



GULA PRESSEN

NUMMER 3 • SEPTEMBER 2013
MEDLEMSBLAD FÖR FDUV OCH DUV-FÖRENINGAR

självbestämmande*

Killen som gillar ett aktivt liv s.8

KeyRing i Finland s.12

Självständighet enligt förmåga s.16

• LÄGERHÄLSNINGAR s. 18–21 • LÄTTLÄST s.22





s.12

Lättläst

De lättlästa sidorna
hittar du
på sidan 22.

s.22



innehåll

Ledare	3
Kalender	4
Kort och gott	6
Möt Rex Hartmann	8
Ny lag om självbestämmanderätt	11
Nycklar till ett eget liv	12
Iren Åhlund: Tillåt misstag	16
Rätt stöd för självständighet	17
Lugnt på Lehmira	18
Minnesvärda musikupplevelser	20
Sommarskolan i språkträning	21
Från föreningarna	28

lättläst innehåll

Ordförandens spalt	22
Kom med på Steg för Stegs storträff	23
Karis sommaräventyr	24
Idas spalt	25
Ett levande bibliotek	26
Kontaktannonser och brevvänner	27
OBS! På bakpärmarna: Anmälningsskett till Steg för Stegs storträff	

GP, eller Gula Pressen

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

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

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



Tema för nästa nummer:
fritidsverksamhet

Deadline för material är
tisdag 12 november.
Mejla oss och skicka material till:
gulapressen@fduv.fi
eller: Gula Pressen, FDUV
Nordenskiöldsgatan 18 A,
00250 Helsingfors



I egen takt, på eget sätt?

När vi diskuterar självbestämmande tänker vi oftast på rätten att få besluta om sitt eget liv och att göra egna val.

I detta nummer av Gula Pressen är temat just hur människor fått möjlighet att växa och bestämma över sitt eget liv. Vi får läsa om flera som är nöjda med sitt liv och sina val.

För personer med utvecklingsstörning är detta inte alltid en självklarhet och för anhöriga är det inte heller så lätt att veta hur man på bästa sätt stöder sitt barn till ett självständigt liv.

Jag har många gånger hört om hur personer med utvecklingsstörning måste ha rätt att misslyckas, rätt att få pröva sina egna vingar och rätt till egna beslut.

Min egen erfarenhet är att detta inte är så entydigt och lätt. Till exempel när det gäller personer med stora stödbehov, vem ger vi rätten att tolka deras vilja? Vem vet vad personen i fråga verkligen vill? Det kan bli en diskussion mellan personal och anhöriga där båda anser sig veta vad personen vill. Det kan bli så svårt att personen det gäller blir lidande i konflikten och vågar inte framföra sina egna behov och åsikter.

I självbestämmandes namn kan människor utsättas för vanvård, direkt försummelse och lämnas ensamma och känna en så stor osäkerhet att de verkligen mår dåligt av hela självbestämmandet. Detta är som tur ovanligt, men det förekommer.

Jag efterlyser en mer nyanserad diskussion om vad självbestämmande egentligen betyder. För personalen är det viktigt att förstå att självbestämmande inte betyder att personen i fråga måste ta alla beslut själv. För en person som har utvecklingsstörning måste ett beslut och dess konsekvenser utredas noggrant på ett tydligt och tryggt sätt. Anhöriga beskylls ofta för att inte släppa taget, men jag har också ofta hört motfrågan: vem hjälper dem sedan om det går på tok?

Rätten att få bestämma om sina egna angelägenheter måste vara ett naturligt mål i livet, men det kräver att personalen och anhöriga är lyhörda för vad självbestämmande betyder för just den personen. Det kanske inte ser lika ut för alla och man måste få ett konkret stöd i att fatta sina egna beslut i egen takt och på eget sätt.

LISBETH HEMGÅRD
VERKSAMHETSLEDARE
lisbeth.hemgard@fduv.fi

GULA PRESSEN
Medlemsblad för FDUV
och DUV-föreningarna

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

ANSVARIG UTGIVARE
Lisbeth Hemgård
lisbeth.hemgard@fduv.fi

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

LAYOUT
Laura Rahka

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

TRYCKERI
Fram
Vasa 2013

UPPLAGA
2 600

PÄRMBILD
Foto: Åsa Broo

höstkalender

12.9 Tid att tala – tid att tåga, Hfors

FDUV:s Etiskt forum ordnar en diskussionskväll kring tystnadsplikten med omsorgsprästen Ben Thilman. Vegahuset i Helsingfors kl. 18–21. Info: marita.maenpaa@fduv.fi, 040 523 1846.

16.9 Anhörigträff på Stjärnhem, Esbo

Diskussions- och nätverksträff för anhöriga till hyresgäster på Stjärnhem kl. 17:00. Tema väljs utifrån gruppens önskemål exempelvis känslor, kommunikation, förväntningar i det nya hemmet samt konflikthantering.
Info och anmälning: annette.tallberg@fduv.fi, 040 674 7247.

17.9 Föräldranätverk träffar Kaisa Leka, Borgå

Föräldranätverksgruppen i Borgå träffar serietecknare Kaisa Leka och talar om att påverka med tecknade serier. Träffen ordnas i samarbete med Bamsegruppen. Plats: Café Ankaret kl. 18.30–20.30
Info och anmälning: marita.maenpaa@fduv.fi, 040 523 1846.

2.10 Frågekväll med juridiskt ombud, Närpes

En ny föräldranätverksgrupp har bildats i Sydösterbotten. Gruppen träffar juridiskt ombud Ulrica Krook på arbetscentralen i Närpes kl. 18.00–21.00.
Info och anmälning per 25.9 till tina.holms@fduv.fi, 040 567 9257.

3.10 Tid att tala – tid att tåga, Vasa

FDUV:s Etiskt forum ordnar en diskussionskväll kring tystnadsplikten med omsorgsprästen Ben Thilman i Vasa kl. 18.00–21.00.
Info och anmälning: annika.martin@fduv.fi, 050 302 78 88.

4–6.10 Rekreationsdagar för föräldrar, Hangö

Rekreationsdagar för föräldrar till barn med särskilda behov på Sjömansro i Lappvik. I samarbete med Folkhälsans förbund. Deltagaravgift 50 €/person.
Info och anmälning: elina.sagne-ollikainen@fduv.fi, 040 508 5110.

4–6.10 Barn- och syskonveckoslut, Hangö

Barnvaktsproblem under rekreationsdagarna? Ingen panik, samtidigt ordnas program för barnen. I samarbete med Folkhälsans förbund.
Info och anmälning: jon.jakobsson@fduv.fi, 040 865 3888.

19–20.10 Familjehelg, Karlebytrakten

Familjehelg med temat Tecken som stöd för familjer som har barn med särskilda behov.
Logi och kost: 50 €/vuxen, 30 €/barn 2 år eller äldre.
Info och anmälning senast 3.10: tina.holms@fduv.fi, 040 567 9257.

26.10 Dansgala för alla medlemmar, Vörå

Höstens traditionella dansgala för DUV-medlemmar ordnas på Norrvalla i Vörå lördagen den 26 oktober kl. 17.30–21.30. Bandet Roxie spelar. Inträde 10 €. Vänskapskortet gäller. Har du frågor kring skjuts? Kontakta tina.holms@fduv.fi, 040 567 9257. Är du från Södra Finland och vill åka? Vi kan ordna busstransport! Kontakta jon.jakobsson@fduv.fi 040 865 3888.

29.10 Arv och testamente, Jakobstad

Föreläsning och diskussion kring frågor om arv och testamente i Jakobstad.
Info och anmälning: annika.martin@fduv.fi, 050 302 78 88.

9.11 Hur vill jag bo? Hfors

Workshop kring boende för personer med utvecklingsstörning, stödpersoner, syskon och anhöriga kl. 13.00–17.00 på Diakonia ammattikorkeakoulu, Sturegatan 2, Helsingfors. Info och anmälning: annette.tallberg@fduv.fi, 040 674 7247.

Styrka genom nätverk-träffar hösten 2013

Välkommen med på föräldranätverkets träffar i höst! Träffar i november och december har vi inte ännu spikat. Träffarna i Österbotten hittar du i spalterna bredvid. Bland annat Om iPad och appar i Jakobstad och Vasa hör till föräldranätverkets träffar.

10.9 Föräldranätverk i Raseborg, Seniora i Ekenäs kl. 18.30

17.9 Föräldranätverk i Borgå, Café Ankaret i Borgå kl. 18.30

24.9 Föräldranätverk i Åboland, Folkhälsanhuset i Pargas kl. 18.00

8.10 Föräldranätverk i Åboland, Folkhälsanhuset i Pargas kl. 18.00

8.10 Föräldranätverk i Raseborg, Gardbergs hus i Karis kl. 18.30

För mera information och anmälning:

i södra Finland: marita.maenpaa@fduv.fi, 040 523 1846

i Österbotten: tina.holms@fduv.fi, 040 567 92 57

Med förbehåll för ändringar. Ring oss eller kolla www.fduv.fi/kalender för den senaste informationen.

16.9 Om iPad och appar, Jakobstad

Lärums pedagogiska handledare Ulla Stina Åman berättar om möjligheter att få nytta och nöje av iPaden samt ger tips om några appar som kan vara intressanta att känna till för barn och vuxna med särskilda behov kl. 18.00–20.30. Info och anmälan: tina.holms@fduv.fi, 040 567 92 57.

