



# GULA PRESSEN

NUMMER 1 • JANUARI 2017

MEDLEMSTIDNING FÖR FDUV OCH DUV-FÖRENINGAR



Boendeverksamheten breddas • Inklusion i skolan  
Kommunalval • Rätten till sex



s. 8



s. 12



s. 15



s. 22

# Innehåll

Ledare	3
Evenemang och kurser	4
Boendeverksamheten breddas	6
Utanförskap och diskriminering vanligt	6
Enkät om första beskedet	7
Mål 24 – med eller utanför	7
Ida bestämmer i sitt hem	8

Kommer du ihåg Ida Westerholm som vi berättade om i nummer 4/2015? Hon bor nu i ett eget hem med 80 timmar assistans i veckan.

Delaktig i skolan och samhället?	11
Elever med funktionsnedsättning – med eller utanför?	12

Att integrera elever med utvecklingsstörning i den allmänna undervisningen är bra för hela skolan, så länge det är bra för eleven.

Svenska svar till våra föräldrar	15
Hjälp! – om rätten till psykiatrisk vård	18

## LÄTTLÄST

Får jag lov?	22
Sexuella rättigheter och skyldigheter	24
”Det pirrar i magen”	25
Självständighetsfest i Vasa 2016	26
Snart är det kommunalval	28
Från föreningarna	29

**GULA PRESSEN**

är FDUV:s medlemstidning som berättar om aktuella och kommande evenemang, intressanta företeelser och senaste nytt inom branschen. Tidningen skickas till alla DUV-medlemmar.

**NÄSTA NUMMER**

Nästa nummer utkommer i maj, vecka 19. Skicka material senast 6.4.

**RESPONS OCH MATERIAL**

till gulapressen@fduv.fi eller per post till Gula Pressen | FDUV Nordenskiöldsgatan 18 A 00250 Helsingfors

**UTGIVARE**

FDUV Nordenskiöldsgatan 18 A 00250 Helsingfors tfn (09) 434 23 60

**ANSVARIG UTGIVARE**

Lisbeth Hemgård lisbeth.hemgard@fduv.fi

**REDAKTIONSSSEKRETERARE**

Laura Rahka laura.rahka@fduv.fi

**OMBRYTNING**

Linnéa Sjöholm

**PÄRMBILD**

Foto: www.pixabay.com

**ADRESSFÖRÄNDRINGAR**

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

**UPPLAGA**

2 600

**TRYCKERI**

Fram Vasa 2017



## Din röst behövs

Kommunalvalet närmar sig. Samtidigt förs en diskussion om kommunens framtida roll. I och med vårdreformen minskar uppdraget avsevärt. Eller? På FDUV har vi alltid talat om vikten av att få stöd i näringslivet och att stödet måste utgå från de behov man har. Det preventiva arbetet är oerhört viktigt och man ska i första hand få stöd från de vanliga, allmänna tjänsterna som erbjuds alla. Kommunen kommer att ha en stor betydelse för hur stödet utvecklas och hur näringslivet kan fungera som ett bra socialt nätverk i vardagen.

Utbildningen och skolfrågorna stannar kvar i kommunen. En skola för alla var en slogan FDUV lanserade redan i början av 90-talet, man ville att barn får rätt att gå i sin närskola. Frågan väckte då mycket känslor, både lärare och anhöriga kunde ha mycket olika syn på saken. Många tyckte att det var bättre att eleven fick undervisning i en egen enhet och andra igen ville att elever med utvecklingsstörning inte ska avskiljas från den allmänna undervisningen.

FDUV har tillsammans med de finska systerorganisationerna en gemensam kampanj kring kommunalvalet: Mål 24 – med eller utanför?

Kampanjen handlar om alla elevers rätt till utbildning. Ett av målen är att det ska finnas flera möjligheter till yrkesutbildning. Elever med utvecklingsstörning har få alternativ och yrkesutbildningen leder sällan till ett riktigt arbete med lön.

Kampanjens andra mål är att lyfta fram alla elevers möjlighet att gå i en vanlig skola. Många elever som fått gå i vanlig skola har inte fått tillräckligt med stöd i den vanliga skolan och det har igen betytt att många återgått till specialklass. Kampanjens huvudmål är att se elevers behov och utifrån det utveckla stödet. I slutändan vill vi att elever med särskilda behov ska ha möjlighet att delta i vårt samhälle på samma villkor som andra.

Genom att rösta i kommunalvalet 9.4.2017 kan du påverka vem som bestämmer om din närmiljö och skolfrågor i din kommun!

Lisbeth Hemgård





# Våren 2017

## Februari



### **28.2 Mål 24 – med eller utanför? Medborgarinfo, Helsingfors kl. 12.00–14.00**

Kom och diskutera hur delaktighet i skola och undervisning förverkligas för barn och unga med funktionsnedsättning i dagens Finland. Arrangörer: riksdagens samarbetsgrupp för funktionshinderfrågor och olika funktionshinderorganisationer med FDUV.

## Mars

### **9.3 Kommunalvalsträff Vegahuset, Helsingfors kl. 16–18.00**

Varför är det så viktigt med politik och kommunalval? Vad är det för skillnad mellan de olika partierna? Kom på kommunalvalsutbildning med Steg för Steg och Drömhemsgruppen. Anmälningar: frank.lundgren@stegforsteg.fi, 040 845 33 68.

