikt!
Du kan ta kontakt med mig
på telefonnumret 040 503 72 30 eller
per e-post på matilda.hemnell@fduv.fi.

med vänliga hälsningar,
Matilda Hemnell

STEG FÖR STEG • STEGFÖRSTEG.FI



Det var roligt att träffa Inre Ringen som är vår svenska systerförening. Foto: Sofia Jernström.

Inre Ringen besökte Helsingfors

Redan i flera års tid har Steg för Stegs styrelse och Inre Ringens styrelse försökt träffas varje år. Inre Ringen (tidigare Klippan) är Steg för Stegs motsvarighet i Sverige.

Nu var det Inre Ringens tur att hälsa på Steg för Steg. De kom till Helsingfors den 17 mars. Vi var många som samlades till en gemensam eftermiddag i Vegahuset. Vi funderade på likheter och skillnader mellan Finland och Sverige när det gäller till exempel boende, arbete, utbildning, val och demokrati.

Lokala Steg för Steg-grupper

Våra lokala grupper har kommit i gång bra. I våra lokala grupper kan du delta i Steg för Stegs verksamhet nära dig.

På träffarna diskuterar vi hur Steg för Steg kan påverka på den ort där medlemmarna bor. Vi kan bjuda in gäster som berättar om olika teman och vi kan delta i eller ordna evenemang på orten.

Vi har lokala Steg för Steg-grupper i både Jakobstad och Helsingfors. I maj startar vi en lokal grupp på Åland.

Följande lokala träffar:

Mariehamn 21.5:

Vi planerar vad gruppen ska göra på kommande träffar.

Jakobstad 23.5:

Vi får besök av SAMS juridiska ombud Marica Nordman. Hon berättar bland annat om det nya funktionshinderkortet. Vi avslutar kvällen med biljard.

Välkommen med!

Ta kontakt med våra regionala koordinatörer för mer information och anmälan.

Storträffen

I höst ordnar Steg för Steg Storträff på Norrvalla i Vörå. Storträffen ordnas lördagen den 6 till söndagen den 7 oktober.

Storträffen är för alla Steg för Stegs medlemmar. Som en del av programmet hålls föreningens årsmöte. På ett årsmöte behandlar man bland annat vad föreningen gjort föregående år och vad föreningen planerar att göra kommande år.

Under Storträffen kommer vi också:

- att vara med på dansgalan
- att ha drama-, film- och konstworkshop om er själva och era drömmar
- att vara med på morgonpasset med vattengympa, zumba, promenad eller bowling.

Mera information om Storträffen kommer att finnas på vår webbplats stegforsteg.fi. Kom med du också, boka in datumet den 6 till den 7 oktober redan nu!

DUV I VÄSTRA ÅBOLAND • ABOLAND.DUV.FI

Program under sommaren

Uterestaurang i Åbo 13.6 kl. 18–20

Ledare: Paola Fraboni, Branko Lampi m.fl.

Var: Restaurang RantaKerttu, Västra Strandgatan 55

Pris: enligt vad du äter och dricker och ca 17 € för bussbiljetterna/taxi

Kom ihåg: Ta med pengar för mat och dryck.

OBS! Max. 15 deltagare. Anmälan senast 25.5! Vi startar från Bustis kl.17! Vi kommer tillbaka ca kl. 21 med buss.

Picknick-kryssning 16.6

Ledare: Branko Lampi och Sanna Agge

Klockslag: 8.45–14.10 Amorella och 14.25–19.50

Viking Grace. Vi startar med taxi kl. 7.30 från Bustis.

Var: Åbo-Mariehamn-Åbo

Pris: 50 € och ca 15 € för bussresorna, i priset ingår sjöfrukost kl. 8.30 och buffé kl. 15. Vi åker utan hytt hela resan.

Kom ihåg: Ta med pengar för det du vill köpa ombord.

OBS! Min. 5, max. 10 deltagare. Om minderåriga deltar måste de ha en vuxen med (båda betalar för resan).

Anmälan senast 14.5!