1.10 Om högläsning, Kimitoön

Öppen föreläsning om läsombud och högläsning på Villa Lande kl. 18.00. Är du anhörig, frivillig eller personal och intresserad av högläsning? Kom och hör hur man ordnar en lyckad läsestund. Föreläsare: Johanna von Rutenberg, ledare för LL-Centers läsombudsprojekt. Anmälan senast 24.9.

3.10 Om högläsning, Helsingfors

Öppen föreläsning om läsombud och högläsning ordnas på Helsingfors Arbis kl. 18.05. Föreläsare: Johanna von Rutenberg. Ingen förhandsanmälan.

11.10 Skriv lättläst svenska, Hfors

Grundkurs i att skriva lättläst svenska, del I på Helsingfors Arbis kl. 13.00–15.30. Del II den 1 november, mellan de två delkurserna gör deltagarna en hemuppgift. Anmälan via Arbis webbsida. Lärare: Solveig Arle, LL-Center, solveig.arle@fduv.fi, 0400 981 868.

14.10 Om iPad och appar, Vasa

Diskussionskväll med Lärums pedagogiska handledare Ulla Stina Åman hålls också i Vasa på FDUV:s kansli kl. 18–20.30. Info och anmälan: tina.holms@fduv.fi, 040 567 9257.

24.10 Bokmässan i Helsingfors

Samtal om läsombud och hur man kan hjälpa den som har svårt att läsa själv med Johanna von Rutenberg och läsombudet Christina Grönroos. Totti-scenen kl. 13.30. Info: solveig.arle@fduv.fi, 0400 98 18 68.

27.10 Birgitta Boucht & Sabira Ståhlberg på bokmässan i H:fors

De finlandssvenska LL-författarna Birgitta Boucht och Sabira Ståhlberg samt LL-redaktören Solveig Arle samtalar om hur man skriver en lättläst bok. Edith Södergran-scenen kl. 16.30. Info: solveig.arle@fduv.fi, 0400 98 18 68.

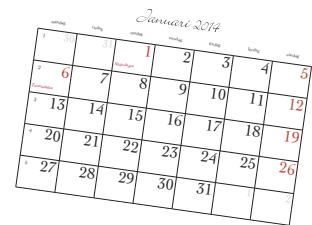
på kommande

FDUV firar 60-årsjubileum år 2014

År 2014 är det 60 år sedan FDUV, eller dess föregångare Samariterstiftelsen, grundades. Förbundet firar 60-årsjubileum med bland annat en jubileumsfest på hösten 2014. I början av året lanserar förbundet även sin nya logo. Mera information om jubileumsårets evenemang i nästa månadsbrev, i GP och på webbplatsen.

Köp FDUV:s väggkalender 2014

I höst kan DUV-föreningarna sälja FDUV:s väggkalender 2014 inför förbundets 60-årsjubileum. Kalendern innehåller fina bilder som tagits under årens lopp. Föreningen får sälja kalendern



till medlemmar och andra för 10 euro och behålla vinsten, 5 euro per kalender. Vill du köpa en kalender så kan du ta kontakt med din egen förening! Om din förening inte säljer kalendrar kan du ta kontakt med Anne Wetterhoff, anne.wetterhoff@fduv.fi.

Ny logo lanseras i januari 2014

FDUV, DUV-föreningarna, Lärum och LL-Center får nya uppfräschade logon från och med årsskiftet. Ladda ner den uppfräschade logon via FDUV:s webbplats från och med oktober. För mera info ta kontakt med laura.rahka@fduv.fi eller 040 502 7230.

Lättläst om internet

I november 2013 fortsätter Lärums fortbildningsserie för lärare och vårdpersonal. Det blir Lättläst om internet med Carina Frondén, Fredrik Åman och Ulla-Stina Åman. Kurserna arrangeras i Helsingfors 26.11, Åbo 27.11 och Vasa 28.11. Kurserna är gratis, deltagarna står för resor och mat.

Mera information på larum.fi/komikapp
carina.fronden@fduv.fi
040 751 4694



Personlig budgetering ger mera självbestämmande

Personlig budgetering är en metod som ökar bestämmanderätten och valmöjligheterna för personer med utvecklingsstörning och andra som nyttjar social service. Metoden kommer från Storbritannien och har under de senaste åren provkörts på några orter i Finland.

Grundidén i personlig budgetering är att personerna själva vet, vilka saker som är viktiga för dem och hurudant liv de vill leva. Det är vettigt att låta människor själva planera och organisera det stöd och de tjänster de behöver, eftersom tjänsterna då bättre motsvarar verkliga behov.

Processen börjar med att personen funderar över vilka saker i livet som är viktiga för just honom eller henne och på vilket sätt hon eller han helst vill leva. Som stöd i processen används personcentrerad planering, där fokus är på personens rätt att göra val och fatta beslut som berör det egna livet.

Tillsammans med personal, anhöriga eller andra närstående personer planerar man sedan, vilka tjänster och stödformer hon eller han behöver för att kunna leva ett liv som motsvarar önskemålen och som ger välbefinnande.

Därefter gör man upp en personlig budget som motsvarar de verkliga behoven och de faktiska kostnaderna för stödet och tjänsterna. Med denna summa kan personen sedan planera och organisera stödet och tjänsterna på ett sätt, som fungerar bäst för henne själv.

Handikappprofessor vill påverka attityder

Finlands första professor i handikappforskning, Simo Vehmas, inledde sitt arbete i början av augusti i år. Vehmas ser med tillförsikt på sin uppgift:

–Mera kunskap behövs både för att belysa de funktionshindrades ställning i samhället och som stöd för samhälleligt beslutsfattande.

–Arbete, utbildning, socialskydd och arrangemang som stöder ett självständigt liv är några områden där det behövs mera exakt information, anser Vehmas.

–För personer med utvecklingsstörning är arbetsfrågan central med tanke på autonomi. Arbete ger ekonomisk autonomi, men också en social ställning och självrespekt.

–I dagens läge arbetar personer med utvecklingsstörning ute på arbetsmarknaden utan avtal, och är klart i en sämre position, utan skydd eller trygghet. Det här är ett allvarligt problem, anser Vehmas.

–Ju bättre vi förstår fenomenet kring funktionshinder, desto bättre kan vi främja välmåendet och jämlikheten för annorlunda människor. För personer med funktionshinder finns hindren ofta i samhälleliga konstruktioner och å andra sidan människors attityder, säger Vehmas.

Den nya professorn vill även erbjuda kunskap till olika yrkesgrupper inom branschen.

–En bredare förståelse gagnar förutom personer med funktionshinder och deras anhöriga även jurister, lärare, läkare och andra professionella inom hälsovården, anser Vehmas.

Den femåriga professuren grundades vid statsvetenskapliga fakulteten vid Helsingfors universitet med stöd av flera handikapporganisationer.

Handikapp- lagstiftning förnyas

Handikappservicelagen och Specialomsorgslagen ska slås ihop till en gemensam lag som gäller alla personer med funktionshinder.

Social- och hälsovårdsministeriet har i sommar tillsatt en arbetsgrupp som har i uppgift att förbereda reformen. Målet med reformen är att öka jämställdheten mellan olika handikappgrupper. Arbetet ska vara klart före slutet av år 2014.

I arbetsgruppen sitter representanter för flera handikapporganisationer. Sirkka Sivula från Kehitysvammaisten Tukiliitto representerar organisationer som arbetar för personer med utvecklingsstörning.

–Den stora frågan kring förnyelsen är hur vi ska kunna trygga tjänsterna för personer med utvecklingsstörning. Avgiftsfriheten och nya stödformer såsom personlig assistans är centrala frågor, kommenterar FDUV:s verksamhetsledare Lisbeth Hemgård.

Ett öppet hörande kring reformen arrangerades på Ständerhuset i Helsingfors tisdagen den 20 augusti. FDUV deltog i hörandet.

Du kan titta på en videobandning från hörandet på webbplatsen : www.videonet.fi/stm/20130820

Du kan delta i diskussionen genom att berätta vad du tycker på webbplatsen dinasikt.fi.

Temaveckor och FN-dagar, hösten 2013

6–11 oktober

Den internationella veckan för talhandikappade Helsingfors, Åbo och Vasa. Mera info: puhevammaistenviikko.fi

22 november

Den internationella dagen för barnens rättigheter.

Tema: funktionshinder, runtom i landet. Mera info: Iskl.fi

3 december

Den internationella dagen för personer med funktionshinder

2–6 december

Temaveckan för personer med utvecklingsstörning

Me itse, Steg för Steg. Mera info: fduv.fi/temaveckan

FDUV ordnar inga egna evenemang. Vi informerar om temaveckor och FN-dagar på fduv.fi.



Vad tyckte du om sommarens läger?

Har du eller någon du känner varit på läger i sommar? Vi vill gärna höra din åsikt om hur lägren varit! Hjälp oss förbättra verksamheten genom att fylla i utvärderingsblanketten på vår webbplats.

Du hittar utvärderingsblanketten på fduv.fi/sommarlager.

Efter en åtta veckor lång semester är Rex tillbaka på sitt jobb på studentrestaurangen Alexander vid Akademill i Vasa.