### **11.3 Dans i Tobaksmagasinet Jakobstad kl. 17.30–21.00**

Keva Kotis årliga dans till tonerna av Retro Gentlemen. Inträde 10 euro, vänskapskortet gäller. Buss från Vasanejden ordnas, kontakta din DUV-förening. Anmälningar: mona.skuthalla@jakobstad.fi eller 06-786 36 19.

### **15.3 Temakväll om självbestämmande, tjänster och stöd, Ekenäs kl. 17.00–19.00**

FDUV:s sakkunniga inom intressepolitiskt arbete Annette Tallberg informerar om självbestämmande, rättigheter och stöd samt aktuell lagstiftning. Skicka gärna frågor på förhand till Annette. Anmälning senast 7.3: annette.tallberg@fduv.fi eller 040 674 7247.

### **21.3 Rocka sockor på Downs syndrom-dagen**

Dra på dig olika par strumpor för att visa att annorlunda är okej på Downs syndrom-dagen eller varför inte varje dag? Rocka sockor-kampanjens Facebooksida hittar du på facebook.com/rockasockor.

### **25.3 Pappaträff, Lärkkulla i Karis kl. 11–17**

Kom på pappaträff och prata om papparollen i en familj som har barn med funktionsnedsättning. Ur programmet: Walk the talk, diskussion parvis under promenad. Medverkande är Björn Wallén, direktor för Lärkkulla stiftelsen och bror till en man med funktionsnedsättning, Jochum Wilén, pappa till Lucas och Krister Stenroos, pappa till Fanny. Mera information: marita.maenpaa@fduv.fi, 040 523 18 46.

### **25.3 Familjeftermiddag i Nykarleby kl. 14–16**

Kom och träffa andra familjer som har barn med funktionsnedsättning. Vi gör upp eld, gör mellanmål och de som vill leker tillsammans. Anmälning senast 17.3: tina.holms@fduv.fi, 040 567 92 57.

### **25.3 Dansgala i Stjärnhallen Nykarleby kl. 17.30–21.30**

Höstens dansgala ordnas som vanligt i Vörå. Under våren ordnas en turnerande dansgala hos DUV-föreningar i Österbotten. Vi börjar i Nykarleby. Inträde: 10 euro. Mera information: tina.holms@fduv.fi, 040 567 92 57.



### **28.3 Föräldraskap med Christoph Treier Vasa kl. 18.00–21.00**

Den omtyckta föreläsaren och mentala tränaren föreläser om var du hittar kraft att orka med vardagen och hur ett barn med särskilda behov påverkar hela familjen. Deltagaravgift: 10 euro. Anmälning senast 20.3: annika.martin@fduv.fi, 050 302 78 88.

## 29–30.3 100 år till fullvärdig medborgare Seminarium i Helsingfors

År 2017 fyller Finland 100 år. Hurdant är livet för en person med utvecklingsstörning i dagens Finland? Hur förverkligas medborgarskapet och vem är det som fattar livets avgörande beslut? Mera information: [www.kehitysvammaliitto.fi/koulutus/kalenteri](http://www.kehitysvammaliitto.fi/koulutus/kalenteri).

April



### 5.4 Job Shadow Day

Den årliga jobbskuggningsdagen ordnas igen. Vill du testa ett drömjobb eller veta mera om någon viss bransch – då är den här dagen något för dig! Mera information: [www.jobshadowday.fi](http://www.jobshadowday.fi).

### 9.4 Kommunalval

Inför kommunalvalet lyfter FDUV fram frågor kring skola, tillgänglighet och de kommande vårdstrukturerna. Du hittar kampanjmaterial bl.a. videoklipp, presentationsbotten, våra teser och frågor som man kan ställa till sin kommunalvalskandidat på [www.fduv.fi/kommunalval](http://www.fduv.fi/kommunalval).



### 19.4 Temakväll om självbestämmande, tjänster och stöd, Pargas kl. 17.30–21.30

Vi diskuterar aktuella ändringar kring självbestämmande, tjänster och stöd för personer med utvecklingsstörning. DUV i Kimitonejden ordnar vid behov skjuts Kimito–Pargas–Kimito. Mera information: [annette.tallberg@fduv.fi](mailto:annette.tallberg@fduv.fi) eller 040 674 72 47.

### 22.4 Friluftsdag vid Norrvalla i Vörå kl. 10–16

Vi går på spårning i naturen, gör mat på öppen eld och på friluftskök innan vi avslutar med simning i terapibassängen och mellanmål. Deltagaravgift: 10 euro. Anmälan senast 11.4: [tina.holms@fduv.fi](mailto:tina.holms@fduv.fi), 040 567 92 57.

### 25.4 Kurs om sexualitet: Får jag lov Del 2, Novia i Ekenäs kl. 17.30–21.30

Kursen riktar sig till personer med lindrig intellektuell funktionsnedsättning eller andra tilläggshandikapp. Inga föräldrar eller personal. Kårkullas ledande psykolog Anita Norrdahl leder gruppen. Vi pratar om t.ex. kroppen, känslor, pojk- eller flickvän, rättigheter och beröring. Deltagaravgift: 10 euro. Anmälan senast 11.4: [jon.jakobsson@fduv.fi](mailto:jon.jakobsson@fduv.fi), 040 865 38 88.