Picknick på Bläsnäs strand 30.6 kl. 11–13

Kom med och simma och umgås på stranden! Vi träffas på plats och har en trevlig eftermiddag där. Ta med din egen mat och dricka samt baddräkt, handduk, solhatt, solkräm och annat du kan behöva.

Ledare: Branko Lampi

Pris: Gratis

Kom ihåg: Ta med en picknick-korg med lite mat och dricka åt dig samt badgrejer.

OBS! Min. 5 deltagare. Barn som deltar behöver ha med sig en vuxen, speciellt då de simmar.

Teaterboulagets sommarpjäs på Lillholmen i Pargas

Ledare: Carola Gröndahl och Branko Lampi

När: 26.6–17.7, exakt datum och klockslag meddelas till dem som anmäler intresse

Pris: 30 € för teater och taxiskjuts

Kom ihåg: Ta med dig lite pengar för kaffe med tilltugg.

OBS! Min. 5, max. 10 deltagare. Barn som deltar behöver ha med sig en vuxen.

Idrottsdagar i Ekenäs 27–29.7

Ledare: Sanna Agge och Branko Lampi

Vi bokar övernattningarna men alla deltagare betalar själv. Vi ordnar en gemensam skjuts till och från Ekenäs. Mera information är på kommande!

Simning i Caribia i Åbo 15.8 kl. 17–18.30

Ledare: Branko Lampi och Ann-Sofie Holmberg

Pris: ca 18 €/person och ca 12 € för bussbiljetten

Kom ihåg: Ta med dig pengar för simningen och bussen samt baddräkt, handduk och tvättgrejer.

OBS! Min. 5 deltagare. Start från Bustis kl.16, vi är tillbaka ca kl. 20.30! Barn som deltar behöver ha assistent i vattnet, detta kan vara mamma, pappa eller någon annan nära vuxen.

Öppet hus för familjer på Solgläntan i Pargas 25.8 kl. 16–20

Ledare: Elmer Sunabacka och Paola Fraboni

Pris: Gratis

Program: Kl. 16 tilltugg och spel tillsammans, kl. 17–19 pysselverkstad, kl. 19–20 fritt umgänge. Man får komma och gå som man vill under öppethållningstiderna.

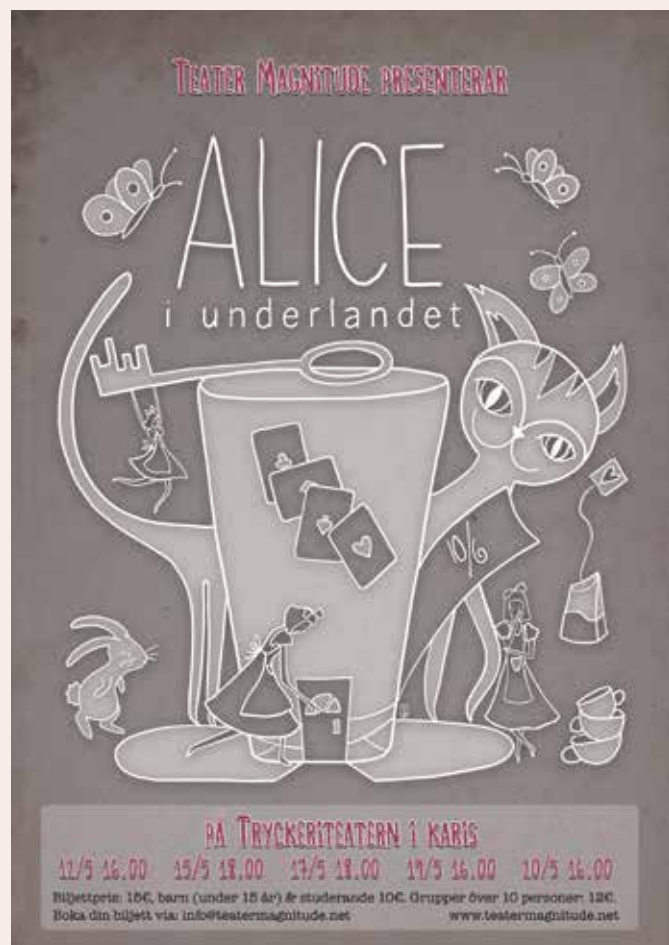
OBS! Min. 3 familjer.