Killen som gillar ett aktivt liv

Bara att gå in genom dörarna till Åbo Akademi på Strandgatan i Vasa gör mig smått nostalgisk. Det är mer än sju år sedan jag tillbringade ett år av pedagogiska studier här. Nu är jag här i ett helt annat ärende.

Jag ska mätta min tomma mage och samtidigt träffa en person som jobbar i studentrestaurangen och som vill berätta om sitt liv.

Rex Hartman är 27 år och kommer från Vasa. Just nu står han bakom det löpande bandet med brickor, och plockar och sorterar. Det går undan och det finns ingen tid för att fundera.

Nu mot stängningsdags är det större käril som ska plockas i diskkorgarna. Bandet för brickorna stängs och Rex instruerar matgästerna att ställa sina bestick, glas och tallriken på en

kärra intill. Alla blir omsorgsfullt informerade om att restaurangen stänger kl. 14.

Det här är tredje året han jobbar åt ISS som har hand om serveringarna i Akademill. Han började när han blev klar med studierna vid Optima i Nykarleby i maj 2010.

Under studietiden hade han fått chansen att prova på olika arbetsuppgifter under sina praktikperioder. Han hade varit på praktik på restaurang Panorama där han hade hand om disken, på en skyddad verkstad och i en ladugård i Sundom.

Många olika arbetsuppgifter

Det är mycket att hålla reda på med Rex arbete. Det som han först beskriver som att han torkar bord och



har hand om disken visar sig vara mycket, mycket mer än så. Nina som är en av Rex många kolleger föreslår att han ska visa mig sin restaurang. Rex hämtar nycklarna av en annan kollega eftersom den inte har öppnat ännu.

–Det är först i september som alla studerande och lärare kommer. Då är det mycket folk här, säger Rex och låser upp dörren till lärarrestaurangen Agneta. Han sätter vant upp dörren med en liten tråkloss som ligger på golvet och tänds sedan lamporna.

Det är på hans ansvar att ställa i ordning lärarrestaurangen med nya



Rex tar en paus i arbetet för att berätta om sig och sitt liv.

rena dukar och glas på borden. Jag får en utförlig beskrivning av hur man ställer fram maten och var, om det till exempel bjuds på ärtsoppa och plättar. Vart brickorna ställs och hur högt de får komma så att inte kunderna fastnar med handen och skadar sig. Vilken tid kaffet ska kokas och hur glasen ordnas och kontrolleras så att de är rena innan de ställs på den höga ställningen. Brödbordet, med olika sorters bröd och två sorters smör visas. Krukor med olika bestick förklaras.

–Där bakom dig förvarar vi mjölk, kotikalja och smör. Det är viktigt

att datumen kollas så att inget blir gammalt, berättar Rex och jag gissar att jag står med munnen öppen och undrar om jag fick med allt han just sagt.

Jag frågar om det här är hans drömjobb, men svaret jag får är inte det jag väntat mig alls.

–Nej, det här är mitt **riktiga** jobb, svarar Rex.

Det var det bästa svaret på den frågan, tänker jag. Det är ju liksom inget annat här i världen som räknas än det riktiga. Och om man trivs med det jobb man har och är bra på det varför ska man behöva drömma om

något annat, egentligen.

På frågan vad som är det bästa med hans jobb säger han människorna. Och det märks att han är social och van att umgås med folk.

Jobb, fritid och vila

Rex har varit på jobb en vecka efter semestern. Han stiger upp varje morgon och äter frukost och tar sig till jobbet med buss. Varje dag mellan 9 och 14.30 är han på plats. Efter det åker han hem till sin lägenhet och vilar en stund. Därefter blir det mat och fritidsaktiviteter.

Rex bor i en egen lägenhet på 40

självbestämmande



Det finns mycket att hålla reda på då man jobbar med mat och människor. Under en dag får man fylla på glas flera gånger, berättar Rex. Lärarrestaurangen öppnar i september och då är Rex redo att stå till tjänst.

kvadratmeter där han har tv, x-box och ett kontor för att hålla ordning på sina grejer. Där bor han själv och bestämmer vem han träffar och när han kokar kaffe och så. Han får hjälp med veckohandlande och då det gäller att handskas med pengar, och så finns personal till hands och hjälper till med matlagningen.

Efter att ha bott med sina föräldrar och sin lillebror Robin i 25 år tyckte Rex att det började bli dags att flytta hemifrån.

Var det du eller dina föräldrar som ville att du skulle flytta?

–Det var nog jag som ville flytta. Jag började ju bli gammal. Så det var nog dags.

Semesteraktiviteter

Under sin semester har Rex hunnit med en hel del. Bland annat har han spenderat tid på Vallgrund där familjen har en sommarstuga. Dit

återvänder han också på veckoslut ofta då vädret är fint. Där huggar han ved, solar och badar bastu, plockar sten ...

–Jag hjälper pappa. Ja, jag tycker om att arbeta, säger han ärligt.

Dessutom blev det en resa till Stockholm med flyg och annat som hör till Rex fritidssysselsättningar.

–Jag tycker om att träna och idrotta. Och så håller jag på med fotboll.

Han tar sig till sina fritidsaktiviteter själv och ikväll efter jobbet ska han vila lite, äta och så är det fotbollsträning mellan 18–20. Intresset för att idrotta och röra på sig kommer kanske mest från hans mamma som också springer mycket.

–Hon tävlar med hundar, säger han stolt och berättar vidare att det i helgen blir idrottstävlingar i Vasa för hans del. Det blir olika genar bland annat kula.

Höstplaner

Att Rex gillar utflykter och program, det märks. Han deltar gärna i saker som ordnas för personer med funktionsnedsättningar. I höst ska han delta i ett militärläger och han tycker att det både ska bli roligt och spännande.

–Det blir ett veckoslut i Dragsvik i september, säger han lugnt utan det minsta tecken på nervositet.

Det är många, många personer som varje dag i flera års tid träffat på Rex. Han har blivit en del av deras liv och de av hans. Vardagliga kontakter är bland de viktigaste som finns. Det är något som alla borde få uppleva.

TEXT OCH FOTO: ÅSA BROO

I nästa nummer: Fritid. Vill du berätta om vad du gillar att göra på fritiden? Mejla oss på gulapressen@fdudv.fi eller ring 040 503 2370.

Stöd i att fatta beslut

- » Stöd i att fatta beslut är en metod som kan användas för att hjälpa personer med utvecklingsstörning att fatta beslut som berör det egna livet.
- » Stödformen heter Supported Decision-making på engelska. Det finns olika tillämpningar i bl.a. Storbritannien, Kanada och Sverige.
- » Utgångspunkten är rätten till stöd då när man inte har förutsättningar att ta reda på och fatta besluten helt självständigt.
- » Stöd i att fatta beslut får man av en stödperson eller ett stödnätverk. Denna kan vara en närstående, en myndighet eller någon annan närperson.
- » Stödpersonen uppmuntrar och stöder personen till att fatta beslut som berör det egna livet, såsom boende, arbete eller service.
- » Stödpersonen förklarar alternativ och konsekvenser på ett sådant sätt som personen kan förstå. Detta kan förutsätta alternativa och kompletterande kommunikationsmetoder.
- » Om det behövs kan stödpersonen ge mera tid för beslutet och skaffa ytterligare information.
- » Stödpersonen ska vara neutral och inte påverka beslut med sina egna åsikter. Det kan vara bättre om det finns flera stödpersoner som stöder i olika ärenden.
- » I Finland har personer med utvecklingsstörning inte lagstadgad rätt till stöd i att fatta beslut.

Helt lagligt?

Den nya lagen kring självbestämmanderätt har förberetts vid social- och hälsovårdsministeriet. I förslaget betonas bättre beredskap och en minskning av begränsningsåtgärder. FDUV har redan länge påtalat bristerna i beslutsfattande, dokumentation och uppföljning kring begränsningsåtgärder.

Varför behöver vi en ny lag?

–Den nuvarande lagen är inte i linje med FN:s handikappkonvention och inte heller med vår egen grundlag. Även den förändrade omsorgsstrukturen med mera individuella lösningar förutsätter att vi förnyar vår lagstiftning, säger FDUV:s verksamhetsledare **Lisbeth Hengård**.

–Dels ska klienter kunna vara med och bestämma vilka tjänster de behöver och vill ha, dels måste det finnas tydligare regler kring begränsningsåtgärder när tjänsterna mer och mer arrangeras i mindre enheter och med mindre personal.

–FDUV har under åren upprepade gånger blivit kontaktad av anhöriga och personer med utvecklingsstörning i fråga om begränsningsåtgärder. Det har saknats anvisningar, dokumentation och uppföljning.

Vilka saker bör man beakta i lagen gällande begränsningsåtgärder?

–Det ska vara förbjudet att använda begränsningsåtgärder i till exempel bestraffnings- och fostrande syfte. Man ska inte heller få använda begränsningsåtgärder på grund av personal- eller annan resursbrist.

–Det ska finnas tydliga anvisningar till exempel för hur länge en åtgärd får pågå och i vilka sammanhang. Begränsningarna måste vara tydliga och exakt beskrivna.

–Uppföljningen och övervakningen bör vara systematiska och tydliga. Övervakningen bör innebära följder. Om det till exempel förekommer mycket begränsningsåtgärder på en enhet ska man kunna reagera och utreda varför.

–Det måste finnas skriftliga anvisningar kring begränsningsåtgärder för personal. Personalens kompetens bör ständigt revideras och anhöriga och närstående måste få rätt att höras i ärenden som berör begränsningsåtgärder.