## 1–2.4 Familjehelg på Päiväkumpu i Karislojo

Kom och träffa andra och knyta kontakter. Roliga fritidsaktiviteter utlovas. För familjer med barn 0–12 år. Medverkande: Pia Lindevall, ledande terapeut på Kårkulla och Monica Björkell-Ruhl, FDUV:s familjestödare och Professionell Coach (ICF). Anmälan senast 12.3: [marita.maenpaa@fduv.fi](mailto:marita.maenpaa@fduv.fi), 040 523 18 46.

Maj



### 13.5 Malike meets Kenguru – Prova på-dag på Maja i Helsingfors kl. 13.00–16.00

Kom och prova redskap och hjälpmedel som ger större möjlighet att komma ut i nya miljöer och som är anpassade för personer med funktionsnedsättning. Lärare presenterar sinnesstimulerande hjälpmedel. Mera information: [marita.maenpaa@fduv.fi](mailto:marita.maenpaa@fduv.fi), 040 523 18 46.



### 1–6.7 Familjesemester Kuortane idrottsinstitut

En semestervecka för familjer som behöver rekreation och avbrott i vardagen. På plats finns 2–3 assistenter från FDUV. Pris: 25 euro/dygn för vuxna (barn under 15 år gratis). Logi, helpension och program ingår. Ansök senast 30.4 på [www.semester.fi/ansokan](http://www.semester.fi/ansokan). Mera information på [www.semester.fi](http://www.semester.fi) eller av [marita.maenpaa@fduv.fi](mailto:marita.maenpaa@fduv.fi), 040 523 18 46.



## Skraddarsydd boendeservice utvidgas

**FDUV har beviljats medel för att fortsätta stödja unga och vuxna med anhöriga i att planera sin framtid och underlätta flytten till ett eget hem.**

Den nya boendeverksamheten är en fortsättning på projektet Skraddarsydd boendeservice, som hade fokus på huvudstadsregionen. Verksamheten utvidgas nu till andra delar av Svenskfinland och blir varaktig.

Tanken med boendeverksamheten är att i enlighet med FN:s funktionshinderkonvention möjliggöra att alla personer som har en funktionsnedsättning har möjlighet att välja var och med vem man bor.

Via verksamheten kommer vi exempelvis att erbjuda kurser i flyttningsförberedelse och ordna seminarier och studiebesök. Målet är att skapa mera hållbara strukturer för flyttningsförberedelse. I samarbete med Lärum utvecklas också ett digitalt material kring flyttning.

FDUV samarbetar med Delegationen för boende för personer med utvecklingsstörning (KVANK) och Kehitysvammaisten Palvelusäätiös (KVPS) utvecklingsnätverk kring flyttningsförberedelse. FDUV och Aspa-stiftelsen samarbetar även kring en årlig svenskspråkig utbildning för boendeutvärderare.

Boendeverksamheten är en fortsättning på projektet Skraddarsydd boendeservice som finansierades av RAY och som pågick i huvudstadsregionen under 2012–2016.

Mera information: [www.fduv.fi/boende](http://www.fduv.fi/boende).

## Utanförskap och diskriminering vanligt

**Många människor med funktionsnedsättning upplever utanförskap och diskriminering i sin vardag enligt en utredning av diskrimineringsombudsmannen.**

Två av tre personer svarade att de har upplevt diskriminering under det senaste året. Över hälften tyckte att attitydklimatet mot personer med funktionsnedsättning är dåligt eller mycket dåligt.

– Dels handlar det om negativa attityder men också om brist på kunskap och förståelse, säger diskrimineringsombudsman **Kirsi Pimiä**.

– Det verkar som om man inte ser behovet av att vidta särskilda åtgärder för att förbättra jämlikheten och delaktigheten i samhället. Det uppfattas som tillräckligt att välfärdsstatens stödsystem tar hand om personer med funktionsnedsättning, säger Pimiä.

Enligt rapporten upplever två av tre att attitydklimatet är särskilt dåligt inom arbetslivet.

– Det rådande normaltillståndet är att en person med funktionsnedsättning är arbetslös eller pensionär och arbetande personer med funktionsnedsättning ses som ett undantag, säger Pimiä.

Utredningen tog även fasta på användningen av elektroniska tjänster. Många av dem som svarade tyckte att de har svårt att hitta den information de behöver, skaffa varor och tjänster samt sköta ärenden på webben.

Diskrimineringsombudsmannen gick också igenom rättsfall och klagomål till olika myndigheter. Respondenterna fick även svara på frågor om hur bra de känner till sina rättigheter och var de ska söka hjälp om de upplever diskriminering.

– Många låter bli att anmäla diskrimineringsupplevelser eftersom de inte tror att en anmälning kan leda någon vart. Vi har mycket att stå i för att förändra detta, konstaterar Pimiä.

Webbenkäten genomfördes under våren och sommaren 2016 och besvarades av 455 personer. Dessutom gjordes 27 personintervjuer.

Du hittar utredningen på [www.syrjinta.fi/web/sv/funktionshinderutredning](http://www.syrjinta.fi/web/sv/funktionshinderutredning).



# Enkät om första beskedet

Hur gick det till när du fick besked om ditt barns funktionsnedsättning?  
Dela med dig av dina erfarenheter via vår webbenkät.

