

GP

Gemenskap & påverkan

NUMMER 1 FEBRUARI 2022

MEDLEMSTIDNING FÖR FDUV OCH DUV-FÖRENINGAR



TEMA:

MIN HOBBY

Passionen för slalom
förekar Benny och Teemu

Sidan 4

Glimtar ur ett liv
i dur och moll

Sidan 8

Vårdreform
på gott och ont

Sidan 15

Att läsa är som
att åka på resa

Lättläst på sidan 26

Innehåll

3 Ledare: Med fritid tillsammans mår vi bättre

4 Slalom som teamarbete

Benny Talling älskar att åka slalomkälke med sin skidlärare Teemu Kaitanen. För honom är planeringen, färden, gemenskapen och minnena lika viktiga som åkandet.

8 Ett liv i dur och moll

10 Dansgemenskapen flyttar online

Under pandemin måste många barn ta en paus med sina hobbyer. Lotta Ilmarinen och hennes dansvänner strålar idag samman på appen TikTok och sovrummet blir Lottas dansstudio.

11 Alla barn ska få känna att de lyckas

12 Scouting med stöd av en kompis

13 Hopp om fler jobb med lön

Det statsägda bolaget Jobbkanalen ska inom en nära framtid göra det möjligt för fler personer med intellektuell funktionsnedsättning att få lönearbete.

15 Lagstiftning: Vårdreform på gott och ont

16 Framtiden för Kårkullas tjänster i Nyland

17 Ny barnbok om funktionsnedsättningar

18 Kurser och evenemang

20 Lärum tipsar: Säg adjö till krångliga recept

21 LÄTTLÄST

21 Fler jobb med lön i framtiden

22 Slalom som samarbete

24 Min hobby: dans, fotboll, kyrka

26 Natalies bokhörna

27 Anmäl dig till årets läger!

28 FÖRENING/INFO



4 &
22



8



13 &
21



26

Med fritid tillsammans mår vi bättre

Gemenskap & påverkan (GP) 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 och utkommer fyra gånger per år.

Nästa nummer utkommer vecka 20
Skicka material senast 27.4.2022

Respons och material:

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

Ansvarig utgivare:

Lisbeth Hemgård

Vikarierande redaktionssekreterare:

Henrika Mercadante

Redaktionsråd:

Matilda Hemnell
Malin Sandström
Susanne Tuure
Maria Österlund

Layout och ombrytning:

Linnéa Sjöholm

Pärmbild:

Benny Talling och Teemu Kaitanen
Foto: Janne Stenroos

Adressändringar

och prenumerationer:

lotta.vaskola-aminne@fduv.fi
040 162 72 02
Priset för en årsprenumeration är 40 €.

Upplaga: 2 600

Tryckeri: Forsberg,

Jakobstad 2021

ISSN 2736-8130 (print)

ISSN 2736-8149 (online)



I vår familj består paletten av hobbyer av allt från dans, orkester och ridning till läsning, amerikanska bilar och mode. Vissa av hobbyerna måste göras i grupp, andra kräver utrustning, medan läsning görs bäst på egen hand. Gemensamt för dem alla är ändå att det är aktiviteter man gör av eget intresse, regelbundet på fritiden.

I förslaget till nationell barnstrategi (2021, s. 33) lyfts fritids- och hobbyverksamhet fram som en viktig aspekt av barns välmående. Kommittén betonar vikten av jämlika möjligheter att utöva en hobby man är intresserad av, oavsett familjens ekonomi. Strategin

understryker att hobbyer i högre grad ska utgå från barnens behov, så att det inte ställs för stora krav.

Jag tycker att dessa mål borde gälla också vuxna och äldre. Vi behöver alla något vi njuter av att göra regelbundet, utan att det ställs krav på tempo eller resultat. Jag har också märkt att nästan alla hobbyer innehåller en social dimension. Även om en hobby, såsom gamla amerikanska bilar, inte utövas i grupp, har den hos oss till och med byggt broar över språkgränserna. Att läsa eller lyssna på en bok är ju inte heller socialt, men många goda samtal har fötts av de böcker jag läst under åren.

Den sociala dimensionen av hobbyerna är minst lika viktig för vårt välmående som aktiviteten i sig. Nu när vi i två år har levt med begränsade möjligheter att träffas är det extra viktigt att vi inte glömmer bort det sociala umgänget. Det behöver vi i alla åldrar. Därför är det så glädjande att flera av våra föreningar listat ut nya sätt att ordna fritidsverksamhet på. Jag utgår också ifrån att vi under våren kommer att kunna börja träffas fysiskt igen. Nu på våren finns det dessutom mycket att upptäcka i vår omgivning. Att samla på vårtecken kostar ingenting, det kan vara roligt att göra tillsammans och tar dessutom ingen plats i garaget eller skåpet.

Mikaela Björklund, ordförande

Foto: Sofia Jernström



Slalom som teamarbete

Ett skri av glädje hörs över Hirvensalobacken i Åbo när Benny Talling och hans skidlärare Teemu Kaitanen susar förbi. Slalom är Bennys passion.

Tro inte att det bara är en kälke som Benny Talling sitter i, en kälke som Teemu Kaitanen styr. Det är inte en kälke. Jag skulle kalla det en slalomskidstol, för det är motsvarigheten till en rullstol på två skidor. I Sverige kallas detta skidhjälpmedel biski och i Finland slalomkälke. Dessutom är det Benny som styr.

I traditionell slalom gäller det att böja på knäna och flytta kroppstyngden till den inre skidan för att kunna svänga. Skidar man sittande, såsom Benny, måste man luta åt rätt håll med hela överkroppen för att slalomkälken ska svänga i kurvorna.

- Vi har stjälpit med kälken. Om vi stjälpes börjar jag skratta. Sitter jag helt rak eller lutar åt fel håll, kan det hända. Men vi skadar oss inte, för vi har så tjocka kläder.

Skidläraren Teemus uppgift är primärt att försäkra sig om Benny inte kör på andra skidåkare. Med skidor på fötterna blir han en del av Bennys kälke. Vid behov försöker han balansera upp häftiga eller felaktiga lutningar. Eftersom kälken inte går av sig själv, så behövs det också någon som hjälper Benny fram till skidliften och upp för backen. Tyngden av två vuxna personer ger slalomkälken en otrolig fart.

- Jag är aldrig rädd. Det är bara roligt!

Teemu är mycket mer för Benny än en skidlärare. Han är Bennys vän. År efter år är det de två som åker tillsammans. Det härliga med att åka slalomkälke är att du inte behöver göra det ensam. För att ett åk ska lyckas måste alla rörelser samordnas. Upplevelsen av farten, ljudet av snön som skvätter och känslan av kall luft mot kinderna är delad. Likaså den härliga känslan av frihet och av att nästan kunna flyga över snön. Glädjen är gemensam. Slalomteamet skrattar sig upp för backen gång på gång.

Allt är möjligt med planering

Nedanför backen står Bennys mamma och pappa, Bob och Christine Talling, och följer med kälkens svängar. De är möjliggörare. Bennys glädje får också dem att blomma, trots att det är lite kallt att bara stå nere och titta. Benny är varm inne i sin sovsäcksliknande skidkläder som han har fyndat på hjälpmedelsmässan. Bob hjälper, tillsammans med Teemu, att lyfta Benny från rullstolen till kälken. Christine förbereder slalomutflykten, hejar på och bjuder på härlig, varm makaronilåda efter åket. Men det är Benny själv som sköter det mesta av planeringen.

- Benny är otrolig. Han vågar mera än jag, förutsatt att han känner sig trygg.

Att testa på nya hobbyer eller att åka på äventyr, som gränsar till det som verkar omöjligt för en rullstolsburen person, skrämmer inte familjen. Tyvärr är tillgängligheten en utmaning på många håll. Varje utfärd måste



Var finns det hjälpmedel för vintersporter?

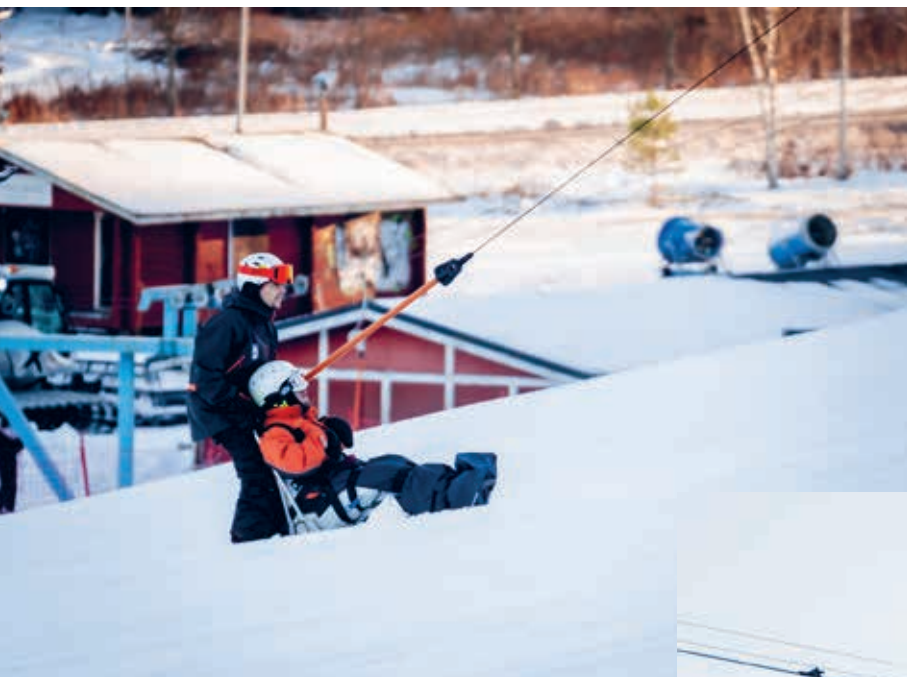
Idag finns det allt fler skidcenter som hyr ut hjälpmedel eller ger lektioner i funktionell skidåkning, det vill säga skidåkning för personer med funktionsnedsättning. Exempelvis skidspets hållare kan hjälpa nybörjare att hålla skidorna i sär. I kälkar på en eller två skidor kan du åka ensam eller med en assistent. Även om du eller ditt barns assistent är duktiga skidåkare rekommenderas det att ni bokar en skidlektion innan ni hyr en slalomkälke.