*KeyRing-modellen
möjliggör självständigt
boende med just det stöd
som man själv behöver.*



Nycklar till ett eget liv

Så självständigt boende som möjligt i egen lägenhet bland andra vanliga människor? Det är drömmen för många personer med utvecklingsstörning.

För Emilia Välkki och Johannes Luukinen har drömmen blivit sann. De bor i Helsingfors i egna hyreslägenheter och får just så mycket stöd som de behöver.

Det handlar om en i Finland ny form av självständigt boende för personer med utvecklingsstörning. Modellen är lånad från Storbritannien och kallas key ring, eller nyckelring.

Den här första finska tillämpningen av modellen kallas Aulan Avainrinki och tjänsten erbjuds av Aula-asu-mispalvelut. I praktiken är det Helsingfors stad som köper tjänsten och erbjuder sina klienter den.

Emilia föredrar egen lägenhet

Emilia Välkki var den första hyresgästen att flytta in i en av lägenheterna som hör till Aulan Avainrinki. Hon fick nycklar till sitt nya hem den första januari 2013.

Nu, ett knappt år senare, bor sammanlagt sju personer med olika grader av stödbehov i egna hem som hör till nyckelringen.

För Emilia var det nya hemmet en lyckoträff. Hon föredrar att bo i en egen lägenhet.

–Jag har bott på olika ställen, bland

annat i en gruppboende i Esbo. Jag trivdes inte där, för övervakarna kom in på mitt rum då de ville kolla att allt var okej, berättar Emilia.

–Här får jag vara för mig själv och titta på TV eller göra vad jag vill. På vintern tycker jag om att lägga pussel.

Social disponent stöder

Alla hyresgäster har tillgång till en så kallad social disponent. Hon hjälper flyttaren med boendeträning, med att skapa ett stödnätverk och i att hitta rätt i närsamhället. Henne kan man ringa under kontorstid. Under övriga tider gäller stadens jour eller de egna sociala stödnätverken.

En gång fick Emilia problem när en av tvättmaskinerna i tvättstugan pajade. Hon ringde Maria Kullberg, som är den sociala disponenten i Aulan Avainrinki.

–Maria hjälpte mig per telefon, fast jag skulle nog ha löst det på egen hand också, berättar Emilia.

–Maria hjälper mig just så mycket som behövs, säger Emilia, och hon tränger sig inte på.

Emilia gillar lägenheten också för att förbindelserna är så bra. Hon kommer enkelt till och från jobbet på ett litet café i Rödborgen. Med buss kan hon åka och hälsa på sin bror i Alberga.

–Och så är det lätt att åka till Kampen, berättar hon. Därifrån åker jag med metro till fotisträningarna i

Gårdsbacka. Hon uppvisar stolt en bronsmedalj och berättar hur hennes lag Kontu Fair Play tog brons i fotbolls-FM för specialgrupper.

Jag frågar Emilia om hon har en drömbostad.

–Radhus, svarar hon prompt, med en egen liten gård.

Johannes gillar lugnet

Johannes Luukinen bor några spår-vagnsstationer mot centrum från Emilia Välkkis bostad i stenfoten av ett äldre höghus. Han har hunnit bo två månader i sin nya lägenhet. Det var han själv som ville flytta bort från sitt barndomshem.

–Mina föräldrar hade inget emot att jag flyttade, tvärtom, berättar Johannes.

Huset ligger vid en tungt trafikerad gata intill bra förbindelser. Själva lägenheten ligger mot innergården så trafiken hörs inte inomhus. Bara ljuden av en renovering hörs via det öppna fönstret.

–Det är rätt lugnt här. Jag gillar det, berättar Johannes.

Det är prydligt i hans lägenhet och alla saker står snyggt uppställda på sina egna platser. Sängen finns tryggt bakom en skärm med ett jättestort foto av en röd telefonkiosk. På bordet finns en mörk vaxduk med vita stjärnor och i taket hänger en matchande papperslampa. I ena hörnet finns hans datorutrustning.



Johannes och Maria, som är social disponent, kommer överens om en träff. I sina filmer berättar Johannes om sina egna erfarenheter av ensamhet och utstötning.

Vad tycker du om lägenheten? undrar jag.

–Jo, det är bra. Det ligger så att jag kan gå överallt, till Böle till butiken och till Backas och simma i simhall, berättar Johannes.

–Det är bra att badrummet är så stort, men diskhon är alldeles för liten. Golvet är också känsligt för vätska och det skulle vara bra med en skild städskrubb, tycker Johannes.

Jag frågar Johannes vad han brukar göra på dagarna, och om han jobbar.

–Nej, jag gör inte så mycket på dagarna, berättar Johannes.

–Jag bara filmar, och så editerar och ljudbehandlar jag litet.

Det visar sig att Johannes senaste produktion som heter Kosketuksia suljetusta asemasta ska uppföras i september på Malmhuset. Det är en självbiografisk dokumentär som berättar om hans eget liv och svårig-

heten i att via film berätta om hur det är att ha Aspergers syndrom.

Han har redan nästa film på gång. Den heter Hiljaisuuden enkelit.

–Den handlar om ensamhet, utstötning, alkoholism och skolmobbing, berättar Johannes.

Är det saker som du själv upplevt, frågar jag.

–Jo, svarar han.

Innan vi går tackar jag Johannes för att jag fick komma och hälsa på. Det är helt tydligt att här är en kille som bor själv för att han vill det och som sysslar med just det som han vill syssla med. Jag lovar att jag ska komma och titta på filmen i september.

TEXT OCH FOTO: LAURA RAHKA

Aulan Avainrinki

» Aulan Avainrinki erbjuder personer med utvecklingsstörning boende med stöd i Helsingfors.

» Verksamheten började 1.12.2012

» Stödmodellen kallas KeyRing.

» Det finns sammanlagt 7 bostäder som befinner sig på en 500 meters radie från varandra.

» En social disponent underlättar boendeträningen, hjälper till med att skapa ett stödnätverk, stöder flyttaren i att bekanta sig med närsamhället och tjänsterna och stöder i att organisera gemensam verksamhet för alla hyresgäster enligt önskemål.

» Hyresgästerna får vid behov personlig assistans via Helsingfors stads social- och hälsovårdsverk.

» För att kunna bli hyresgäst ska man ha vilja att bo självständigt och gärna även ha tränat på att bo självständigt. För tillfället är alla lägenheter upptagna.



Emilias största passion sedan fem år tillbaka är fotboll. Hon spelar i Kontu Fair Play Team och har nyss varit med om att ta brons i fotbolls-FM för specialgrupper.

TAXI 1+8 pers. Rullstol

Kurt Öhman Oy

SVARTÅ/KARIS INGÅ

Tel. 0400-201 945 Tel. 0400-207 128

**Magnus
Buss & Taxi**

Tfn: 0424 2801
Trollbergsvägen 15
10650 EKENÅS

magnus.lind@magnusbusstaxi.fi

Optisk specialaffär



BACKMANS OPTIK

**Torggatan 9
Mariehamn
Tel. 018-19 226**

Sagalunds museum



Museivägen 7 25700 Kimito
www.sagalund.fi 02- 421738

”Misstag hör till livet”



För att kunna bestämma själv behöver man stöd med att förstå alternativ och konsekvenser.

Det är bra att få göra misstag, för då kan man lära sig.

Iren Åhlund har jobbat i över tjugo år med att försöka förbättra livsbetingelserna för personer med utvecklingsstörning i Sverige. Hon talar för rätten att få begå misstag.

–Både föräldrar och alla vi som jobbar med personer med utvecklingsstörning har en tendens att vara alltför beskyddande, säger Åhlund.

–Vi borde tillåta mera att var och en fattar sina egna beslut. Det förutsätter att vi erbjuder stöd så att man förstår alternativen och konsekvenserna av beslutet, påpekar Iren.

–Vi ska inte vara rädda för det som händer om något går lite på tok.

Iren Åhlund berättar gärna en bra historia för att förankra det som hon försöker säga. Hon har ganska många av dem på lager och hon har mycket att säga, särskilt kring självbestämmande för personer med utvecklingsstörning.

Som den om en tjej på ett boende som hade åkt fel med metron.

–Ingen visste riktigt var hon var, och hon kom tillbaka till boendet i polisbil, men hon var alldeles salig över att ha fått utforska friheten och prova på, berättar Iren.

–Vi vill att allt ska vara så tryggt som möjligt för våra barn. Men kanske man är lyckligare om man får åka metro fram och tillbaka och kanske självförtroendet mår bra av att man får våga prova på, säger Iren.

TEXT OCH FOTO: LAURA RAHKA

Iren Åhlund talade på konferensen Egenmakt i Tammerfors i juni.



Små och stora steg mot självständighet

Hur ska man hjälpa sitt barn att bli självständigt? Kan man vara för beskyddande? När är det dags att släppa taget?

–Det är aldrig bra att vara för beskyddande, säger psykoterapeut Rigmor Larsson Lassenius. Hon har en lång erfarenhet av att hjälpa ungdomar och unga vuxna med utvecklingsstörning.

–För mycket skydd hindrar barnen, deras lek och utveckling. Som förälder borde man alltid ge akt på att inte låta ens egna rädslor stå i vägen för barnets utveckling.