Vi vänder oss till dig som har erfarenhet av att ha ett barn vars utveckling har väckt eller väcker oro. Det kanske började med att du själv kände oro för att allt inte var som det skulle. Kanske var det någon i din omgivning som uttalade sin oro.

När beskedet om en funktionsnedsättning ges, vet vi att det sker på lite olika sätt. Det finns också många upplevelser av tillfället då en diagnos ges samt tiden därefter.

- *Hur bemöttes du då du fick beskedet om ditt barns funktionsnedsättning?*
- *Vad var bra och vad kunde ha gjorts annorlunda?*

- *Vilket stöd skulle du ha behövt för att få vardagen att fungera?*
- *Vilken information är viktig att få genast?*

Projektet *Mer än ord – besked om funktionsnedsättning* fokuserar på de anhörigas rätt till ett sakligt bemötande och relevant information då de får besked om att deras barn har eller kan tänkas ha en funktionsnedsättning.

Vi samlar erfarenheter av föräldrar för att kunna utveckla material för nya anhöriga samt material och utbildningspaket för professionella. Denna enkät är ett led i detta. Med dina erfarenheter och synpunkter



är du med och formar den information och det stöd nya anhöriga får i framtiden.

Tack på förhand för din viktiga insats!

## Enkäten hittar du på:

- [www.fduv.fi/beskedenkät](http://www.fduv.fi/beskedenkät)

## Projektets hemsida:

- [www.fduv.fi/meranord](http://www.fduv.fi/meranord)

## Projektet på Facebook:

- [www.facebook.com/groups/projektetmeranord](https://www.facebook.com/groups/projektetmeranord)

# Mål 24 – med eller utanför?

FDUV deltar inför kommunalvalet i en kampanj om en skola för alla. Målet med kampanjen Mål 24 – med eller utanför? är att lyfta fram rätten att gå i vanlig skola och rätten att växa till sin fulla potential.

Via skolinklusion får elever med funktionsnedsättning lära sig att de är en del av gänget på alla livsområden. Skolinklusion skapar också förståelse för olikheter och är positivt för hela skolan.

Kampanjen lyfter även fram alla ungdomars rätt till bra utbildning och arbete eller meningsfull sysselsättning. Alla har rätt att växa till sin fulla potential. Rätten till lika möjligheter fortsätter också efter grundskolan. Vem vill bli pensionär som 16-åring?

Du kan stöda kampanjen som startar i mars genom att gilla och sprida våra kampanjmaterial. Vi har bland annat gjort videoklipp med både elever, föräldrar och lärare som berättar hur de ser på delaktighet och inklusion i skolan och samhället överlag. Klippen är berättelser från det verkliga livet. De innehåller många tankar kring delaktighet för alla.

Du hittar filmerna på [www.youtube.com/fduvfinland](http://www.youtube.com/fduvfinland).



Du hittar FDUV:s hela kommunalvalsprogram på [www.fduv.fi/kommunalval](http://www.fduv.fi/kommunalval).

- #mal24
- #medellerutanfor
- #kommunalval2017







# Ida bestämmer i sitt hem

Kommer du ihåg Ida Westerholm från Ekenäs som vi berättade om i Gula Pressen 4/2015? Då fick hon via personlig assistans stöd både i vardagen och på fritiden. I dag får Ida 80 timmar assistans i veckan för att hon ska kunna bo som hon själv vill.

”Jag heter Ida. Jag är 18 år”.

**Ida Westerholm** bor sedan oktober i en hemtrevlig lägenhet på 58 kvadratmeter i en trävilla i centrala Ekenäs. I dag är hon en lycklig hyresgäst, men mamma **Pamela Westerholm** berättar att det krävt både initiativförmåga, egen aktivitet, flexibilitet och en förstående kommun för att möjliggöra detta.

– Ida har ett stort stödbehov på grund av spastisk diplegi men vill också kunna bestämma själv om sin vardag. I Ekenäs fanns ingen ”grupp” som Ida skulle ha passat in i, berättar Pamela.

Pamela Westerholm var med och startade nattpatrullen i Ekenäs på 90-talet och jobbar nu som personal på Kårkulla samkommun. Familjen har bott i Sverige och har sett olika sätt att ordna omsorg och rehabilitering. Dottern Ida började tydligt visa att hon inte längre vill bo hemma då hon efter korttidsperioder helst ville ha

dörren till sitt rum stängd. Eftersom Ida då redan varit i boendekö i 4,5 år beslöt sig Pamela för att ta saken i egna händer.

– Jag började räkna ut vad assistanstimmarna skulle kosta, eftersom jag visste att ett gruppboende inte skulle ge möjlighet till ett sådant individuellt liv som Ida önskade.

Pamelas tanke var att hyra en lägenhet åt Ida att bo i, och ha assistans där. Hon skred från tanke till handling och berättade om sina planer för Raseborgs stad.

– Första responsen jag fick var att kommunen i så fall måste reda ut vad det skulle kosta. Då svarade jag att jag redan har räknat ut detta, säger Pamela roat.

Förhandlingarna med staden ledde slutligen till det resultat som Pamela och Ida ville och också är i enlighet med FN-konventionen: alla har rätt att välja var, hur och med vem man bor.