På webbsajten valineet.fi (på finska) finns listor på skidcenter som erbjuder hjälpmedel. Ring upp centret och kolla vad som finns innan ni åker i väg.

Malike, tukiliitto.fi/Malike, arrangerar träffar där du kan prova på olika hjälpmedel eller hyra hjälpmedel. Kolla deras kalender för mer info. De ger också råd om du vill ansöka om bidrag för att köpa hjälpmedel.

Den årliga hjälpmedelsmässan, **Apuvälinemessut**, arrangeras i år den 11-13.5 i Mässcentrum i Helsingfors. Där kan du fynda både hjälpmedel och annan utrustning.





Benny tycker om hobbyer med fart, både om vintern och om sommaren.



”

Jag är aldrig rädd
Det är bara roligt!

förberedas i detalj. Att stå hungrig utanför en restaurang och konstatera att rullstolen inte ryms in, har hänt, och det är inte roligt. Därför tycker Benny om att åka och kolla i förväg.

Benny älskar att planera, han kollar på nätet och skickar frågor till olika ställen. För honom är en hobby så mycket mer än själva hobbyn. Där ingår funderingar före, drömmar om det som ska ske, förberedelser, färd, gemenskap och minnen av de roliga stunderna.

- Man ska inte vara i sista minuten. Då blir det fel.

Benny räknar hela tiden: Hur lång tid brukar en resa ta, när kommer skjutsen och vad betyder det för mig? Ibland beräknar arrangörer en och en halv timme för en körväg som tar en halv timme. Det tycker han är konstigt. Att sitta och vänta är mycket tråkigt. Det måste han ändå göra ibland.

Hjälpmedel för olika hobbyer

Slalom är inte Bennys enda hobby. I föräldrahemmet pryds väggarna av tavlor som Benny har målat med akrylfärger. Han tycker om granna färger, roliga färger. Det är viktigt att belysningen är bra, för annars har han svårt att se vad han målar. Det är mycket lättare att måla idag när hans rullstol kan förvandlas till en ståstol. Familjen kämpade för att få en ståstol i fem år. Christine är trött på att de alltid måste slåss för att Benny ska få samma möjligheter att utöva sina hobbyer som alla andra.

- Man får bara inte ge upp. Det gäller att kämpa. Då jag ser glädjen när han står och målar märker jag att det var värt att slåss för att få stolen.

När Benny var yngre deltog han i många olika evenemang, där han fick prova på nya aktiviteter. Ju äldre han blir, desto mindre erbjuds för hans målgrupp. På stranden i Yyteri i Björneborg fick han lära sig vindsurfa. En stol med stöd på sidorna som sitter fast på en surfbräda gjorde det möjligt. Under studietiden fick han också prova på att paddla och segla.

En av Bennys finaste minnen är utfärden till Kylmäpihlaja fyr, arrangerad av Malike. Han är övertygad om att han är den enda i rullstol som klarat sig upp för trapporna, till toppen av fyren. Det gick med hjälp av en trappklättrare och starka assistenter. Först var trappan så smal att han tvingades ligga och högst uppe var det så trångt att han måste bäras. Men upp kom han.

- Det var den konstigaste resan. Lite jobbigt nog. Men roligt. Det var högt uppe. Högt över vattnet. Man såg allt.

Bennys ögon lyser när han berättar om sina äventyr. För honom behöver en hobby inte vara något man gör många gånger. Varje rolig upplevelse kan vara en hobby. Också vardaglig verksamhet är en hobby, såsom att knyta trådar. Minnena av upplevelserna är minst lika viktiga som själva upplevelserna.

Henrika Mercadante

Foto: Janne Stenroos



Foto: Christine Talling



Glimtar ur ett liv i dur och moll

Allt är musik för Torbjörn Gräsbeck. Medan han berättar dirigerar han en orkester av minnen och händerna rör sig i takt med allt från knarrande plankor till Tjajkovskijs pianokonsert i b-moll.

Det var just Tjajkovskij som väckte Torbjörn Gräsbecks musikintresse. Han var sju år och lyssnade med spända öron på en av pappas klassiska skivor. Pianokonserten spelades just som den skulle spelas, inte för långsamt, inte för snabbt - precis i rätt tempo. Skönheten i musiken förtrollade honom.

Torbjörn fortsatte att botanisera i pappas stora skivsamling som dominerades av det som Torbjörn kallar skymningsmusik, underhållningsmusik som förr spelades på caféerna kring midnatt, i skenet av stearinljus. Stora orkestrar med blåsinstrument, och särskilt Ray Conniffs musik fascinerade den unga pojken.

Som barn spelade Torbjörn melodika och fortsatte sen med gitarrlektioner i Steinerskolan. Genom att lyssna på CD-skivor lärde han sig ackompanjera på gitarr. Egentligen började han musicera ännu tidigare. I familjens gamla stuga på landet, i Langansböle i Raseborg, njöt han av att allting knarrade och skapade musik genom att gnissla med dörrarna.

Komponerar i sömnen

Torbjörn är självlärd kompositör. Redan 1977 komponerade han sitt första musikstycke, *Musica Celestica*. Han skrattar när han tänker på sina första skapelser. Han valde, i eget tycke, konstiga, latinklingande fantasiord som namn för sina klassiska kompositioner. Idag inser han att de var enorma, ospelbara musikstycken. Handgreppen var så breda att det skulle ha varit fysiskt omöjligt att spela dem. Musik uppstår också medan han sover. Han komponerar i sina drömmar. Sen gäller det att snabbt skriva ner musiken när han vaknar, innan den försvinner.

- Det bästa är att få höra sin musik spelas. Då man slitits och dragits med en låt för att få den bra och sen får lyssna på resultatet.

Idag är hans stil lättare. Han skriver låtar för keyboard och beskriver sin musik som harmonisk, kraftfull, men ändå lugnande. Han gillar ballader och nordiska dansbandslåtar. Selektiv och självkritisk är han. Bara en handfull av hans 400 kompositioner har han spelat in på en skiva. Skivan fick han i fem exemplar. Fler blev det inte, för det var för dyrt.

Parentesen utan musik

Orden i låtarna tycker Torbjörn är viktiga, men om låtarna handlar om olycklig kärlek slutar han lyssna och fokuserar bara på det musikaliska. Det finns ord han inte vill höra. Idag inser Torbjörn att han aldrig borde ha åkt till Sverige, men förr klarade han inte av att säga nej. Sen kunde han inte komma loss. Att i 15 år leva i ett förhållande med en person med psykisk ohälsa bryter långsamt ner en både fysiskt och psykiskt.



Man föds med musik i blodet, anser Torbjörn som kommer från en musikerläkt.

Foto: Henrika Mercadante

PLAYLIST

Fyra bugg & en Coca-Cola

Torbjörn Gräsbeck • 1 like • 28 songs, 1 hr 34 min

▶ ❤️ ⬇️ ⋮ 🔍 Custom order ▾

#	TITLE	ALBUM	DATE ADDED	🕒
1	Fyra bugg & en Coca-Cola Lotta Engberg	Fyra bugg och en Coca-Cola	18 days ago	2:58
2	Papaya Coconut Kikki Danielsson	Papaya Coconut	18 days ago	3:57
3	Främling Carola	Främling 25 år	18 days ago	2:58
4	Du är mitt liv Lena Philipsson	100% Lena Philipsson	18 days ago	3:53
5	Hon Kommer Med Solsken Osten Med Resten	Greatest of the Best	18 days ago	2:55
6	Stockholm i mitt hjärta Lasse Berghagen	Sträck ut din hand	18 days ago	4:09
7	När vi gräver guld i USA Glenmark Eriksson Strömstedt	Glenmark Eriksson Strömstedt	18 days ago	4:07

Torbjörn längtade efter ett vänligt ord eller bara ett leende. Musiken tonade ut ur hans liv.

- Musik uppstår i en när man mår bra. Vissa år kommer ingenting alls. Musiken dör. Och jag var nära att dö.

När Torbjörn återvände till Finland tog återhämtningen tid. Men musikintresset vaknade igen. På boendet i Grankulla fick han ro. Ingen var elak. Det var tryggt. Det gjorde att han kunde börja komponera igen.

Musik som terapi

Torbjörns dröm är att få spela musik i en grupp för personer med psykosociala utmaningar. Han minns sin tid på Lappvikens sjukhus. Där fanns en patient han var rädd för. Då spelade Torbjörn för honom.

- Musiken gjorde att aggressionerna försvann. Hela hans kropp mjuknade när jag spelade. Han blev lugn och snäll som ett lamm.