–Om ett barn inte utsätts för utmaningar eller situationer där man möter motgångar så får det inte möjlighet att utvecklas och lära sig om sig själv och vad man kan.

–En beskyddande relation kan också leda till ett symbiotiskt förhållande, och då kan frigörelsen bli svår eller omöjlig.

Att bli självständig är en process som börjar redan tidigt och som kan pågå så länge som det behövs. Hur självständig man blir är individuellt och beroende av flera faktorer som till exempel ens egna förutsättningar.

–Att bli självständig innebär alltså att man får utrymme för att vara den man är, unik, att man på något sätt är medveten om sig själv och sin egen kapacitet och att man kan komma med egna ställningstaganden.

–Det är klart att olika individer med olika förmågor och möjligheter ut-

vecklar sin identitet i sin egen takt och vissa skeden kommer senare eller aldrig för vissa barn. Det viktiga är att anpassa och försöka hitta rätt nivå av utmaningar så att barnet får känna att det lyckas. Man ska alltså inte heller kräva för mycket, förklarar Rigmor Larsson Lassenius.

–För barn med funktionshinder är det oerhört viktigt att inte se funktionshindret som en begränsning men att samtidigt inte heller förneka det och förstå att det påverkar utvecklingen mot självständighet.

–Ofta behövs stöd och hjälp utifrån. Man kan behöva både praktisk hjälp och känslomässigt stöd mera än andra. Det är egentligen ganska märkligt att det nu först blivit vanligt med psykoterapi också för personer med funktionshinder. Flera skulle ha nytta av att få prata ut om sina svårigheter, anser Rigmor Larsson Lassenius.

Också föräldrar behöver ofta stöd.

–Föräldrar i allmänhet, men särskilt föräldrar till barn med funktionshinder, kräver mycket av sig själva. De kanske känner sig besvärliga för att processerna och byråkratin är så tungrodd och ansträngande. De borde få tala om sina behov och inte alls känna sig besvärliga.

När är det dags att släppa taget, då?

–Så tidigt som möjligt, på ett kärleksfullt och närvarande sätt. Men det är aldrig för sent att börja!

TEXT: LAURA RAHKA

”Självständighet innebär att man får tillräckligt med just sådant stöd som man behöver för att kunna leva det liv som man själv vill ha.”

John O'Brien
på Egenmakt-konferensen i
Tammerfors i juni 2013.

Lugnt på Lehmiranta

Då bussen anländer till Lehmiranta andra veckan i juli är det ett gäng ivriga resenärer som stiger av. Lägerveckan tillsammans ska äntligen börja!

Nya vänner träffas för första gången och gamla bekanta gläds för återseendet. Ann-Mari från Borgå är speciellt nöjd med det vackra sommarvädret.

–Oj vad härligt väder. Aj aj! utropar hon efter att hon stigit av bussen.

Kraftdjur och kändisar

Veckan som följer är fylld av utespel, sång, pyssel, samvaro och massor av skratt.

På konstworkshopen som handleds av Carolina Von Schantz får deltagarna bl.a. göra sina egna kraftdjur. Det går inte helt enligt planerna men Carolina är nöjd.

–Första uppgiften gick riktigt bra. Det var en fin känsla, en lugn och positiv atmosfär.

Teaterbesöket till Raseborgs sommar-teater är en årligen väntad höjdpunkt för många. Stig råkar träffa på sina släktingar som är på besök från Sverige och Pian (Marika Huldin) får komma på samma bild med Kåre Collin, som spelar svärdsmidaren i pjäsen Mio min Mio.

–Det är inte varje dag som man kommer på samma foto med kändisar, noterar Collin och Pian ler som ett hangökex.



På konstworkshopen får deltagarna bl.a. göra sina egna kraftdjur.

Kreativa lösningar

För att kunna besöka kvällstorget i Salo betalade deltagarna i år själva en liten slant. Men taxi fram och tillbaka från Lehmiranta kostar sist och slutligen inte så mycket per person.

–Sex euro till såna här utfärder är inte så mycket det, säger Ann-Mari högt och ger sitt understöd för exkursionen.

Även om det börjar regna strax efter att lägergänget anländer till Salos fina torgplats, verkar alla vara på topphumör. Ett drygt halvt dussin

rullstolar och resten av lägret lyckas till slut trängas under ett litet tält. Där kan vi alla sitta mysigt i skydd från regnet och ha något smått och gott att tugga på.

Silvermoln

Då lägerveckan nästan är över råder det inget tvivel om att alla är glada både över sin tillvaro på lägret, men även glada över att snart få åka hem igen. Ida Boucht, ansvarig ledare på lägret, är nöjd.



–Det är inte varje dag som man kommer på samma foto med kändisar, noterar Collin och Pian ler som ett hangökek.

–Jag tycker att vi har haft ett superbra team och jag är jättenöjd med allas insats.

Fredrik Rönnlund är första gången som ledare på ett FDUV-läger.

–Det har varit intensivt, men väldigt givande. Jag tycker att alla deltagare hade mycket att ge oss som jobbade också. Det var en positiv upplevelse att jobba på läger med personer med utvecklingsstörning, säger han.

Också Jantte (Jan Karlsson) från Pargas håller med om att lägret varit lyckat. Då man frågar honom hur

lägret varit ger han ett entydigt svar:

–Bra! och ler ett av sina stora, breda, bamsiga leenden.

Ann-Mari hoppas att motsvarande läger ordnas nästa år.

–Jag tycker om att vara på läger. Då får man vara med andra och känner sig inte så ensam. Det är mycket roligare att vara med andra.

–Det bästa med lägret har varit att få vara med de andra och sjunga, säger Ann-Mari bestämt med sin karismatiska röst.

TEXT OCH FOTO: ELIAS VARTIO

www.panoramavasa.fi

panorama
LUNCHRESTAURANT - LOUNASRAVINTOLA
Vasaespl. 16 Vaasanpuist. Vasa - Vaasa Tel/Fax: (06) 317 4163

Res med oss

Företag, föreningar och grupper!

- Vi arrangerar och säljer upplevelserika gruppresor, både kortare och längre.
- Under våra många år i branschen har vi samlat på oss guldorn från olika håll i världen.
- Självklart skraddarsyr vi ett arrangemang som är anpassat till era unika förutsättningar och behov.

Låt oss ta hand om ert researrangemang - vi har något för alla!

Spänningsfyllt • Upplevelserikt • Minnesvärt

INGVES www.ingves.fi
Närings 020 7434 520 | Vasa 020 7434 520

KONTAKTOR OY AB

Sähköseuraksi / Myymälä • Elinvalla / Butik

(06) 317 7900

Multitronic

Korsholmsplanaden 38
65100 Vasa

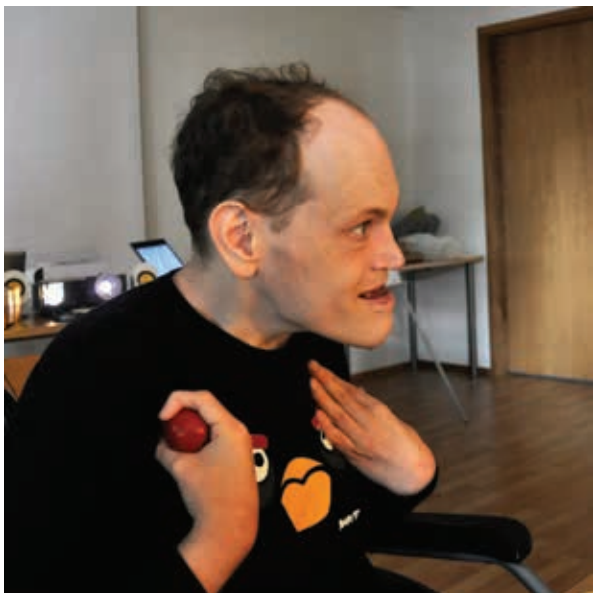
06 - 319 77 00
www.multitronic.fi

Pohjanmaan Antenni ja Valaistus OY

PETALAX ELBYRÅ

www.pav.fi

ELEKTRIA



Minnesvärda musikupplevelser

Den tredje veckan i juli fick åtta personer med grav utvecklingsstörning uppleva musikens värld på FDUVs sommarläger på pensionärscentret Lehmiraanta i Salo.

När deltagarna anlände på måndag var det nio åtminstone lika ivriga ledare som tog emot dem. Den första musikstunden hade vi efter namnlekar i sångens tecken. För att komma till samlingsrummet på bottenvåningen måste man åka hiss. Spännande, tyckte många!

Morgonen därpå drog igång med gympa, rörelselekar och en gemensam musikstund. Efter lunch var det dags för lägrets första utflykt tillsammans med seniorlägret. I Åbo gick vi på café och njöt av kaka och kaffe. Det var också roligt att åka buss!

På onsdag höll vi samling på stranden, med gräsmatta, brygga, och fin utsikt över sjön. Vi målade egna rytm-ägg för alla att ta hem som lägerminne. Istället för vanligt kvällsmål blev



det grillfest utanför matsalen tillsammans med seniorlägret.

På torsdag var det dags för lägrets andra utflykt till Raseborgs sommar-teater, och Astrid Lindgrens Mio min Mio. Före det målade vi en gemensam tavla och lyssnade på musik. Alla fick måla fritt och lyssna på musiken som inspiration. Det blev en tavla i alla regnbågens färger!