Anmälan och mera information: aboland@duv.fi

DUV I VÄSTNYLAND • VN.DUV.FI

Efter en fartfylld vår med ivrigt deltagande i klubbverksamheten, utfärden till Forssa Naturmuseum och Vesihelmi samt Vänskapsdiscot i Karis, ser DUV i Västnyland nu framemot:

- Teater Magnitudes föreställningar av Alice i Underlandet
- Våravslutningsutfärden till Lahtis lördag 26.5
- Sverigeresan för hela familjen 11–15.6



Välkommen på IDROTTSKARNEVAL till Raseborg 27–29.7.2018

Vi har döpt evenemanget till Idrottskarneval då vi vill uppmärksamma att det viktigaste är att TRÄFFAS, UMGÅS OCH HA KUL TILLSAMMANS!!

Visst finns tävlingarna kvar för dem som vill idrotta. Visst finns medaljer för dem som idrottar och vinner. Men man kan även bilda en hejarklack. Pris utlovas till den GLADASTE hejarklacken och den SKOJIGASTE eller bäst utklädda hejarklacken. Evenemanget passar alla deltagare.

Program

På **fredag** kväll blir det bland annat BeachParty.

På **lördag** blir det parad till Centrumplan där stadsdirektören Ragnar Lundqvist öppnar tävlingarna. Det blir tävlingar, lekar och dans och musik till takterna av hypercoola gruppen SamSimon. Och så gästar också populära Ville Viking vår karneval. Och medaljregnet ska vi inte heller glömma. På kvällen blir det uppträdanden och festmiddag på Uncan och kvällen avrundas med disco. SamSimon fungerar som DJ.

Söndag förmiddag blir det CitySkøj i Ekenäs. Idrottskarnevalen avslutar vi med lunch på Motel Marine. Programmet avslutas senast ca kl. 14 så även långfärdsgäster hinner hem.

Anmälning

Anmäl dig till din egen DUV-förening som sedan skickar alla anmälningar till DUV i Västnyland **senast 3.6.**

Anmälningsblanketter hittar ni på vn.duv.fi/material. Observera att det är skilda blanketter för deltagare i idrottstävlingarna och hejarklacken och för ledare, stödpersoner och anhöriga. **Blanketten för tävlingsdeltagare finns också här invid.**

DUV i Västnyland har inte bokart övernattnng, det ska respektive förening göra själv. Deltagaravgiften inkluderar alltså inte övernattnng.

Frågor och mer information

Mera information finns på vår webbplats vn.duv.fi. Vid frågor kan du också kontakta DUV i Västnylands ansvariga fritidsledare Fredrica Degerth, 050 374 90 47, anmalning.vn@duv.fi.

Och alla ni stödande medlemmar, nära och kära – kom med på sommarens absolut bästa evenemang i Raseborg för att heja, understöda och ha roligt!



ANMÄLNINGSBLANKETT

TILL IDROTTSKARNEVALEN I EKENÄS 27–29.7.2018
FÖR DELTAGARE I IDROTTSTÄVLINGARNA och HEJARKLACK

Anmäl dig via din egen DUV-förening senast 31.5, d.v.s. ge anmälningsblanketten till den. De skickar sedan din anmälan till DUV i Västnyland senast 3.6.

Namn: _____
Telefonnummer: _____
E-post: _____
Adress: _____

DUV-förening jag hör till: _____

Kontaktperson: _____
Telefonnummer: _____
E-post: _____

Program på IDROTTSKARNEVALEN

Fredag: Discobowling och Beachparty med korvgrillning
Lördag dag: Parad, idrottskarneval och lunch
Program för alla, även för dem som inte idrottar
Lördag kväll: Discoparty, mingel och middag
Söndag: Cityskoj och lunch

Jag anmäler mig och därmed förbinder jag mig till att betala deltagaravgiften.