Pandemin och restriktionerna gör att drömmen om att få spela i en grupp ligger på is. Idag är Torbjörn mycket ensam. Han kan inte åka och träffa sin goda vän. De kan heller inte ringa till varandra, för hon har en hörselskada. Nu börjar det tredje året av kontakt via Messenger, vilket är ett magert substitut för samvaro.

I stället roar sig Torbjörn med att göra spellistor med musik han gillar. Spellistorna, tillgängliga på Spotify, är många och upp till åtta timmar långa. Att kunna dela sitt musikintresse med andra gör Torbjörn lycklig.

Torbjörn har gjort otaliga spellistor på musiktjänsten Spotify. Du hittar hans spellistor om du söker på hans namn, Torbjörn Gräsbeck. Foto: Skärmbild på Spotify

”

Musik uppstår i en när man mår bra.

Text: Henrika Mercadante

Dansgemenskapen flyttar online

Att få vara en i gänget, är lika viktigt för Lotta Ilmarinen som själva dansandet. Hennes hobby är nutidsdans. Coronapandemin satte ibland stopp för danslektionerna. Då ersatte telefonen både lärare och vänner.

Lotta Ilmarinen har alltid älskat musik och började dansa när hon var sju år gammal. Om det spelas en bra låt, så kan hon inte motstå det. Kroppen börjar röra sig i takt med musiken. Det spelar ingen roll om hon är på en offentlig plats eller hemma, i kön till kassan i matbutiken eller i köket.

- Det är roligt att dansa och bli svettig!

Mindre roligt tyckte Lotta det var när hon försattes i frivillig karantän. Det kändes kanske lite bättre när hela Korsholms högstadium övergick till distansundervisning, för då var det inte bara hon som måste stanna hemma.

Ännu värre var det när Lotta måste sluta danslektionerna för en tid, eftersom hon hör till en av riskgrupperna. Har du få vänner i skolan, är hobbyverksamheten en räddning. Då är det inte bara ledsamt att tvingas sluta göra det du älskar mest. Du blir samtidigt ensam.

Idag fyller TikTok-appen Lottas vardag. På telefonen ser hon på dansvideor och lär sig nya rörelser via dem och bandar själv in dansvideor. Inspiration får hon också av sina vänners uppladdade videor.

- Om mamma tillåter det, så får jag också sätta upp mina egna dansvideor på TikTok - men bara ibland.

Lotta ger mamma, **Maria Backman**, ett mörkt ögonkast. Hon skulle vilja ladda upp så mycket mer. Utbytet av danser via TikTok har också blivit ett surrogat för umgänge, dansarna emellan.

Idas dansskola gav mersmak

Som liten hade Lotta utmaningar med motoriken och visst var hon lite försiktig. Men när Maria hittade en dansskola för barn med särskilda behov, tänkte hon att det inte skulle skada att testa på något nytt. Man kan ju sluta om det inte känns bra.

- Lotta halkade in dansens värld, lite som på ett bananskal, men jag såg genast hur hon blomstrade när hon dansade.

Ida Laasanen var danslärare för den lilla, tvåspråkiga gruppen. Det kändes tryggt att börja där och Lotta älskade sin lärare. Nu har Lotta gått vidare och dansar integrerad i Korsholms Musikinstituts vanlig dansgrupp. I dag dansar hon med barn som är lite yngre, vilket enligt Maria är ett bra alternativ till en specialgrupp.



Lottas motorik och kroppskänedom och har utvecklats positivt tack vare dansen.

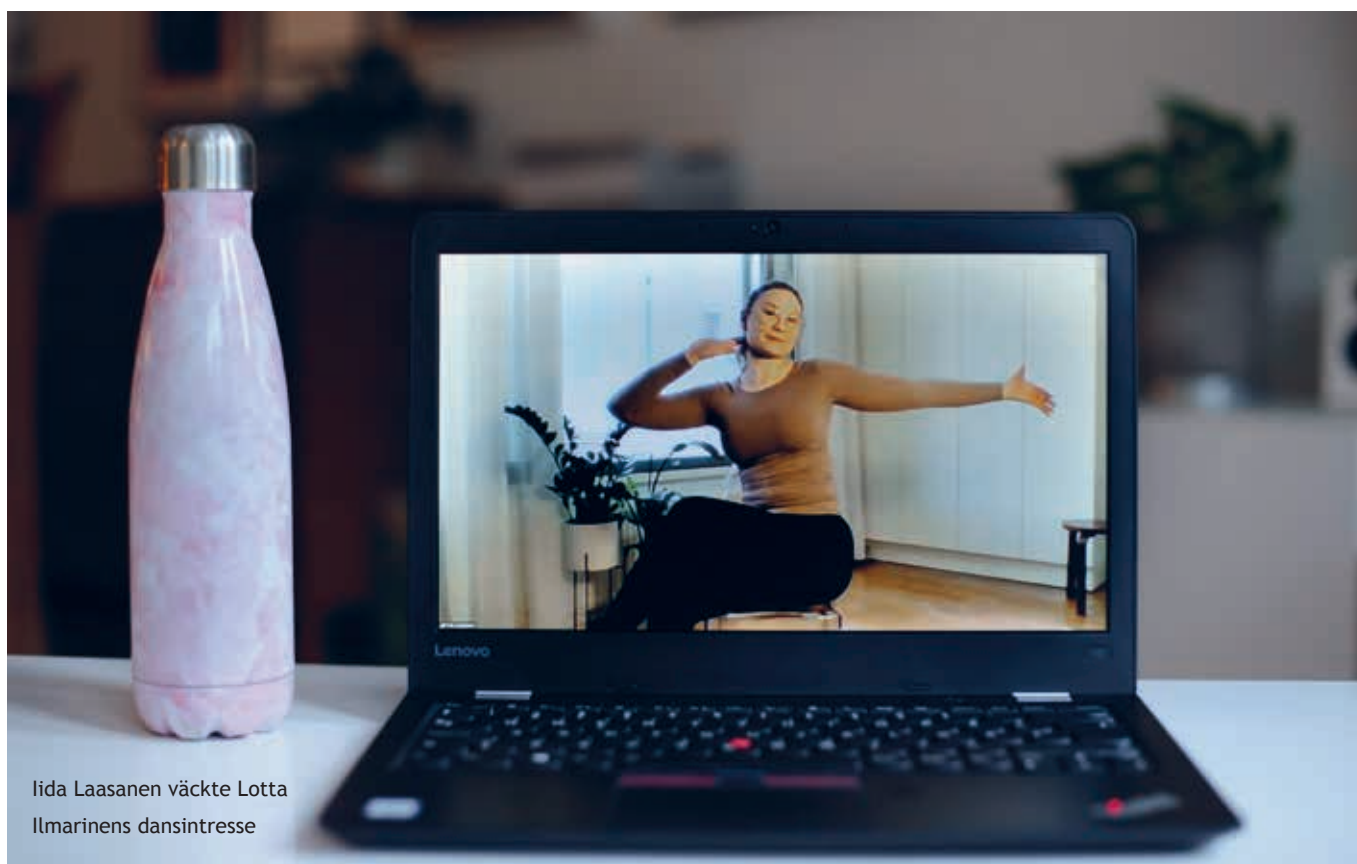
”

Det är roligt att dansa och bli svettig!

I somras var Lotta med i ett lag på simskolan. Laget vann en sandlottstävling. Lotta kanske inte byggde så mycket, men hon var med när de stod och hoppade och kramade varandra efter vinsten.

- Lotta fick vara med och dela glädjen som jämbördig. Hon var en i gänget. Alla sådana stunder är guld värda.

Text: Henrika Mercadante
Foto: Mikael Nybacka



Iida Laasanen väckte Lotta
Ilmarinens dansintresse

Alla barn ska få känna att de lyckas

Gymnasten och läraren Iida Laasanen ser möjligheter där andra ser utmaningar. År 2020 fick hon utmärkelsen "Årets attitydpåverkare" för sitt arbete med barn med särskilda behov.

Under dagarna är Iida Laasanen lärare för en specialklass i Nummela lågstadium. Om kvällarna leder hon grupper för barn med funktionsnedsättning i Vasa, både redskapsgymnastik- och dansgrupper. När hon började, för tio år sedan, fanns det få hobbygrupper för barn med särskilda behov. Idag är grupperna fler, och för många barn känns det tryggare att börja i en specialgrupp. Samtidigt frågar Iida sig varför barnen inte skulle kunna integreras i vanliga grupper.

- Varför ska barn i en grupp drillas till att göra precis samma sak? I alla grupper borde varje barn få stöd för att utveckla just det hen är intresserad av eller bra på

Att utbilda hobbyledare så att de förstår att det inte är konstigare att jobba med barn med olika funktionsnedsättningar än att jobba med barn utan, tycker Iida vore viktigt. Som ledare måste du först skapa kontakt till varje barn och bygga upp tilliten. Rutiner som samlar gruppen är lika viktiga som jobb med varje enskilt barn. Du måste vara lyhörd, för utmaningarna får varken vara för stora eller för små.

- Förr eller senare lyckas barnet bara du, som ledare, tror att det är möjligt.

Iidas dansgrupp är öppen för barn i alla åldrar, med alla tänkbara funktionsvariationer. Ett barn kommer med för att lyssna på musik och dansar inte. Ett annat vill göra helt andra rörelser än dem Iida visar. I gruppen är det okej. Iida minns ett barn som enbart ville göra kullerbyttor, men som inte klarade av det. Efter ett års träning lyckades barnet med sin första kullerbytta. Då var det fest i gruppen och barnet tilldelades en kullerbyttemedalj. Den stora, stora glädjen när ett barn lyckas, efter många små, små steg framåt gör att Iida älskar sitt jobb.