Fredagens Racuma-workshop var veckans höjdpunkt. Workshopen gick ut på att vi tillsammans gjorde en resa runt jorden genom att lyssna på musik från olika länder, dansa, och spela olika instrument i takt med musiken.

Vi fick bland annat höra hur det låter när man spelar på instrument

gjorda av olika grönsaker så som gurka och morot, samt trumma på yoghurtburkar i takt med afrikansk musik. Workshopen uppskattades av såväl deltagare som ledare!

Inför kvällsfesten fick man gå i bas-tu eller dekorera samlingsrummet. Festen drog igång med vernissage och välkomsttal, och fortsatte sedan med god mat, dryck och dans.

På lördag höll vi en sista samling med diplomutdelning samt ett tack till alla för ett fint läger. När bussen körde iväg var det åtta nöjda deltagare som vinkades av av nio nöjda ledare!

TEXT OCH FOTO: ANNA SIEGFRIDS

Välkommen till Sommarskolan

i språkträning enligt Karlstadmodellen 12-14.6.2013 i Pargas

Andra veckan i juni, i en fullsatt sal på Åbolands Folkhögskola, stod Fredrika Abrahamsson och Anna Öhman och hälsade deltagarna i den första sommarskolan någonsin i Finland välkomna med både tecken och tal.

Salen var fylld av anhöriga, syskon, barn, barnträdgårdslärare och inbjudna föreläsare. I luften fanns en känsla av förväntning och nyfikenhet.

Språkträning ska bejaka jaget

–I Norden har vi ofta en vana att tänka negativt. Det blir lätt en ond cirkel, inledde Irene Johansson som utvecklat Karlstadmodellen.

–Om vi i stället tänker på det som är positivt och revolterar mot det som omgivningen väntar sig av oss öppnas nya möjligheter.

–Språkträning baserar sig på ett bemötande som stärker känslan av det egna "jaget", som bejakar och som säger att du duger som du är.

Individuell handledning

Alla deltagare fick en kursportfolio. Den fungerade som ett anteckningshäfte för att samla in kunskap och inläring från individuella språkträningssessioner.

I portfolion kunde man med egna ord skriva ner de saker som man ville minnas från sommarskolan.

Alla nätverk fick individuell språkhandledning och fick välja mellan parallellprogram såsom teckensång, rörelse eller drama. Familjerna studerade flitigt teckenanvändning och deltog i teckenkurser på nybörjar- eller mer avancerad nivå.

Materialverkstaden som hörde till parallellprogrammet användes flitigt under den andra och tredje kursda-

gen, då nätverken hunnit fundera vilket pedagogiskt material de behöver mest. Det var också fritt fram att springa, gunga eller spela av sig ute på gården.

Tips för tecknande miljö

På ett av eftermiddagspassen gav Jeanette Persson, mamma och handledare i Karlstadsmodellen, sommarskoledagarna uppgiften att fundera på hur man kan göra för att tecken skall bli en del av vardagen.

TEXT: ELINA SAGNE-OLLIKAINEN

FDUV vill rikta ett varmt tack till generösa bidragsgivare som möjliggjorde förverkligandet av sommarskolan. Vi tackar även alla som deltog i sommarskolan.

Tips för att teckna mera

- » Ett tecken i veckan i skolan, på arbetsplatsen, i förskolan.
- » Skriv ner ord som används ofta, i handflatan eller i ett block, och leta upp då du inte vet hur de tecknas.
- » Kommunicera enbart med tecken under en hel dag.
- » Det är inte farligt att göra misstag.
- » Försök få alla med. Pappa eller mamma lär farfar eller mormor.
- » Utnyttja bilder.
- » Teckna sånger i lugnt tempo.
- » Teckna så ofta du kan.
- » Gör något tillsammans och teckna samtidigt hobbyrelaterade tecken.
- » Klipp in tecken i en vanlig barnbok.

HERRFORS

KATTERNÖ GROUP



Naturkraft, energi och värme till regionen

Oy Katternö Ab, Storgatan 8, 68600 Jakobstad (06) 7815 300 Fax (06) 7815 322 www.katterno.fi

Lättläst innehåll

Ordförandens spalt	22
Inbjudan till Storträff	23
Storträffens program	23
Hälsningar från Högsand	24
Idas kolumn	25
Ett levande bibliotek	26
Informatörer till Österbotten	26
Kontaktannonser och brevvänner	27
Anmälningsblankett till Storträff	32



Ordförandens spalt

Hej på er alla!

Hur har ni det? Bra hoppas jag! Själv har jag det bra! Jag har just återgått till arbetet efter två sköna semesterveckor!

Sommaren kom, sommaren gick! Såg någon händelsen? Jag tycker sommaren gick helt för snabbt!

Nu har vi hösten här småningom! Vad hämtar den med sig?

Vi vet, vi kan!-utbildningen i södra Finland fortsätter. På hösten börjar även en utbildning i Österbotten, så snart har vi två utbildningar.

Sedan skall vi ha storträff på Högsand, mera om det kan ni läsa på sidan bredvid i den här tidningen.

Ha det bra alla, hoppas jag ser många av er på Högsand. Sköt om er tills dess!

H. Jonne

JONNE TALLBERG
STEG FÖR STEG RF



INBJUDAN TILL STORTRÄFF 2013

Välkommen på Steg för Stegs Storträff!

När: Lördag 16 november till
Söndag 17 november
Var: Lägergården Högsand
Hangö
Tema: "Om att berätta vad man
tycker"

Anmäl dig senast fredag 18 oktober.
Anmälningssblanketten hittar du på
bakpärmen av den här tidningen.

Storträffen börjar klockan 11.00 på lördagen.
På lördagen blir det en föreläsning om
Säkerhet på Internet.

Efter föreläsningen ordnas det workshoppar.
Workshopparna handlar om att
påverka genom ritade serier.

På kvällen blir det festmiddag och dans.

På söndagen blir det Steg för Stegs projekt
"Vi vet, vi kan!" som har en föreläsning.
Sedan är det Steg för Stegs årsmöte.

Storträffen avslutas 14.30 på söndagen.

Mera information om Storträffen hittar du
på vår webbplats på adressen:

fduv.fi/stortraff

Program

LÖRDAG

11.00–11.45	Inledning
11.45–12.00	Paus
12.00–13.00	Lunch
13.00–14.00	Föreläsning med Carina Fronden – Säkerhet på Internet
14.00–14.30	Kaffepaus
14.30–14.45	Introduktion av workshoparna
14.45–15.00	Du får välja workshop
15.00–17.00	Arbete i workshopar
19.00–20.00	Festmiddag
20.00	Dans med Notman's trio

SÖNDAG

8.30–10.00	Frukost
10.00–10.30	Packa ihop sina saker
10.30–11.30	Projektet "Vi vet, vi kan!"
11.30–12.30	Lunch
12.30–14.30	Steg för Stegs årsmöte





Eld, vatten, luft och jord på Högsand 15–20 juli

Kari berättar om sina nya äventyr på sommarens konst- och dramaläger på Högsand. Lägrets tema var de fyra elementen. Med på lägret fanns 23 deltagare och 16 ledare.

I år gjorde vi många nya saker på lägret. Den första dagen fick vi våra rum och packade upp. De ansvariga lägerledarna höll samling och berättade om lägerveckan. En del av deltagarna gick till stranden med ledarna. En del deltagare var sorgliga eller ledsna.

På tisdagen blev vi uppdelade i två grupper för konst och drama. Namnen på grupperna var roliga: lejonvärdaren och kärleksliv.

I konst var temat de fyra elementen: eld, vatten, luft och jord. Min grupp var luften. Jag försökte rita ett flygplan men kunde inte. I stället ritade jag delar som hör till ett flygplan.

På konstpasset byggde vi ett hus av naturens material som skulle representera vår egen värld. Det var skojigt och intressant men utmanande. Jag hade aldrig tidigare gjort något liknande.

På dramans på onsdag gick vi runt i rummet och lyssnade på musiken, medan ledaren berättade en saga om de olika elementen. På konstpasset samma dag började vi med att laga

en mask och måla den. Maskerna representerade våra element. Jag målade en blå mask, som vinden. På stranden hade vi olympiadspel och avslappning.

På torsdag åkte vi till Raseborgs sommar-teater för att se på Mio, min Mio. Jag gillade musiken, teaterpjäsen och hela föreställningen. En del tyckte om striden mellan riddaren Kato och Mio Min Mio.

På fredag hade vi första vernissage för att visa för alla andra på lägret vad allt vi hade åstadkommit i konsten. På teaterföreställningen visade vi för varandra våra fyra element.

Senare blev det skönhetsalong och ledarna lackade deltagarnas naglar och lagade frisyrier. Till slut hade vi disko med god mat och dans. Vi hade limbotävling, danstävling och pardans.

Lördag var lägrets sista dag och dags för hemfärd. På lägrets sista samling sjöng vi sånger från sommarens nya sånghäfte och fick våra diplom. Till slut fick alla ta en bild av lägerledarna.