## Sociala kontakter, två rum och kök

Ida flyttade på våren till en liten etta, på en provotid på tre månader. Det visade sig att de personliga assistenterna ibland "blev utslängda" av Ida då hon ville vara ensam i sitt hem. Därför flyttade hon i oktober till en större lägenhet.

– Nu fungerar det bättre, då de inte behöver sitta och stirra på varandra i samma rum, som tidigare, säger Pamela.

Ida är ensam hemma på natten mellan klockan 22.00 och 7.00 på morgonen. Om hon behöver hjälp då ringer hon på trygghetsalarmet, som ser ut som en armbandsklocka och som Ida har ett månadsabonnemang på. Alarmet går till Esbo och därifrån till Ekenäs nattpatrull som består av två anställda.

Ida har två heltidsanställda assistenter som arbetar 40 timmar per vecka, fyra inhoppare och kan därtill anlita bemanningsföretaget Elämäsi Adato som ordnar med vikarier om någon av assistenterna är sjuka. Både Ida och mamma Pamela är nöjda med tillvaron och glada över att Ida fått ett eget hem.

– Ida lärde sig skriva ordet kaffe för 4–5 år sedan. Alla som känner Ida vet att då hon skriver kaffe på Facebook så är det en inbjudan.

Text och foto: Elina Sagne-Ollikainen



Ida gillar att lyssna på musik via Spotify.



Både Ida och mamma Pamela är nöjda över att Ida fått ett eget hem.

## Personlig assistans och serviceboende

Personlig assistans kan ordnas på tre olika sätt:

### 1) Arbetsgivarmodellen

Kommunen står för kostnader, inklusive lagstadgade avgifter och ersättningar som en arbetsgivare ska betala, som uppstår på grund av att man anlitar en personlig assistent, samt övriga skäligena och nödvändiga kostnader som anlitaandet av en personlig assistent medför.

I vissa fall har det ordnats så att en anhörig har skött arbetsgivaruppgifterna, medan brukaren fungerat som arbetsledare.

### 2) Servicesedel

Kommunen ger personen med svår funktionsnedsättning en servicesedel för anskaffning av assistansservice.

### 3) Egna tjänster eller köptjänster

Kommunen ordnar assistansservice genom köptjänster antingen från offentliga eller privata serviceproducenter, som en del av sin egen verksamhet eller serviceproduktion eller genom avtal i samarbete med en annan kommun eller andra kommuner.

Serviceboende kan ordnas med stöd av socialvårdslagen, handikappservicelagen och specialomsorgslagen. Kommunen har rätt att besluta på vilket sätt serviceboende ordnas, men enligt socialvårdens klientlag ska klientens åsikt och önskemål beaktas. Bostaden kan vara en separat hyres- eller ägarbostad. Bostaden kan också vara en del av ett gruppboende eller finnas i ett servicehus.

Källa: Handbok för handikappservic  
FDUV:s sakkunniga inom intressepolitik Annette Tallberg

# Delaktig i skolan och i samhället?

En ny läroplan som styr skolornas verksamhet trädde i kraft i Finland den 1.8.2014 och togs i bruk i höst. Den sätter eleven i fokus.

I den nya läroplanen har elevens delaktighet i sin egen inlärningsprocess en central roll. Nu ska alla elever beaktas, undervisningen ska differentieras och läraren ska beakta att elever lär sig på olika sätt. Det är oerhört viktigt att läraren lär känna den enskilda elevens förutsättningar för att lära sig vilka stödåtgärder och bedömningsmetoder som gynnar elevens inläring.

Skolorna ska erbjuda olika stödåtgärder och stödet indelas i tre nivåer: allmänt, intensifierat och särskilt stöd. Stödet ska vara flexibelt, långsiktigt planerat och anpassas enligt behovet av stöd. Stödet ska ges så länge, på den nivå och i den form som det behövs. Elev och vårdnadshavare ska höras innan en elev överförs från en stödform till en annan.

**Allmänt stöd** kan ges åt vilken elev som helst som behöver stöd för inläringen. Eleven kan vid behov få specialundervisning eller stöd av resurslärare i klass eller i mindre grupp.

**Intensifierat stöd** innebär vanligen flera olika stödåtgärder: regelbunden specialundervisning en eller flera gånger per vecka, skolgångsbiträde i klassen med mera.

En elev som har **särskilt stöd** kan gå i stor klass, smågrupp eller, i en del kommuner, i specialskola. Eleven kan ha till exempel koncentrations- och/eller inlärningssvårigheter, individualiserad lärokurs i ett eller flera ämnen eller förlängd läroplikt på grund av en funktionsnedsättning.

Elever som har exempelvis hörselskada, synskada eller utvecklingsstörning får **förlängd läroplikt**. De får automatiskt särskilt stöd och beslut görs redan i förskolan. Elever med syn- eller hörselnedsättning går ofta i vanlig klass i grundskolan. I deras IP skriver man in hur undervisningen ordnas så att eleven har så goda förutsättningar som möjligt att lära sig.