Text: Henrika Mercadante
Foto: Sofia Jernström

Scouting med stöd av en kompis

Efterfrågan på hobbyverksamhet som är tillgänglig för alla barn är stor. Fler frivilliga kompisar behövs för att barn med särskilda behov ska kunna gå med i scouterna.

På Samarbetsförbundet kring funktionshinders, SAMS:s, kontor i Helsingfors står en splitterny terrängrullstol och väntar på användare. Den har köpts in i samarbete med Finlands Svenska Scouter, FiSSc, och hyrs ut till nuvarande och blivande scouter.

Scoutkompis är ett samarbetsprojekt mellan SAMS och scouterna som startade som ett pilotprojekt i Esbo år 2017-2018. En scoutkompis fungerar som en vän och ett stöd för ett barn med funktionsnedsättning. Av kompisens krav är att hen är åtminstone 15 år, tycker om barn, är nyfiken på att lära sig nya saker och trivs ute i naturen. Kompisen får en kort utbildning, träffar barnet och familjen och deltar sen i scoutverksamheten med barnet. **Alma Lüttge** har varit scoutkompis och minns stoltheten och glädjen då barnen inom projektet äntligen fick sina scouthalsdukar.

- Viljan att öppna upp verksamheten för fler finns. Nu behövs bara fler kompisar.

Utmaningar lokalt

På förbunds nivå har scouterna i flera år arbetat för att avlägsna hinder för att delta. Ledarna får hjälp av en checklista, Tillgänglighetsstämpeln, där de kan kryssa av vilka aspekter som bör beaktas då de planerar ett evenemang. Här ingår allt från trivsel och respekt, till detaljerade listor på fysisk tillgänglighet. Sen kommer verkligheten emot.

Kårlokalerna är gamla och allt annat än tillgängliga och det kan inte trolas bort. Varje Scoutkår är därtill en självständig enhet. Ledarna, ofta tonåringar, som jobbar helt på frivillig basis, är få. Har du som ledare en grupp med nio vilda 7-åringar att ensam hålla reda på och planera spännande program för, kan det kännas övermänskligt att därtill räcka till för ett barn som behöver mera stöd eller att i detalj fundera om det du planerar verkligen är tillgängligt enligt ett hundratal olika kriterier.

- Kräver vi för mycket av de unga ledarna, har vi plötsligt inga ledare mer. Det här är ju också deras hobby, som de gör för att de tycker det är roligt.

Hoppet är att scoutkompisarna ska kunna ge ledarna det extra stöd de behöver. För att hitta kompisar samarbetar SAMS med Mattlidens IB-linje, där eleverna utför frivilligarbete som en del av skolarbetet. I vår försöker SAMS också



Sammy Sontag och Emil Ahtiainen får hjälp med att tyda kartor av scoutkompisarna Sabina Fortelius och Alma Lüttge.



Ta kontakt med Emelie Möllerström på SAMS om du vill ha en kompis eller hyra terrängrullstolen. Foto: SAMS

locka med pensionärer. Nästa steg blir att sprida scoutkompisverksamheten till övriga delar av Svenskfinland.

Text: Matilda Hemnell

Foto: Finlands Scouter/ Heikki Heinonen

Hopp om fler jobb med lön

En ny aktör, Jobbkanalen, ska inom en nära framtid göra det möjligt för fler personer med intellektuell funktionsnedsättning att få ett lönearbete. En förutsättning är att de arbetssökande hittar fram till TE-byråerna, vilket inte sker idag.

Vad är Jobbkanalen?

Jobbkanalen Ab, på finska Työkanava Oy är ett statsägt bolag, närmast ett bemaningsbolag, med målsättningen att skapa arbeten för dem som idag står längst ifrån arbetsmarknaden, däribland personer med intellektuell funktionsnedsättning. Ännu behandlas lagen om jobbkanalen i grundlagsutskottet. Först när lagen träder i kraft kan bolaget inleda sin verksamhet.

Varför behövs Jobbkanalen?

Idag står många personer utanför arbetsmarknaden på grund av funktionsnedsättning eller partiell arbetsförmåga. Endast omkring 600 personer med intellektuell funktionsnedsättning har idag ett lönearbete.

Det är en hisnande liten andel av de 25 000 med intellektuell funktionsnedsättning som är i arbetsför ålder. De som deltar i utlokaliserad arbetsverksamhet, alltså utför produktiva arbeten på vanliga arbetsplatser utan anställningsförhållanden, är fler, uppskattningsvis omkring 2300 personer. Det visar att personer med intellektuell funktionsnedsättning redan finns på arbetsmarknaden, men inte i anställningsförhållanden.

Nu ska fler beredas möjlighet till arbete. Jobbkanalens verksamhet ska gå ut på att bolaget anställer personer med funktionsnedsättning och sedan erbjuder de anställdas arbetsinsats till företag och arbetsgivare. Jobbkanalen har som övergripande målsättning att ha 1000 personer anställda. Planen är att börja småskaligt och sedan utvidga verksamheten. I slutet av år 2023 tänker man sig att 400 personer har anställning vid bolaget.

Vilka jobb kan komma i fråga?

Arbets- och Näringsministeriet har i sina planer för Jobbkanalen listat potentiella branscher och har också lyft upp möjliga företag som kunde bli arbetsgivare. Företag inom branscher med säsongarbete, företag där det råder brist på arbetskraft och växande företag står i fokus. Arbets- och Näringsministeriet lyfter upp att de är intresserade av att inleda samarbete med bland annat stora butikskedjor, kafferosterier, byggföretag, logistikföretag och företag så som Fazer och L&T.



Hur anställs arbetstagare av Jobbkanalen?

Jobbkanalen rekryterar inte själv de som ska anställas, utan det är de 15 regionala arbets- och näringsbyråerna, TE-byråerna, som anvisar arbetstagare som har svårigheter att på annat sätt få en anställning till bolaget. FDUV har poängterat att det här kan utgöra ett hinder och kan leda till att personer med intellektuell funktionsnedsättning aldrig når fram ens till den första dörren, eftersom den arbetsfrämjande servicen för målgruppen idag främst erbjuds via funktionshinderservicen. Mer sällan uppmantras eller stöds personer med intellektuell funktionsnedsättning till att använda sig av TE-byråernas tjänster. Alla har rätt att vända sig till TE-byråerna, även personer med sjukpension. Arbets- och Näringsministeriet som bereder planerna, betonar här vikten av att förstärka en normaliseringsutveckling. Det innebär att de grupper som inte tidigare använt TE- byråerna nu också i högre grad ska uppmantras, och inte bara uppmantras utan även tydligare anvisas till dessa tjänster. Här bör funktionshinderservicen ha en aktiv roll.

Beaktas de svenskspråkiga arbetssökandenas behov?

Jobbkanalen har, enligt språklagen, inte samma skyldigheter som en myndighet att likvärdigt ha verksamhet på svenska och på finska. FDUV har betonat att språket inte får utgöra ytterligare ett hinder för arbetstagarna. Det är avgörande att de företag som blir kunder hos Jobbkanalen också kan erbjuda arbete på svenska. I planerna för Jobbkanalen framgår det att det är Österbottens TE-byrå som kommer att ansvara för att arbeta fram de nya processerna. Det kan ses som ett positivt val med tanke på att processerna också ska fungera på svenska.

Hur gick det i Sverige när Jobbkanalens motsvarighet startade?

Modellen för Jobbkanalen är det svenska bolaget Samhall, som har fungerat i Sverige redan i 40 år. Under åren har Samhall blivit ett av Sveriges största företag. Bolaget ägs av svenska staten och har som specialuppdrag att skapa arbeten för personer med funktionsnedsättning. Samhalls verksamhet och utveckling är dock inte problemfri. Funktionsrättsorganisationer i Sverige har bland annat lyft fram att Samhall numera främst anställer personer med lindriga funktionsnedsättningar, medan de som varit bolagets primära målgrupp, de som behöver mer stöd inte längre platsar i bolaget.

Jobbkanalen kommer att utgöra ett nytt alternativ för att få arbete, men ska inte misstas för att vara det enda. Inom funktionshinderservicen finns det kunnande i att hitta och skapa olika sorters arbetsuppgifter för målgruppen. Det kunnandet behövs också inom Jobbkanalen för att personer med intellektuell funktionsnedsättning ska få fungerande arbeten.

Text: Melanie Shametaj
Illustration: Albert Pinilla



Vårdreform på gott och ont

Utmaningarna är många då tjänsteutbudet för personer med funktionsnedsättning byggs upp i de nya välfärdsområdena. Hur garantera närservice, men samtidigt tillräcklig expertis och därtill kunskaper i svenska och kännedom om svenskspråkiga serviceproducenter?

I skrivande stund pågår välfärdsområdesval och diskussioner förs främst på sociala medier om hur många hälsovårdscentraler vi har råd med och hur stävja specialsjukvårdens kostnader.

Socialvården och därmed också funktionshinderservicen har fått väldigt liten uppmärksamhet i debatten. Social- och hälsovårdsreformen med de nya välfärdsområdena ska träda i kraft 2023. Det är stor förändring som kommer att påverka funktionshinderservicens framtid.