TEXT OCH FOTO: KARI LAUTJÄRVI

Lägerfoton från Österbotten



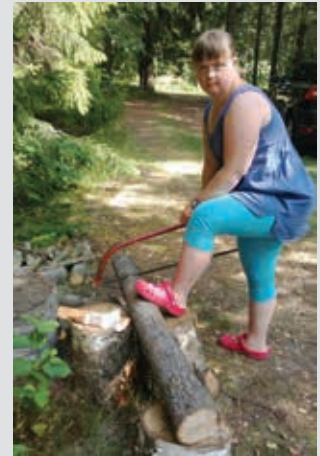
Idas väg till ett eget hem

I sommar har Ida haft en lång och skön semester. Flyttförberedelsegruppens höstträffar började på nytt sista veckan i augusti.

Under sommaren har bygget blivit försenat, men vi pratar om flytten och Idas nya liv varje dag. Det känns inte så skrämmande längre.

Idas syster har nyligen flyttat till en studiebostad. Det känns faktiskt naturligt för Ida att också snart få göra det.

LEENA NUMMELIN



Bilderna är tagna på barnlägret Bus och skoj som hölls i Pörkenäs i Österbotten 8–11 juli 2013.

Till vänster från ovan:

Bild 1. Ida inför avslutningsfesten.

Bild 2. Jonas och Jessica åker hästkärra.

Bild 3. Rebecka, Anna, Erika, Jessica, Jonas dansar.

Bild 4. Rebecka, Anna, Ida (skymd), Madeleine, Edgar och Jonas hälsar på Markens djurgårds hundar.

Läs mig



Ett levande bibliotek

Alla människor har en historia att berätta. Till exempel Steg för Stegs informatörer vill berätta sin egen historia. På hösten kommer informatörerna att vara med och berätta om sig själv på så kallade levande bibliotek.

Ett nordiskt projekt

Det levande biblioteket är något som man hittade på som ett nordiskt projekt.

Det levande biblioteket kan ordnas som ett evenemang på olika ställen. Det levande biblioteket kan till exempel ordnas under en dag på en skola.

Det levande biblioteket är alltså inte ett vanligt bibliotek och det finns inget bibliotekshus.

Om du besöker ett levande bibliotek kan du låna en person som berättar sin historia. Du kan ställa frågor och prata med personen. Du kan till exempel låna en invandrare som kan berätta om hur det är att inte bo i sitt hemland.

Idén med det levande biblioteket är att visa att alla människor är olika men att alla är lika värda.

Steg för Steg deltar i levande bibliotek

Föreningen Steg för Stegs projekt Vi vet, vi kan! utbildar informatörer som ska berätta om sina liv. Informatörerna kallas också för erfarenhetstalare. Det betyder att de berättar om sitt eget liv och sina egna erfarenheter.

Steg för Stegs informatörer kommer på hösten att vara med om att skapa levande bibliotek på några evenemang.

Torsdagen den 17 oktober ordnar vi ett levande bibliotek i Glaspalatset i Helsingfors tillsammans med ASPA.

Den 9 november ordnar vi ett levande bibliotek tillsammans med FDUV. Samtidigt ordnas ett seminarium om flytt och boende.

Vill du bli informatör i Österbotten?

Under hösten 2013 kommer Steg för Steg att söka efter sju nya informatörer i Österbotten.

Projektkoordinator Calle Lindgren reser runt i Österbotten för att berätta om projektet. Om du vill träffa Calle, så hittar du tidtabellen för hans resa på hemsidan fduv.fi/vivetvikan

Om du är intresserad av att bli informatör kan du kontakta Calle per telefon eller e-post. Det går också bra att skicka vanlig post.

Calle Lindgren, 040 845 3368
projektet@stegforsteg.fi

Kontaktannonser Brevvänner

Hej

Jag är en kille på 31 vårar. Jag bor i Mariehamn på  land. Jag vill ha brevvänner från hela landet, som har samma intressen som jag.

Jag vill skriva med alla flickor, i min egen ålder. Jag kan också tänka mig att dejta, med dom flickor som känner sig intresserade av mig.

Jag tycker om romantiska hemma kvällar, att titta på filmer, spela TV-spel och surfa runt på internet med dom grejer jag har hemma.

Jag är en väldigt social person, och tycker det är roligt att träffa nya och gamla människor och jag rör mig ute bland folk med min egen klädstil.

Jag är uppvuxen på en bondgård på en lite mindre  , men tyvärr finns det inga djur kvar där, men min sommarstuga finns där.

Jag tycker om blandade musik stilar.

Skriv till mig på svenska, för det är mitt mordersm l, och det enda jag kan förstå.

Kontakta Sosial kille.

Skriv en kontaktannons!

Vill du träffa en flicka eller en pojke i din egen ålder?
Vill du hitta någon som gillar samma saker som du?

Vi behöver alla någon att skratta och ha roligt med.
Någon som man kan prata om allt med.

Skriv till GP per e-post eller post.
Berätta vem du  r och var du bor.
Berätta också en hurdan människa du vill träffa.

Skriv ditt namn och din adress eller e-postadress.
Ditt namn eller din adress publiceras inte i GP.

Svara på en kontaktannons

Om du vill svara på en kontaktannons kan du skriva till GP per e-post eller per post och berätta vem du vill kontakta.

Vi förmedlar vidare dina kontaktuppgifter till den du vill kontakta så att hon eller han kan bestämma om hon vill träffa dig.

Skriv till Gula Pressen

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



DUV i Vasanejden

Fina sommarminnen

Onsdagen den 7 augusti åkte ett glatt gäng från DUV i Vasanejden till Power Park i Alahärmä. Vi trotsade regnet och hade trevligt i nöjesparken, och innan vi for hem åt vi en god middag i restaurangen.

En hel busslast glada medlemmar åkte på årets medlemsresa till Sälgrund utanför Kaskö. Vi var så många att Kaskö Sea-Charter skeppade ut oss till den före detta lotsstationen i mindre grupper. Tack vare lyfthjälp av vår busschaufför, duktig boendepersonal och skeppare Kari Häggblom kunde även rullstolsburna deltagare ta iland på Sälgrund. Där bjöds vi på kaffe och smörgås. Efter att alla skeppats iland fick vi njuta av ett dignande buffébord på växthusrestaurangen Lind's Kök.



DUV i Vasanejden

inbjuder sina medlemmar till

50-års jubileumsfest

söndagen den 22 september kl. 14.00
i Karperö Uf:s nya allaktivitetshus.

Anmäl ditt deltagande senast den 12 september till DUV-kansliet tel. 040 543 4556 eller per mail till vasanejden@duv.fi.

Eventuell uppvaktning kl.13.00–14.00.

Närmare information i medlemsblad 03/13.



DUV i Sydösterbotten

Kurser och dans

Nu är sommaren slut, men vi har hösten med mycket roligt program framför oss! Lördagsträffarna fortsätter i höst. Man kan också delta i kurser via Närpes Vuxeninstitut och Kristinestads medborgarinstitut. Det finns flera roliga kurser som ordnas i samarbete med DUV.

Lördagen den 5 oktober är det dags för höstdans på hembygdsgården i Påskmark. Lördagen den 26 oktober åker vi med buss till dansgalan på Norrvalla i Vörå. Söndagen den 24 november deltar vi med egen försäljning på julöppningen i Närpes.

Alla medlemmar får höstens fritidsprogram hemskickad per post. Kom också ihåg att titta in på vår webbplats: www.sydoesterbotten.duv.fi



Bilden är från sommarfesten på Vargholmen i Kalax 10 juli.

DUV i Jakobstadsnejden

Program hösten 2013

Vattengymnastik vid Östanlid lör. kl. 13.15–14:00.

Kom med och ha roligt tillsammans i vattnet!

Start 14.9. Pris: 60 € / 10 ggr.

Folkhälsan Östanlid, Östanpäv. 32

Anmälning: Anki Byggmästar, telefon: 050 573 1466

Höstträff vid Holm fritidsgård 21 september:

OBS! Ny tid kl. 15. Program och servering finns!

Pris: 5 € / person. Holm fritidsgård, Norra Larmsöv. 70

DUV:s soppdag med lotteri, 19 oktober kl. 11.00

Matsalen vid INTEK, Jakobsbg. 37 A.

Ät på plats för 6 € eller köp hem för 4 €/liter

Busstransport till FDUV:s Dansgala 26 oktober

Bussen startar från Ebba Brahe esplanaden vid Backe-

bo kl. 15:30. Upphämtningar körs via Lövä, Nykarleby

Busstransporten kostar 15 € / person.

OBS! Bindande anmälningar senast 4.10 till Stefan

Edholm på 050 537 6071 eller sedholm@karkulla.fi.

DUV i Karlebynejden

Fritidsprogram hösten 2013

7 september **Dans på Emet**

21 september **Vi grillar Emmes**

5 oktober **Bingo**

19 oktober **Äta fint ute**

9 november **Bowling**

7 december **Julfest i Nedervetil**

I november: **Österbotten Idols**

Vi bjuder in vänner från andra föreningar att delta och tävla i vår egen Idols. (Melodierna som sjungs får du av Elisabeth)

Tilläggsinformation, tider med mera hittar du i för-
eningspalten i ÖT under diverse. Vill du ha e-post?
Skicka din e-postadress till elisabeth@nedervetil.fi

Anmälningar till Elisabeth Hagström 040 419 8028
senast torsdagen före evenemanget.

DUV i Nykarlebynejden

Sommarens solglimtar

Trots sommar och semester har Solglimtarerna hunnit idrotta och resa. Som så många somrar tidigare ordnades friidrott i avslappnad stil varje sommartisdag på Skogsvallen. Sommaridrotten avslutades med det obligatoriska discot och medaljutdelning.