Det finns kommuner som även välkomnar elever med utvecklingsstörning i den allmänna grundskolan, men i många kommuner placeras elever med utvecklingsstörning i specialskolor. Vilken skolform som är bäst för den enskilda eleven finns det olika åsikter om, men det skulle vara viktigt att besluten inte utgår från byråkratiska strukturer utan från den enskilda eleven och hans behov. Idealet vore om alla personer i samma ålder skulle ha möjlighet att mötas i vardagen både på dagis, i

grundskolan, på andra stadiet och i arbetslivet. Hur ska personer med funktionsnedsättning annars lära sig att de är en del av samhället och gänget?

## Vad säger lagar och FN-konventioner?

Enligt den nya läroplanen ska utbildningen ordnas utgående från elevens ålder och förutsättningar och främja en sund uppväxt och utveckling. Enligt Finlands grundlag och lagen om likabehandling får ingen utan godtagbart skäl särbehandlas på grund av exempelvis kön, ålder, etniskt eller nationellt ursprung, språk eller handikapp. Den grundläggande utbildningen ska skapa möjligheter för livslångt lärande, vilket är en förutsättning för ett gott liv.

I paragraf 24 i FN:s funktionshinderkonvention står det att man ska säkerställa ett inkluderande utbildningssystem på alla nivåer och ett livslångt lärande. Det ska göras möjligt för personer med funktionsnedsättning att effektivt delta i ett fritt samhälle. De ska inte utestängas från det allmänna utbildningssystemet, och ska på samma villkor som alla andra få tillgång till en integrerad grundutbildning på sin hemort, även på andra stadiet. Personer med funktionsnedsättning ska, liksom alla andra personer i samhället, ha möjlighet till yrkesutbildning och livslångt lärande utan diskriminering. Dessutom ska de erbjudas skälig anpassning.

Det finns åsikter i samhället och i skolvärlden om att den allmänna grundskolan inte passar alla. Min dröm är att vi i Finland skapar ett inkluderande skolsystem, en miljö där elever och lärare har möjlighet att möta olika människor med ett öppet sinne. Att vi ser möjligheterna och inte hindren och att vi vågar utmana och kräva något av alla elever på alla stadier. Alla har rätt att känna sig delaktiga och att de har en plats i vårt samhälle. Hur kan vi lära oss acceptera olikhet om vi inte skapar ett samhälle där vi kommer i kontakt med sådana som inte är som vi själva?

Ann-Marie Knuutila

Mamma till fyra barn, en med funktionsnedsättning (Downs syndrom)  
Speciallärare, familjestödare och vice ordförande i Me osalliset - Vi delaktiga rf.





# Elever med funktionsnedsättning – med eller utanför?

Att integrera elever med utvecklingsstörning i den allmänna undervisningen är bra för hela skolan, så länge det är bra för eleven.

Många elever med utvecklingsstörning går i dag i vanlig skola tillsammans med andra barn. De undervisas helt eller delvis i vanliga klasser, och oftast helt eller delvis i små specialklasser inom samma skola. Men hur målet med inkludering, eller integrering som många kallar det, förverkligas i praktiken är ingen självklarhet.

I Svenskfinland blir det en avvägning mellan hur nära hemmet barnet får gå i skola och hur mycket stöd och resurser det finns i skolan. Var eleven placeras påverkas av hur föräldrar, lärare och beslutsfattare tänker och hur skolorna och undervisningen är organiserade i kommunen.

På många håll ordnas undervisningen för elever med funktionsnedsättning i en viss, mera centralt belägen skola i kommunen. På en del håll vill föräldrarna att deras barn ska få gå i närskolan.

## Grund för fortsatt delaktighet

**Fredrika Nyqvist** och **Johanna Pipping-Arrakoski** jobbar som pedagogiska utvecklare på Lärum, en enhet inom FDUV. De stöder och handleder lärare, skolpersonal och anhöriga i att hitta och ta fram specialpedagogiska material och metoder som kan underlätta integrering av eleverna. De tycker att inkludering är bra.

– Det är viktigt att barn lär sig se och lära känna alla sorter av människor, och det finns fina egenskaper hos alla. Det är inte bara för dem som inkluderas – det bygger en grund för delaktighet i samhället som vuxen.

Men det finns utmaningar.

– Ibland saknar lärarna basfakta om funktionsnedsättningar. De har kanske inte möjlighet till fortbildning och saknar resurser för att skaffa specialhjälpmedel och material som behövs. Ibland uppstår det mobbning.

Det finns även stora skillnader i hurdana resurser skolan har, både med tanke på personal, och material. Men speciallärarna och lärarna är jätteduktiga på att anpassa material.

– Många gör nästan alltid om material så att det passar eleven, plockar delar från olika material, väljer det som är extra viktigt och väljer bort vissa delar.

## Eleven i centrum

Den nya läroplanen sätter elevens behov i centrum. Den förstärker lärarens roll som en handledare som ger eleverna olika typer av verktyg att välja mellan.

– Eleverna ska göras mera delaktiga i undervisningen, de kan till exempel få möjlighet att välja om de vill jobba på datorn med olika program eller med papper och krita.

– Att hitta olika typer av verktyg för specialelever är mera utmanande, men de ska också ges möjlighet att vara delaktiga i sin undervisning, man får inte kräva för lite av dem.