På FDUV och inom hela omsorgen har det länge förts en livlig diskussion om Kårkullas framtid och om hur man ska garantera fortsatta tjänster på svenska. Kommer det i framtiden att finnas tillräckligt med kunnig personal och expertis för att tjänsterna även ska vara kvalitativt goda?

Samarbetsavtalens centrala roll

I juni 2021 godkände riksdagen en lag om ordnande av social- och hälsovården (SOTE), där behovet av att centralisera vissa svenskspråkiga social- och hälsovårdstjänster påtalas. Detta kommer att ske via samarbetsavtal mellan de tvåspråkiga välfärdsområdena.

I samarbetsavtalen ingår överenskommelser om arbetsfördelningen mellan de tvåspråkiga välfärdsområdena. Bastjänster, såsom boende- och dagverksamhet, ska i huvudsak ordnas av välfärdsområdena själva. Mer krävande tjänster, där det krävs en särskild expertis, eller tjänster som blir för dyra att upprätthålla i alla regioner, kan enligt förslag koordineras via Egentliga Finlands välfärdsområde, där nuvarande Kårkullas expert- och utvecklingscenter (EUC) finns.

Alla tvåspråkiga välfärdsområden kommer inte att kunna erbjuda bastjänster, såsom boende- eller dagverksamhet på svenska, i sitt eget välfärdsområde, men de kan komma överens om att köpa tjänsten till exempel av grannområdet. Kårkulla betonar i sin strategi att då det gäller specialkunnande, såsom till exempel krävande rehabilitering eller krisvård, ska avtalen primärt ingås med Egentliga Finlands välfärdsområde som kan erbjuda särskild expertis.

På FDUV ser vi att det finns ett uppenbart behov av att centralisera vissa tjänster, men det kan också



uppstå uppenbara svårigheter att få tjänster i när-samhället om servicen centraliseras för mycket. Det kan leda till att endast bastjänster kan erbjudas som närservice, medan mycket av expertisen finns på ett längre avstånd.

Välfärdsområdenas ansvar och roll

Välfärdsområdenas social- och hälsovårdscentraler kommer att ha ett myndighetsansvar då det gäller att göra upp serviceplaner för enskilda personer med intellektuell funktionsnedsättning. För att socialcentralernas personal ska kunna göra upp en serviceplan tillsammans med personen och familjen behöver de stöd och information om tjänsteutbudet på svenska. De tvåspråkiga vårdområdena bör också ha personal som kan betjäna på svenska. Vårdområdena kan vid behov anlita utomstående serviceproducenter för utredningar och bedömningar. Men det slutliga beslutet om hur servicen ordnas måste göras av välfärdsområdet, tillsammans med omsorgstagaren.

Lisbeth Hemgård, verksamhetsledare
Foto: Sofia Jernström

Framtiden för Kårkullas tjänster i Nyland

I januari 2023 upphör Kårkulla samkommun att existera. Då flyttas ansvaret för funktionshindersservicen och specialomsorgen till välfärdsområdena. Bland tjänsterna som överförs till välfärdsområdet i Nyland finns till exempel Kårkullas och Etevas tjänster. Verksamhetsledare **Lisbeth Hengård** är FDUVs representant i arbetsgruppen som ska lägga fram ett förslag till välfärdsområdesfullmäktige om hur specialomsorgen kunde organiseras så att både svensk- och finskspråkiga personer med intellektuell funktionsnedsättning i Nyland får den service de behöver.

- Vi funderar bland annat över vilken service som ska erbjudas som närservice och vilka tjänster som måste centraliseras på grund av att de är för dyra för att producera lokalt, berättar Hengård.



I arbetsgruppen för den svenskspråkiga servicen medverkar även Kårkulla, HUS och tjänstemän från de tvåspråkiga nyländska kommunerna. Här har FDUV en viktig möjlighet att påverka hur den svenskspråkiga servicen för personer med intellektuell funktionsnedsättning skall ordnas i välfärdsområdet och hur den svenskspråkiga expertisen kan tryggas.

Planeringsarbetet med anledning av social- och hälsovårdsreformen sker i flera arbetsgrupper som behandlar olika teman, såsom psykiatri, socialvård och service på svenska. Det sker i form av ett projekt vid namn *Genomförande av ändringarna i social- och hälsovården för personer med intellektuell funktionsnedsättning*, på finska förkortas det *KEPA*. Projektet inleddes 1.8.2021 och pågår till 31.12.2022.

Olika är bra – rocka sockorna med oss 21.3!

Att rocka sockorna är enkelt. Genom att ta på dig omaka strumpor hyllar du olikheter och slår ett slag för alla människors lika värde och rättigheter. Tillsammans kan vi förändra människors attityd och se till att alla är välkomna i vårt samhälle!

Lasse har börjat jobba på FDUV

Vi har en ny kollega inom FDUV:s administration. Det är **Lasse Strömberg** som bland annat sköter om fakturor och bokföring, samt hjälper till med it-ärenden. Till sin utbildning är han tradenom och ekonom.

- Det känns bra att få jobba med trevliga kolleger och mångsidiga arbetsuppgifter. Dessutom är det fint att FDUV arbetar för ändamål som känns meningsfulla, säger Lasse.

Kontaktuppgifter till Lasse och all vår övriga personal finns på fduv.fi/personal.



Foto: Sofia Jernström

Ny barnbok om funktionsnedsättningar

Varför får man inte klappa en ledarhund? Hur snabbt kan man köra med en elrullstol? Vilka termer får man inte använda?

Boken *Alla funkar olika* riktar sig till dig som vill veta mera om hur det är att leva med en funktionsnedsättning. I boken får du följa med Oskar, Jakob, Kalle, Leila, Saga och Alma på äventyr. Några av barnen har funktionsnedsättningar, andra inte, men de är alla kompisar.

Alla funkar olika är resultatet av Jenny Sylvins och FDUV:s bearbetning av den finska boken *Voihan vammainen*. En av författarna är Kalle Könkkölä, som var en av Finlands första människorättsaktivister inom funktionsrättsområdet. Författarna har inspirerats av ord och begrepp som används för att beskriva funktionsnedsättningar och sjukdomar, förklarat dem och byggt en lättsam berättelse som ökar kunskapen om funktionsnedsättningar och förståelsen för att vi alla funkar olika. Du kan beställa boken av Lärum. Mer information på bakpärmen.



Läsarna är nöjda med GP

Tack till alla er som svarade på vår läsarenkät. Vi fick 91 svar. 79 % av läsarna uppgav att GP är jätteviktig eller ganska viktig för dem. Över hälften av läsarna berättade att de läser allt som finns i tidningen. Vad de andra läser fördelar sig ganska jämt över de olika avdelningarna i tidningen.

Utvecklingsförslag

En tredjedel av läsarna tyckte tidningen är bra som den är. Bland de övriga fanns det önskemål om fler personintervjuer, mer om vardagen med funktionsnedsättning, mer om föreningarna och mer om Steg för steg. Personer med funktionsnedsättning, en tredjedel av läsarna, önskade i högre grad mer bilder, fler korta, lättlästa texter, men också längre reportage. Andra önskemål gällde mer om missförhållanden, rättigheter och aktuella förändringar inom lagstiftning och service. Vi lyssnar på er läsare och utvecklar hela tiden tidningen, med hopp om att ni alla ska hitta någonting ni vill läsa.



Kurser och evenemang

9.3 KL. 13.30–17.00 HELSINGFORS OCH DIGITALT

Seminarium om IF och psykisk ohälsa

Hur ska stödet utvecklas för personer med intellektuell funktionsnedsättning med psykisk ohälsa?

FDUV arrangerar ett seminarium om psykisk ohälsa hos personer med intellektuell funktionsnedsättning den 9 mars, kl. 13.30 - 17.00, på Luckan, Georgsgatan 27, Helsingfors. Intresserade kan också delta på distans via Zoom.

Vi har bjudit in gästföreläsare **Malin Nystrand** från Sverige. Hon är läkare och specialist i allmänmedicin och arbetar både inom primärvården och inom omsorgspsykiatri på en mottagning för personer med intellektuell funktionsnedsättning.

Anhöriga, professionella och personer som upplevt psykisk ohälsa kommer ge sin syn på hur man behöver utveckla vården och stödet.

Vi kommer också att presentera FDUV:s åtgärdsprogram, vars mål är att förbättra tjänsterna för personer med intellektuell funktionsnedsättning.

Information om programmet och anmälningar på fduv.fi/kalender
 Kontaktperson: Vanessa Westerlund tfn 040-674 72 47,
vanessa.westerlund@fduv.fi

Anmäl dig senast den 2.3.



Foto: iStock

22.2 KL. 16–17, FORTSÄTTER SEDAN VARANNAN TISDAG, ÅRET UT. DIGITALT

Vardagen med intellektuell funktionsnedsättning

FDUV erbjuder en föreläsningsserie, online, för dig som i ditt arbete eller på fritiden träffar personer med intellektuell funktionsnedsättning (IF). Jobbar du som fritidsledare i en DUV-förening eller hoppas du få jobb som hjälpledare eller lägerledare inom FDUV? Eller vill du bara bli bättre på att bemöta människor? En större förståelse för hur vardagen för personer med intellektuell funktionsnedsättning fungerar, kommer att hjälpa dig i din vardag.

De olika delarna i serien är fristående.

I serien ingår:

Vad är IF?

Hur kommunicerar en person med IF?

Hur bemöter jag en person med IF?

Erfarenhetstalare med IF berättar om sin vardag.

Anhöriga berättar om sin vardag.