Sommarens långresa gick i juli till Stockholm. Bussen startade från Nykarleby med 35 förväntansfulla personer. Alla njöt av den lyxiga sjöresan med Viking Grace. En speciell upplevelse var Allsången på Skansen tisdagkväll den 23 juli. Bland de många stjärnorna på Skansenscenen och bland nittontusen i publikhavet sågs också Solglimtarerna i TV-rutan. Dagen därpå blev det rundtur och guidning i Stockholm, ett uppskattat besök på Junibacken och shopping. Glada och nöjda resenärer återvände hem till Nykarleby på torsdagkväll.

I dagsutfärden den 18 juli till Villa Elba i Karleby deltog totalt 59 föreningsmedlemmar.

Höstterminen inleds som tidigare med en kortare utfärd och Solglimtens klubbkvällar tar vid med omväxlande fredagsprogram och, vem vet, kanske några överraskningar!

DUV i Kimitonejden

5 september **Styrelsemöte och höstens program**

21 september **Vi åker på Picknick-kryssning**

Oktober: **Månadsträffarna** på Sågbackens cafe börjar.



DUV i Mellersta Nyland

Hösten 2013

Öppet hus 4.9–11.12 Onsdagar 18.00–20.00, Porten

Öppet hus 15.8–12.12, Torsdagar 18.00–20.00, Tian

Slöjdklubben 2.9–2.12, Måndagar 18.30–20.00, Minervaskolan

Konstklubben 3.9–10.12, Tisdagar 18.00–19.30, Tian

Bandklubben 3.9–10.12, Tisdagar 19.30–21.00, Tian

Dansklubben 10.9–3.12, varannan tisdag 18.15–19.45, Logen

Läslustan 4.9–11.12, Onsdagar 16.30–18.00, Tian

Allsång 4.9–11.12 Onsdagar 18.00–19.30, Tian

Dagverksamhet 50+ 5.9–12.12, Torsdagar 10.00–13.30, Tian

Bowling i Kampen 8-9-1.12, Varannan söndag

Bowling i Sello 15.9–8.12, Varannan söndag

Internetklubben 4.11–25.11, Måndagar i november 16.30–17.45, Tian

DUV i Västnyland

Funktionärer på Raseborgs sommarteatrar

En söndag i juli stod föreningen i tur att vara funktionärer på sommarteatern Mio, min Mio i Raseborg. Innan föreställningen började gjorde vi massor av smörgåsar för att säljas i pausen. Efter det kollade vi biljetter och visade publiken till sina platser. I pausen var det försäljning som gällde.

Det var också viktigt att synas och ta emot applåderna då publiken tackade föreningen. Efteråt fick vi diska, tömma sopkärl och städa.

Vi hann faktiskt titta på nästan hela föreställningen – en givande och konstnärlig teaterupplevelse.



Dagverksamhet för 50+

Föreningen arbetar med att utveckla dagverksamhet för äldre personer med utvecklingsstörning. DUV

Vingens dagverksamhet för seniorer ordnas en dag i veckan.

Verksamheten passar personer som gått i pension eller som tänkt lämna arbetslivet bakom sig. Deltagarna får vara med på roliga och nyttiga aktiviteter som understöder ett aktivt liv – såväl psykiskt som fysiskt. Under hösten har verksamheten fokus på hälsosam kost och fysiskt välmående.

Alla DUV Vingens medlemmar som fyllt 50 år är välkomna med i verksamheten!

Anmälningar och förfrågningar tas emot av projektkoordinator Maija Laine per e-post maija@vingen.fi eller per telefon 0400 956 792.



På kommande under hösten 2013:

Läsning i Karis och Hangö

Musikunderhållning på boendet i Karis

Klubb- och bowlingkvällar

Dansgrupp

Teaterresa

Vildmarksveckoslut

Storträff under hösten. Föreningar bjuds in.

Barnklubben inleder sitt program och bandet Trixstar har redan inlett sina övningar.

Planerat för våren 2013:

Barnklubben

Klubb- och bowlingkvällar

Trixstar

Utfärd

Karaoke med inbjudna föreningar

DUV-show både i Ekenäs och Karis

OBS! Resultat från idrottsdagarna: fduv.fi/aktuellt

Fritidsprogram hösten 2013

Bowling i Pargas torsdagar kl. 17.00–18.00

Terminsavgift: 12 €. De 12 först anmälda ryms med!
Dagar: 12.9, 26.9, 10.10, 24.10, 7.11, 21.11, 12.12

Bowling i Pargas lördagar kl. 11.00–12.00

Terminsavgift: 12 €. De 12 först anmälda ryms med!
Dagar: 14.9, 28.9, 12.10, 26.10, 9.11, 23.11, 7.12

Simning i St Karins Torsdagar kl. 17.00–ca 20.00

Start från Pargas busstation.
Dagar: 19.9, 3.10, 31.10, 14.11, 28.11

Sähly i Rehtis tisdagar kl 18.00–19.00

Rönnvägen 31, Pargas. Dagar: 10.9–26.11.
Terminsavgift: 12 €

Film- och speleftermiddag lördagar kl. 15.00–17.30

Folkhälsanhuset, Blåa Salongen
Enbart för tjejer 21.9, för killar 12.10 och både tjejer och killar 9.11

Läger på Koupo 18–20 oktober

Vi sjunger, spelar, pysslar, badar bastu och vistas så mycket utomhus som möjligt. Anmälningar senast 23.9. Pris: 42 € per person

Fritidsverksamhet hösten 2013

Fritidsverksamhet för ungdomar i åldern 12–19

Måndagar kl. 18–20.30, Uncan, start 2 september

Fritidsverksamhet för ungdomar i åldern 20+

Måndagar kl. 18–20.30, start 2 september
Café MUG, Köpmansgatan 11

Bowling, Idrottsgården

Tisdagar kl. 16.00–17.00, start 3 september

Innebandy/fotboll

Torsdagar kl. 19.00–20.00, start 5 september
Strandnäs högstadieskola

Månadslunch andra onsdagen varje månad

Onsdag 11 september kl. 12–13
Bistro Savoy, Nygatan 12

Dunderdans

Onsdagar kl. 19–20.30, start 25 september
Röda Korsgården

Humoristisk dramagrupp

Måndagar kl. 18, start 7 oktober
Uncan

DUV i Västra Åboland

För barn, unga och familjer

Familjesim söndagar kl. 10.00–11.30

Folkhälsanhuset, Pargas. Terminsavgift: 12 € per familj
Dagar: 15.9, 22.9, 29.9, 6.10, 13.10, 20.10, 27.10, 3.11, 10.11, 17.11, 24.11, 1.12, 8.12, 15.12

Simskola för barn med särskilda behov

Söndagar kl. 11.30–12.30. Terminsavgift: 12 €
Folkhälsanhuset, Pargas. Simlärare: Åsa Sundström
Dagar: 15.9, 22.9, 29.9, 6.10, 13.10, 27.10, 3.11, 10.11, 17.11, 24.11, 1.12, 8.12, 15.12. Anmälning senast 10.9.

Föreläsning om Karlstadmodellen 8 oktober

Folkhälsanhuset, Blåa salongen, med Fredrika Abrahamsson och Anna Öhman.

Den internationella dagen för personer med talhandikapp 8 oktober. Dagen är startskottet för årets vecka för personer med talhandikapp. Föreläsningen ordnas i samarbete med Styrka genom nätverk.

Kolla vår webbplats för eventuella ändringar och ny information: aboland.duv.fi för ny information. Vi planerar: bowling i Åbo, biobesök, ishockeymatch...

DUV på Åland

Evenemang hösten 2013

Bowlinglandskamp Åland–Sverige

20–22 september, Kärlingsund

Idrottskväll för alla

Måndag 30 september 18.30–20.00
Ålands Lyceums gymnastiksal

Temadag om Downs syndrom

Onsdag 23 oktober kl. 9.30–16.30
Spädbarnsverksamheten Tittut, Stockholm

Fotbollsmatch DUV–IFK Mariehamn

Tisdag 10 september kl. 19.00
Wiklöf Holding Arena
Försäljning och frivilligt inträde till DUV på Åland.

Ta kontakt

DUV-kansliet har öppet
Måndag–torsdag kl. 9.00–15.00
Fredag kl. 9.00–13.00

www.duv.ax



ANMÄLNINGSBLANKETT

Storträff 16–17 november 2013

Namn: _____

Jag är handledare/assistent/Stödperson åt: _____

Adress: _____

Postnummer och Ort: _____

Telefon: _____ Epost: _____

Hjälpmedel: _____

Allergier eller specialdiet: _____

Välj ett alternativ:

- Jag är bara med på Storträffens program.
(Ingen övernattnig). Det kostar 25 euro
- Jag är med på Storträffen och övernattar på Högsand 1 natt
(Lördag–Söndag). Det kostar 35 euro.
- Jag är med på Storträffen och övernattar på Högsand 2 nätter
(Fredag–Söndag). Det kostar 45 euro.
- Annat alternativ. Ring då och prata med Steg för Steg.

Skicka in blanketten **senast fredagen den 18 oktober** till:

Steg för Steg rf, Nordenskiöldsgatan 18 A, 00250 Helsingfors.

Du kan även anmäla dig på Steg för Stegs hemsida:

fduv.fi/stortraff