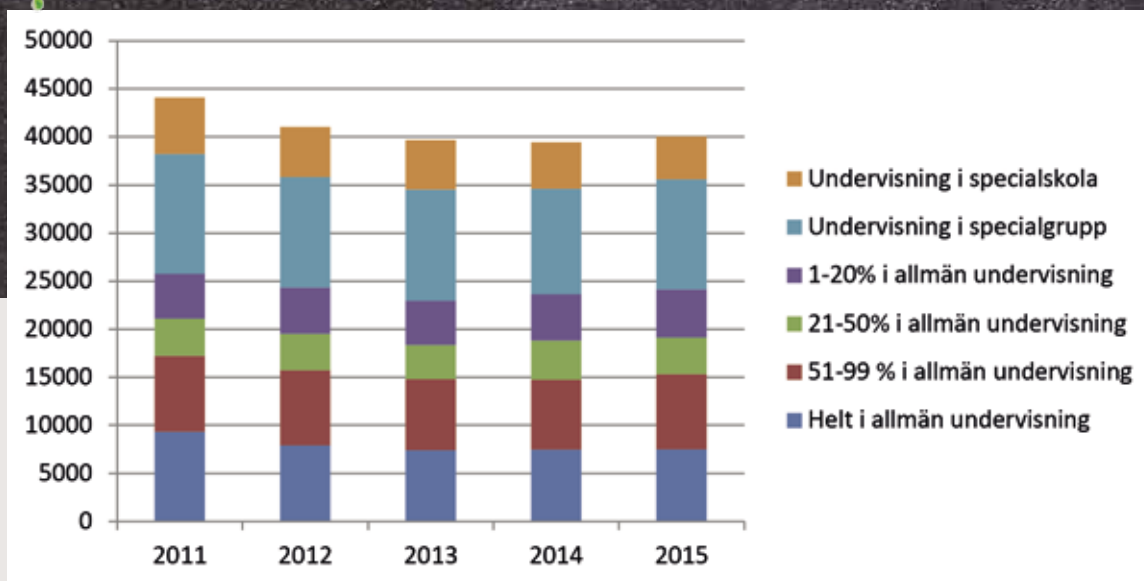
Digital kompetens är också en utmaning med tanke på elever med särskilda behov.

– Det finns fina digitala hjälp- och stödmedel, men alla skolor har inte tillgång till dem. Det beror tyvärr på var man bor och i vilken skola man går.

## Elevvård och samarbete behövs

För att inkludering ska fungera i praktiken behövs alltså både resurser, utbildning och fortbildning. Det behövs också strukturer och arbetssätt som stöder inkluderingen.

– Vi blir ibland kontaktade av lärare som ska få en ny elev med funktionsnedsättning, och som inte har haft en sådan elev på länge, eller någonsin. De vet kanske inte hur de ska göra.



## Fakta om inkludering

Efter en reform av lagstiftningen år 2010 får elever med inläringssvårigheter nu tre former av stöd: allmänt, intensifierat och särskilt stöd. Barn och unga med utvecklingsstörning får oftast antingen intensifierat eller särskilt stöd.

Enligt statistik från juni 2016 fick nästan 15 procent av alla elever i grundskolan, totalt cirka 80 000 elever, intensifierat stöd eller särskilt stöd år 2014. Andelen ökade med 3 procentenheter från 2011. Antalet elever som har intensifierat stöd ökade med drygt 4 procentenheter, medan antalet elever som har särskilt stöd sjönk med 1 procentenhet.

År 2014 fick 39 500 elever, cirka 7 procent av eleverna inom den grundläggande utbildningen särskilt stöd. Variationen mellan regionerna var mycket stor. De högsta andelarna av elever som fått särskilt stöd fanns i Kymmenedalen och Päijänne-Tavastland. De lägsta andelarna fanns på Åland, i Österbotten och i Mellersta Österbotten.

Av dem som får särskilt stöd deltar omkring 40 procent helt eller oftast i den allmänna undervisningen. Ungefär 20 procent deltar delvis i allmän undervisning och resten, omkring 40 procent, deltar bara i undervisning i specialenheter eller specialskola.

Åtminstone fram till 2010 var graden av integrering av elever med olika svårigheter större i de svenskspråkiga skolorna än i hela landet. Andelen svenskspråkiga elever som får intensifierat stöd (7,9 %) är högre än för de finskspråkiga (6,4%). Däremot är andelen som får särskilt stöd lägre för elever som undervisas på svenska (4,9%) än på finska (7,5%).

Källa: Utbildningsstyrelsen, [www.oph.fi/statistik](http://www.oph.fi/statistik)



Då är det viktigt att det finns ett bra samarbete i skolan mellan speciallärare, klasslärare och elevvårdsteam.

- Föräldrarna ska vara en del av teamet, känna sig delaktiga och kunna ge önskemål och tips.

- Kommunerna kan ordna informationsmöten och fortbildning som flera lärare kan gå på, och varför inte hela skolan, om det behövs.

Lärare eller anhöriga kan också söka hjälp utanför skolan. Det kan göras redan i dagis och förskola med olika pedagogiska arrangemang eller mångprofessionellt samarbete. Till Lärum kan vem som helst vända sig om man vill ha råd eller idéer kring specialpedagogiska material, arrangemang eller information om funktionsnedsättningar.

- Vi hjälper gärna till med att leta eller ta fram material eller fundera på olika lösningar som till exempel gör det möjligt att ordna undervisning på ett inkluderat sätt.