Anmäl dig senast kl. 14, dagen innan föreläsningen hålls, via vår kalender: www.fduv.fi/kalender.

Det kostar ingenting att delta.



Foto: Madeleine Björklund

2–3.4 VID SUVITUULI UTANFÖR ÅBO

Familjeläger i Åboland

Familjelägret vid Suvituuli utanför Åbo är en fortsättning på våra omtyckta familjekurser, med fokus på rekreation, återhämtning och positiva upplevelser för er som familj.

Vi riktar oss till familjer med barn med intellektuell eller liknande funktionsnedsättning. Programmet är delvis gemensamt för hela familjen och delvis skilt för barnen med stödbehov, syskonen och föräldrarna. Deltagarna har fri tillgång till simbassäng, konditionssal och bastu.

Det är avgiftsfritt att delta, vilket inkluderar kost och logi, samt alla programpunkter. Familjerna bekostar själva resorna till och från familjelägret. Vi har begränsat antal platser. Familjelägret finansieras med medel av Brita Maria Renlunds stiftelse.

Ansökan om plats med motivering görs senast 20.2 via www.fduv.fi/kalender. Info: Camilla Forsell, tfn 040 673 9695 eller camilla.forsell@fduv.fi



Foto: iStock

23–24.4 VID VILLA ELBA I KARLEBY

Familjeläger i Österbotten

Familjelägret vid ungdomscentret Villa Elba i Karleby är en fortsättning på våra omtyckta familjekurser, med fokus på rekreation, återhämtning och positiva upplevelser.

Vi riktar oss till familjer med barn med intellektuell eller liknande funktionsnedsättning. Programmet är delvis gemensamt för hela familjen och delvis skilt för barnen med stödbehov, syskonen och föräldrarna. Naturskolan vid Villa Elba erbjuder program med fokus på naturupplevelser och att hitta sina styrkor och resurser i en avstressande miljö. Familjerna inkvarteras i egna stugor invid huvudbyggnaden.

Det är avgiftsfritt att delta, vilket inkluderar kost och logi, samt alla programpunkter. Familjerna bekostar själva resorna till och från familjelägret. Vi har begränsat antal platser. Familjelägret finansieras med medel av Brita Maria Renlunds stiftelse.

Ansökan om plats med motivering görs senast 6.3 via fduv.fi/kalender.

Info: Camilla Forsell, tfn 040 673 9695 eller camilla.forsell@fduv.fi.

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

Säg adjö till krångliga recept

En trevlig hobby i vardagen är att kunna laga mat och baka. Därför vill vi på Lärum tipsa om lättlästa böcker om matlagning och bakning.

Laga mat steg-för-steg i text och bild

I *Laga mat* finns recept på 10 goda middagar. Recepten är beräknade för två personer och presenteras med tydliga beskrivningar steg-för-steg, både i text och bild. Alla ska få uppleva att det både är roligt och lätt att laga mat.

I sin kokbok har **Jessica Frej** samlat sina bästa recept på lättlagade middagar. De flesta rätterna tillagas i en enda kastrull eller på en plåt. Det är fråga om vardagsmat som går snabbt att tillreda. Samtidigt är de så goda att du gärna vill bjuda hem vänner på middag, för att smaka på det du lagat.

Baka kakor – med tydliga steg-för-steg-bilder

Det är himla roligt att baka! Men det kan också vara svårt om man inte är säker på vad ”tsk” betyder eller om man tappar bort sig i långa ingredienslistor. Därför har konditorn **Maria Öhrn** granskat och testat sina recept för att de ska vara tydliga och lätta att följa.

Resultatet är boken *Baka kakor*. Boken innehåller 10 goda recept som är lätta att följa. Varje steg i recepten förklaras med tydliga bilder och korta texter. Du kan till exempel baka en kladdkaka, äppelpaj eller kolasnittar. Så sätt på ugnen och börja baka. Kanske vill du hellre bjuda en kompis på chokladbollar!

Lärums materialbroschyr

Lärum har en ny materialbroschyr som kan beställas per e-post: larum@larum.fi Du hittar den också i digital form på vår webbplats larum.fi

Text: Susanne Nygård,
pedagogisk planerare vid Lärum
Böckerna hittar du i Lärums webbshop på shop.larum.fi





Fler jobb med lön i framtiden

Många med intellektuell funktionsnedsättning har svårt att hitta jobb.

En del har jobb på vanliga arbetsplatser men får inte lön för arbetet.

Jobbkanalen är ett nytt alternativ för att fler ska kunna jobba och också få lön för sitt jobb.

Vad är Jobbkanalen?

Jobbkanalen är ett bolag som anställer personer med funktionsnedsättning. Bolaget söker efter lämpliga arbetsplatser för dem som har svårt att hitta arbete.

Den som är anställd via Jobbkanalen får lön för sitt arbete.

Jobbkanalen finns inte ännu men öppnar troligen senare i år.

Hurdana jobb kan man få?

Jobbkanalen samarbetar med många företag för att hitta arbetsuppgifter som passar personer med olika behov.

De företag som samarbetar med Jobbkanalen erbjuder arbete åt Jobbkanalens arbetstagare.

Exempel på olika arbeten man kan få

- parkarbete
- byta däck på bilar
- arbete på servicehem för pensionärer
- sortera kläder på återvinningscentral
- arbete i en matbutik
- gårdskarlsarbete

Hur anställs arbetstagare till Jobbkanalen?

Jobbkanalen väljer inte vem som får arbete utan det gör TE-byrån.

TE-byrån är ett ställe som hjälper alla som söker arbete.

Om du vill söka jobb via Jobbkanalen ska du först anmäla dig som arbetssökande vid TE-byrån.

Du kan få hjälp med det av någon i personalen där du arbetar eller bor.

De som får pension tror ibland att de inte kan få hjälp via TE-byrån, men alla har rätt att få hjälp där.

Kan Jobbkanalen ordna arbete på svenska?

Enligt lagen behöver Jobbkanalen inte ordna arbete på svenska.

Men FDUV har sagt att det är viktigt att också svenskspråkiga personer kan få jobb via Jobbkanalen och få handledning i arbetet på svenska. FDUV hoppas att det blir möjligt.

Det finns olika sätt att hitta jobb

Det är viktigt att komma ihåg att det finns olika sätt att få hjälp med att hitta ett arbete. Jobbkanalen är inte det enda alternativet för att få jobb.

Det kommer fortfarande att också finnas arbetslivstränare som hjälper personer med intellektuell funktionsnedsättning att få jobb.

Text: Melanie Shametaj
Illustration: Albert Pinilla





Slalom som samarbete

Namn: Benny Talling

Min hobby: Slalom

Bor i: Åbo

Ett skri av glädje hörs över slalombacken när Benny Talling och hans skidlärare Teemu Kaitanen susar förbi.

Slalom är Bennys passion, hans favorithobby.

Tro inte att det är en vanlig kälke som Benny sitter i och att Teemu styr.

Det är inte en kälke

och det är Benny själv som styr.

Det är Bennys hjälpmedel för att kunna skida.

Det kallas biski i Sverige och slalomkälke i Finland.

Kälken står på två skidor.

När Benny vill svänga måste han luta kroppen åt rätt håll.

- Vi har välvt omkull med kälken.

Då vi välter börjar jag skratta.

Om jag sitter rak eller lutar åt fel håll kan det hända att vi välter.

Men vi skadar oss inte för vi har så tjocka kläder.

Teemu ser till att Benny inte kör på andra. Han balanserar också upp om Benny lutar fel.

Teemu är mer än en skidlärare för Benny.

Han är Bennys vän.

Varje år åker de slalom tillsammans.

Det härliga med att åka slalomkälke är att du inte behöver göra det ensam.

Både Teemu och Benny njuter av farten, av ljudet av snön som skvätter och av känslan av kall luft mot kinderna.

De blir glada av

den härliga känslan av frihet

och av att nästan kunna flyga över snön.

Allt är möjligt med planering

Benny älskar att planera.
För honom är en hobby
så mycket mer än själva hobbyn.

Han tycker om funderingar före,
drömmar om det som ska hända,
förberedelser, resan, gemenskap
och minnen av de roliga stunderna.

- Man ska inte vara i sista minuten.
Då blir det fel.
Men det är också tråkigt att sitta och vänta.

Benny räknar hela tiden:
Hur lång tid brukar en resa ta?
När kommer skjutsen?
När ska jag vara var?

Benny har många olika hobbyer.
Han rider och målar tavlor.
Han tycker om granna, roliga färger.
Han älskar också resor och äventyr.

För Benny är minnena av alla roliga äventyr
lika viktiga som själva äventyren.

Text: Henrika Mercadante /LL-center
Foto: Janne Stenroos



Snart är Benny redo för årets första åk.



Efter 18 år av träning är Benny idag en skicklig slalomåkare.

Nu dansar Lotta hemma

Namn: Lotta Backman

Hobby: Nutidsdans

Bor i: Vasa

För Lotta Backman är det lika viktigt att vara en i gänget som att dansa. Hennes hobby är nutidsdans.

I vinter satte coronapandemin stopp för danslektionerna. Men med telefonen kan Lotta ändå hålla kontakt med kompisarna och lära sig nya danser.

Lotta har alltid älskat musik och började dansa när hon var sju år gammal. Om det spelas en bra låt kan hon inte låta bli att dansa. Kroppen börjar röra sig i takt med musiken. Det spelar ingen roll var hon är, Lotta dansar lika gärna i matbutiken som i köket.