Fredag–söndag (inkluderar hela helgens program) 70€ / person

Lördag dag (parad, idrottskarneval och lunch) 25€ / person

Lördag kväll (discoparty och middag) 40€ / person

Idrottskarneval T-skjorta jag köper 12€ / person
jag köper inte

Storlek XS S M L XL XXL XXXL

Specialdieter

Glutenfritt Mjölkfritt Laktosfritt Annat: _____

Deltagarklass jag deltar i

Herrar över 16 år Herrar under 16 år

Damer över 16 år Damer under 16 år

Rullstol utan assistans Med assistans

Jag deltar i min egen DUV-förenings hejarklack

Jag deltar enbart i övrigt program som inte är idrott

Jag deltar i följande idrottsgrenar

Att löpa med assistent som stöder är okej (t.ex. synskadad), men assistenten får inte dra fram deltagaren.

Löpning 40 m (utan assistans)

Löpning 100 m (utan assistans)

Löpning 400 m (utan assistans)

60 m för personer i rullstol (utan assistans)

60 m för personer med assistans

Kula

Spjut

Längd

Mixad stafett för alla, även ledare och anhöriga. Arrangören sätter ihop lagen.

Fotolov

Jag godkänner att jag kan bli fotograferad under helgen och att fotografierna kan användas i t.ex. sociala medier och dagstidningar.

DUV I JAKOBSTADSNEJDEN • JAKOBSTAD.DUV.FI



DUV i Jakobstadsnejden ordnade allsång med Annika Strömberg och Dennis Paléns orkester den 14 april på Svenska gården.

Kommande program

Sommarträff den 12 juni kl. 17–19 vid Assarlid. Välkommen! Vid frågor, kontakta Maria Krook, 050 309 12 28.

DUV I VASANEJDEN • VASANEJDEN.DUV.FI

DUV i Vasanejden önskar alla en skön sommar!

Medlemsblad 2/18 med information om sommarens aktiviteter utkommer i mitten av maj. Det blir bland annat sommarfest på Fagerö den 11 juli klockan 16–20 med middagsbuffé och dans.

DUV PÅ ÅLAND • DUV.AX

Fotbollsträning torsdagar 24.5–14.6 och 2.8–27.8 kl. 19–20

Plats: Nabbens fotbollsplan

Ansvarig ledare: Fredrik Scott

Anmälning: senast den 21 maj

OBS! Kom ihåg vattenflaska och benschydd!

**Föreläsning om psykisk ohälsa för personer med utvecklingsstörning med inriktning på kost och tvångssyndrom (OCD)**

Föreläsare är **Susanne Bejerot**, överläkare, leg. psykoterapeut och professor vid Örebro Universitet och docent vid Karolinska Institutet samt **Mats Humble**, överläkare, psykiater och medicine doktor verksam vid Örebro Universitet. Föreläsningen är ett samarbete med Ålands Omsorgförbund.

Tid: tisdagen den 12 juni kl. 18–20

Plats: Ålands Hotell- och Restaurangskolas auditorium

Anmälning: senast den 8 juni

Upprop: Frivilliga för tivolit 15–20.6

Det blir tivoli i år igen för att möjliggöra det lilla extra för våra medlemmar. Du som är social och tycker om människor och samtidigt vill hjälpa föreningen – ställ upp som frivillig! Hör också gärna efter med din familj, vänner och bekanta om de kan tänka sig att delta! Som tidigare år har vi två arbetspass, pass 1 kl. 12–17 och pass 2 kl. 17–21.

Mera information och anmälning: 018 527 371, 018 527 372 eller susan.enberg@handicampen.ax.



DONERA NU!



BIDRA TILL ETT GOTT LIV FÖR ALLA

Under 2018 pågår en medelinsamling för FDUV:s lägerverksamhet. Målet är att sänka deltagaravgifterna så att det är möjligt att delta oberoende av ekonomisk eller social situation.

Alla bidrag, stora som små, räknas. Det går lätt att göra en donation via Mobilepay, med nätbankskoder eller med kort på **fduv.fi/donera!**

 **FDUV**

DONERA NU!