- Det är roligt att dansa och bli svettig!

Tråkigare att dansa ensam

Mindre roligt tyckte Lotta det var när hon måste vara isolerad hemma. Det kändes kanske lite bättre när hela Korsholms högstadium hade skola på distans på grund av coronapandemin. För då var det inte bara hon som måste stanna hemma.

Lotta måste också vara borta från danslektionerna för en tid, för hon hör till en av riskgrupperna.

Det är ledsamt att tvingas sluta gå till sin älsklingshobby. Det känns ensamt att vara hemma då vännerna är på danslektion.



Lotta lär sig danser via TikTok.

Dans hemma vid telefonen

Lotta har appen TikTok på telefonen. På TikTok ser hon på dansvideor och lär sig nya dansrörelser.

Hennes vänner laddar upp dansvideor och hon laddar också upp dansvideor. Genom att utbyta danser via TikTok känns det lite som att vara tillsammans.

Men Lotta längtar ändå efter att pandemin ska ta slut. Hon vill att vännerna ska få dansa tillsammans på riktigt igen.

Henrika Mercadante/LL-center
Foto: Mikael Nybacka



Det bästa är att göra mål

Namn: David Nygård

Min hobby: Fotboll

Bor i: Pargas

Jag började spela fotis på rasterna i lågstadiet och fortsatte i högstadiet. På sommarlovet övade jag straffsparkar. Alla som var på vårt landställe fick stå i mål en liten stund. Jag tyckte om när mommo ställde upp. Nästan alla som var målvakter tyckte att jag sköt hårda skott.

Förra sommaren tränade jag i PIF och Puff där **Anders Kjellman** var tränare. Det är DUV i Västra Åboland och Steg för Stegs fotbollslag.

Fotbollsavslutningen den 16.10 var häftig med match mot TPS Sateenkaari. Vi hade en likadan presentation av spelarna som i stora matcher och Champions League-hymnen dånade över planen. Det bästa var att få göra mål.

Speltröja av Albin Granlund

I tv följer jag med EM, VM och finska landslagsmatcher. Jag har fått landslagets speltröja av **Albin Granlund** som spelar i finska landslaget. Han är också från Pargas.

Då någon frågar vad det bästa med fotboll är behöver jag inte tänka länge: Det är att få spela och göra MÅÅÅL!



I kyrkan träffar jag vänner

Namn: Tanya Palmgren

Min hobby: Att hjälpa i kyrkan

Bor i: Grankulla

Jag har många hobbyer. En hobby är att hjälpa till i församlingen. På söndagarna är jag i kyrkan och på måndagarna i församlingens lokal Sebastos.

Före högmässan i kyrkan börjar ser jag till att alla har psalmböcker. I slutet får jag ofta gå runt i kyrkan och samla in kollekten.

Kyrkans basarer är roliga. Jag ser till att alla betalar. Jag kokar också kaffe, dukar och tänder ljus.

Det roligaste i kyrkan är att sjunga psalmer och att träffa människor och prata med dem. Vi har en ny präst som heter **Jona Granlund** och han är jättekiva.

Vi hjälper varandra

Jag har många vänner i församlingen. **Pippi Collander** är en av dem. Hon var min lärare i söndagsskolan. Ibland hjälper jag henne. Ibland hjälper hon mig.

Inte är det helt lätt att läsa texterna i psalmboken. Texten är så liten. Då hjälper Pippi mig att hitta texterna på ipaden. Där är de bättre att läsa.

Att läsa är som att resa

Jag heter Nathalie Järnström och bor i Ekenäs.
Jag älskar att läsa.
Oftast läser jag deckare men jag läser också andra böcker.
Min favoritförfattare är Mons Kallentoft.

Jag läser varje dag.
När jag var tonåring tipsade min syster mig om Harry Potter böckerna.
Efter det var jag fast i läsningen.

När jag läser känns det som om jag får följa med på en resa.
Jag kan också känna igen mig själv i personerna i böckerna.

Läsning är ett bra tidsfördriv.
Tiden flyger i väg när man läser en bra bok.

Biblioteket i Ekenäs
Jag besöker biblioteket i Ekenäs flera gånger per månad.
Det är ett bra bibliotek med många svenska böcker, också lättlästa böcker.

Natalies bokhörna

Jag har tur för jag får också jobba med böcker och läsning.
Jag jobbar på webb-tv-kanalen FIXtv.

Där har jag en egen serie som heter Nathalies bokhörna.
Jag gör videor där jag ger tips om lättlästa böcker för vuxna.
Jag tipsar både om faktaböcker och romaner.

Jag väljer själv vilka böcker jag skall tipsa om.
Sen skriver jag en plan på lätt svenska på vad jag ska säga på videon.
Planen kallas manus.
Vi har inspelning i vår studio.
Det är FIXtv gänget som filmar.
Efter inspelningen editerar jag videon.
Det betyder att jag väljer vad som ska vara kvar på videon.

Bästa lättlästa boken

Den lättlästa boken jag tyckt bäst om heter *En bur av guld* av Camilla Läckberg.
Boken handlar om Fay som har en perfekt man och en fin dotter.
Hon bor i den lyxigaste lägenheten i stan.
Ändå är det något som känns fel.
Hon får reda på att hennes man bedrar henne.

Boken är spännande och det var roligt att läsa om hennes hämnd.
Tanken på hämnd kan många säkert känna igen sig i.

På vår hemsida finns 43 avsnitt av programmet.
Adressen till hemsidan är www.fixtv.fi.
Där kan du också se FIXtv:s andra program.
Följ också FIXtv på Facebook och Instagram.

Text: Sara Jansson, handledare på FIXtv

Foto: FIXtv



Vad är FIXtv?

FIXtv är en tv-kanal på webben.
Där finns reportage och fiktionsprogram.
Reportage kan till exempel vara intervjuer med olika människor och fiktionsprogram är påhittade berättelser.

Hela redaktionen är delaktig genom hela processen då de gör programmen.
De planerar, filmar och editerar tillsammans.

Fixtv är en del av Kårkullas verksamhet och hör till dagverksamheten i Ekenäs, Dagtek.
Målet med FIXtv:s verksamhet är att ge möjligheter för personer med funktionsnedsättning att själva tala för sig och få en synligare plats i samhället.



Här bandas Natalies bokhörna in på FIXtv, under ledning av Sara Jansson.

Anmäl dig till årets läger!

I årets broschyr kan du läsa om sommarens alla läger. Du kan välja mellan övernattningsläger och dagläger på olika ställen i Svenskfinland. I år ordnar vi 24 läger med olika teman, till exempel musik, dans, konst, teater och hantverk.

I broschyren finns också information om andra läger vi ordnar under året. Hoppas att du hittar något som passar för dig.

I två år har pandemin gjort att lägren inte har kunnat ordnas på samma sätt som förut. Vi hoppas det läger du väljer blir just ett sådant läger som du drömt om. Kontakta oss om du inte har fått en broschyr.

Ansök om lägerplats senast den 28 februari!

Ansökan och mer information finns på www.fduv.fi/lager.



Kontakta lägerkoordinatoren i din region om du har flera frågor:

Södra Finland
Filippa Sveholm,
filippa.sveholm@fduv.fi
040 865 38 88

Österbotten
Tina Holms
tina.holms@fduv.fi
050 302 78 88

STEG FÖR STEG • STEGFÖRSTEG.FI

**Säg nej till mobbning**

Allt för många personer med intellektuell funktionsnedsättning har upplevt mobbning. Så ska det inte vara! Under mars och april månad ordnar Steg för Steg en kampanj mot mobbning.

Under kampanjen kan skolor boka våra erfarenhetstalare gratis. Våra lokala grupper bjuder in experter till diskussionsträffar om mobbning. Följ kampanjen på kampanjens webbplats www.framsteg.fi.

Lokala träffar om mobbning

Vi ordnar två diskussionsträffar om mobbning i Pargas och Åbo. Experter deltar i träffarna. Träffarna ordnas den 14 och 15 mars. Vi ordnar också en diskussionsträff om nätmobbning tillsammans med DUV föreningen på Åland i Mariehamn den 4 april.

Rocka sockorna på Luckan

Vi ordnar en Rocka Sockorna-fest på Luckan i Helsingfors på världsdagen för Downs Syndrom som firas den 21 mars. Festen ordnas i samarbete med DUV i Mellersta Nyland och SAMS.

**Steg för Stegs nya erfarenhetstalare**

Tobias Ståhlberg från Vasa är färdig med sin utbildning till erfarenhetstalare. Tobias kommer på sina uppdrag att berätta om hur det är att använda AKK i stället för talat språk. AKK betyder alternativ och kompletterande kommunikation. Det betyder att man uttrycker sig på andra sätt än med tal, till exempel med stödtecken, bilder eller bliss-språk.

Du kan läsa mer om vad vi har på gång på vår webbplats www.stegforsteg.fi

Koordinatorn i Österbotten slutar

Annika Martin har jobbat många år som regional koordinator i Österbotten. Före det har hon arbetat många år på FDUV. Nu har Annika hittat ett nytt jobb och kommer därför att sluta på Steg för Steg. Vi tackar Annika för de år hon jobbat hos oss. Steg för Steg ska nu anställa en ny regional koordinator för Österbotten. Medan vi söker efter en koordinator har de lokala träffarna i Österbotten paus.

DUV I KARLEBYNEJDEN • KARLEBYNEJDEN.DUV.FI

En hälsning från norr!

DUV i Karlebynejden levde verkligen upp i höstas när vi försiktigt kunde öppna upp och råkas. Trots att vi är en liten förening, på en ort med ett befolkningsunderlag på cirka 11 000, är vi duktiga och har mycket på gång. Sedan 1970-talet har vi bostäder som vi hyr ut. I dag har vi 24 hyresgäster!

I höst arrangerade vår fritidsklubb *Guldkanten* en utedag och vi fortsatte med bingo, bowling, pizza, julfest mm. Föreningen ordnade också med resa till Wasa teater. Många var med och njöt av *Botnia Paradise!* Vi har kunnat träffas på Solhem och igenkännandets glädje har funnits med i bilden. På Solhem, som nu är till salu, ordnades förr dagverksamhet, där Kronobybor och Karlebybor jobbade. Vi är glada över att Solhem ännu inte har sålts och ännu gladare över att ha kunnat träffas på riktigt.

Vi fortsätter med våra *Guldkanter* så fort läget tillåter. Ring **Elisabeth Hagström** 040419802 om du vill komma med.



DUV I JAKOBSTADSNEJDEN • JAKOBSTAD.DUV.FI

Hej hopp!

Hoppas ni fått en bra start på det nya året, trots att vi igen måste vara lite försiktiga med att röra oss i större grupper. Det här betyder att vi inte just nu vet när vi kan ordna träffar och resor.

Men, en glad nyhet är att vi nu finns med på Facebook och Instagram. Sök efter DUV i Jakobstadsnejden så hittar du oss. Där får vi umgås hur mycket

som helst och dela tips och information med varandra. Välkommen med!

Trevligt är det att det blir lite ljusare för varje dag som går. Gillar du vintern så har du den bästa tiden framför dig och drömmer du om sol och bad så är det heller inte långt borta!

DUV I VASANEJDEN • VASANEJDEN.DUV.FI

Träffarna online fortsätter

DUV i Vasanejden har på grund av pandemin varit tvungen att avboka planerade fysiska träffar. Kolla kalendern på hemsidan vasanejden.duv.fi. Där skriver vi om situationen ändras.

Zoomträffar med Svante och Elsa fortsätter måndagar klockan 18.30-19.30, den 21.2, 7.3, 14.3, 21.3 och 28.3. **Elsa Sandås** och **Svante Sjöholm** leder träffarna med varierande program. Länken hittar

du på vasanejden.duv.fi/kalender under respektive datum. Ingen anmälan behövs.

Kocka med DUV hålls via Teams, den 26.2, 19.3 och 9.4 klockan 10.30-12.00. Vi tillreder enkla men goda rätter. **Petra Sundholm** från 4H är kursledare. Anmälningar till vasanejden@duv.fi eller tfn 040 543 4556. Uppge din mailadress så skickar vi teamslänken, receptet och ingredienslistan på måndagen före varje kurslördag. Max. 10 deltagare.

DUV I SYDÖSTERBOTTEN • SYDOSTERBOTTEN.DUV.FI

Nya fritidsledaren Jeanine presenterar sig

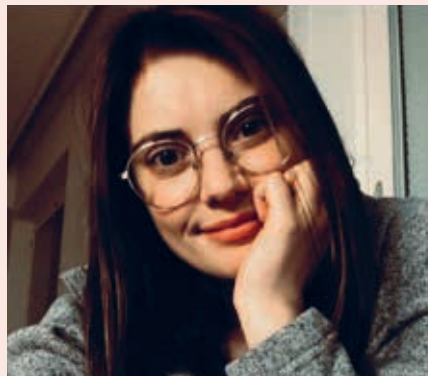
Namn: Jeanine van Aarle. Det är ett holländskt namn. Min pappa kommer från Holland.

Ålder: 24 år

Bor: Jag har just köpt en lägenhet och flyttat till gamla Vasa

Jobb: Jag jobbar som bokförare och löneräknare på Nooga som erbjuder ekonomiförvaltningstjänster.

Fritidsintressen: Att umgås med vänner och gå på gym.



DUV I MELLERSTA NYLAND • MELLERSTANYLAND.DUV.FI

Ny klubblokal i Grankulla

Nytt år, men samma gamla information! Klubbverksamheten i början av året har inhiberats och ersatts av ute- och online verksamhet. Det börjar bli rutin... och så länge det är en härlig vinter med snö så njuter vi av att vara ute!

En rolig nyhet har vi också. DUV i Mellersta Nyland har en ny klubblokal! Vi flyttar vår klubblokal Anka-ret från Esbo till Grankulla. Lokalen ligger alldeles invid Grankulla köpcentrum och torg, ett stenkast från tågstationen. Adressen är Thurmansplatsen 10. Lokalen är drygt 50 kvadratmeter stor. Vi har renoverat den grundligt och är väldigt nöjda.



DUV I VÄSTRA ÅBOLAND • ABOLAND.DUV.FI

Hälsningar från DUV i Västra Åboland!

Vi är glada över att vara tillbaka efter jullovet, och ser fram emot en vårtermin fylld av trevligt program! Just nu har vi främst aktiviteter för mindre grupper, till exempel enskilda boenden, men senare i vår håller vi tummarna för att vi ska kunna samla hela vårt DUV-gäng på nytt.

Den 21 mars firar vi Internationella Downs syndromdagen med disco i Brandkårshuset i Pargas - hoppas just du vill komma och rocka sockorna med oss då! Den 5-6 mars planerar vi en musikworkshop i Pargas med musikern **Janne Engblom**. Både ungdomar och vuxna är välkomna.

Vi avslutade höstterminen med en riktigt lyckad julfest där vi fick besök av både Pargas lucia och jul-tomten. Det var väldigt fint att få träffa så många av våra medlemmar efter en lång paus. Under höstens gång har vi hunnit gå på en ishockeymatch, haft roliga verkstäder, öppet hus, bowlmat och simmat.

På vår webbsida aboland.duv.fi hittar du mer information om föreningens program. Du får också gärna följa oss på Instagram (@duvaboland) och Facebook (DUV i Västra Åboland) för att se vad vi hittar på! Vi önskar er alla DUV:are en riktigt fin start på 2022. Vi ses i svängarna!

DUV I VÄSTNYLAND OCH KIMITONEJDEN • VN.DUV.FI

Hopp om 50-årsfest i år

Under senhösten höll föreningen Halloweenfester och besökte olika djurgårdar. På grund av det förvärrade coronaläget ställdes julkyrkan in. Däremot ordnades det julmys på Malmbacka, julfest boendevis i Kimito och julmiddag på restaurang Fyren i Ekenäs. På vår YouTube-kanal finns vår julkalender med sång, minnen och massor av foton från det gångna året.

Restriktionerna fortsätter, men vi hoppas kunna inleda verksamheten i början av mars. Besöket på Svenska Teatern i Helsingfors är uppskjutet. Följ oss på de sociala medierna, så hålls du uppdaterad. Teater Magnitude ska spela in en film med premiär på hösten - det blir spännande!

I början av sommaren hoppas vi kunna fira föreningens 50-årsjubileumsfest, som blev framskjuten från ifjol. Kolla gärna avsnittet *Upplevelser och Drömmar med DUV* på vår Youtube-kanal. Där finns en uppgift för var och en. Uppgiften är viktig inför 50-årsfesten!



DUV PÅ ÅLAND • DUV.AX

Hej på er alla!

Nytt år och nya möjligheter. Passa på att träna in det nya året med DUV på Åland via vår hemsida www.duv.ax. I vår satsar vi lite extra på motion och rörelse. Det mår vi alla bra av. Ta med familjen, vänner eller personalen på ditt boende och häng med!

Familjegymna börjar söndagen den 27 mars, kl. 13- 14. Då får familjer med barn och ungdomar ett fartfyllt gympapass i Valbohallen, Skolvägen 3 i Söderby, Lemland. Anmälan senast den 17 mars (040 527 37 01 eller susan.enberg@duv.ax).

Anhörigträffar för stöd och råd. I mars startar DUV upp öppet hus för anhöriga på DUV-kansliet, den första torsdagen i månaden. DUV bjuder på fika. Första träffen är torsdagen den 3 mars kl. 18 - 19 på DUV-kansliet, Skarpansvägen 30. Då kommer vi att träffa FDUV:s **Susanne Tuure** och **Camilla Forsell**. De deltar via Teams och vi andra deltar på plats. Vi kommer också att presentera ritningar till en ny lägergård ute i Djurvik. Anmäl gärna om du deltar till DUV-kansliet.

Diskussionsträff om nätmobbning arrangeras den 4 april kl. 18.30 - 19.30 tillsammans med Ålands Steg för Stegs grupp Ett steg i taget en diskussionskväll för ungdomar i åldern 20 år och uppåt om mobbning på internet. Ledare är **Tanja Rönnberg** från Rädda Barnen. Kvällen arrangeras på ungdomsgården Boost, Uppgårdsvägen 6.





BAK2



10 €
inkl. frakt!

Ny barnbok om funktionsnedsättningar

Varför får man inte klappa en ledarhund?
Vilka termer är idag acceptabla?
Hur snabbt kan man köra med en elrullstol?
På ett lättsamt sätt får barnen större förståelse
för att vi alla funkar olika.

För 10 €, inklusive fraktkostnader, blir boken din.
Lisi Wahls stiftelse och stiftelsen för Brita Maria Renlunds minne
har understött utgivningen av boken.

Beställ boken genom att kontakta Larum
och meddela din postadress och faktureringsadress.
Tfn 050-5572767, forlaget@larum.fi