Tjänster erbjuds även av Folkhälsan, Valteri/Skilla och Kårkulla samkommun. Dessutom erbjuder Centret för livslångt lärande vid Åbo Akademi fortbildning för lärare.

- Det fina i den nya läroplanen är att det är legitimt att fråga råd av utomstående, det är helt okej att inte ha all kunskap inom skolans väggar, tvärtom rekommenderas att man söker hjälp utanför dem.

Det allra viktigaste för läraren är att inte bli ensam.

- I skolan är det jätteviktigt att ha en attityd om att hjälpas åt, om att vi kan fixa det tillsammans. Det är bra för hela skolan, säger Fredrika och Johanna.

Text: Laura Rahka

Foto: pixabay.com



# Svenska svar till våra föräldrar

Inom FDUV:s projekt Mer än ord har ett 60-tal föräldrar lyft fram vad som gick fel då de fick besked om att deras barn har en funktionsnedsättning. Under ett besök i Stockholm och Göteborg försökte vi ta reda på om det finns alternativa, bättre metoder för besked i Sverige.

Vi startar på Karolinska sjukhuset i Solna, på hjärtavdelningen, där det ges många svåra besked till föräldrar. Både i Finland och i Sverige är det läkaren som ger besked. Våra föräldrar berättar att läkaren ofta gör det ensam och kan ha problem med empatibiten. På Karolinska är kuratorn alltid närvarande.

– Då jag kom hit frågade läkaren mig hur jag tyckte vi skulle lägga upp beskedssamtalet. Mig! Kuratorn! I Finland gav läkarna bara order, minns **Maarit Mat**.

Mat som har jobbat som kurator både i Finland och i Sverige kritiserar hierarkin inom de finländska sjukhusen som försvårar arbetet för patienternas bästa. På Karolinska planerar läkaren och hon beskedssamtalen tillsammans utgående från vad de vet om föräldrarna. Hon kan lättare stötta föräldrarna efteråt då hon varit med och sett hur de reagerat på beskedet. Tröskeln för föräldrarna att ringa upp en bekant person är låg och hon hjälper föräldrar långt efter att de åkt hem.

## Krav på absolut närvaro

På förlossningsavdelningen ges också många besked, men barnmorskan får inte göra det. Vad ska hon då göra när det föds ett barn med tydlig funktionsnedsättning? Våra föräldrar har upplevt att barnmorskor sprungit ut och gömt sig då barnet sett annorlunda ut, sprungit iväg utan att visa barnet, beklagat situationen eller fallit i gråt.

**Susanne Georgsson**, sjuksköterska och barnmorska är programledare för utbildningen av barnmorskor på Sophiahemmets högskola i Stockholm. Hon har forskat i kommunikation i samband med fosterdiagnostik och berättar att det har tagit henne 15 år av forskning för att inse att det inte finns något enskilt lyckat koncept för kommunikation i samband med besked, inget bra stan-



dardmaterial, ingen bra broschyr. Hennes recept är absolut närvaro – att känna in vad föräldrarna vill veta och bemöta just deras oro.

– Mina råd till barnmorskor är: Var tysta. Var ärliga. Lyssna och se på det nyfödda barnet tillsammans med föräldrarna. Lyft fram det som är vackert och inte avvikande. Hjälプ föräldrarna med anknytningen. Kom ihåg att alltid säga Grattis!

Ett enkelt förbättringsförslag som Georgsson upptäcker under intervjun är att det på sjukhusen borde finnas en tydligt utsedd person som bär ansvaret för kommunikationen med föräldrarna, precis som man vet vem inom teamet som bär ansvaret för de olika apparaterna.

## Utredning som mognadsprocess

Brist på stöd före, under och efter utredningarna lyfts upp som ett stort problem särskilt av våra föräldrar med barn med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar.

I Stockholm görs neuropsykiatriska utredningar sedan början av 2000-talet främst av lokala barnpsykiatriska mottagningar, BUPar, men det finns också specialiserade team på de stora sjukhusen, särskilt för barn med behov av multiprofessionell bedömning, KNUT- och NU-team. Men ADHD-problematik utreds på BUMMar, barnmedicinska mottagningar.

Uppdelningen är olycklig, barn riskerar att bollas av och an. Öppenvårdpsykologer på sjukhusen fungerar som ett slags portvakter för små barn med utvecklingsförsening. De plockar ut dem som endast behöver mer stöd i skolan och skickar svårare fall vidare för utredning. Vi besöker KNUT-teamet och Öppenvårdpsykologerna vid Karolinska i Solna, Barnneuropsykiatriska kliniken vid Sahlgrenska sjukhuset i Göteborg (BNK) och BUP i Farsta.

– Utredningsuppdraget till BUParna kom typ på

posten. Det var mycket motstånd och förvirring och det fanns inte kunskap, minns **Anita Norberg**, psykolog och biträdande chef på Farsta BUP.

Ännu idag varierar kunskapen från BUP till BUP. Det råder kronisk brist på barnneurologer och på psykologer och alla enheter är överbelastade. Barn kan tvingas köa över ett år för att få en utredning. Vissa enheter frestas tumma på kvaliteten för att beta av kön.

Positivt i Sverige är ett grundligt, individuellt förarbete med föräldrarna. På BUP i Farsta och på BNK inleder man exempelvis inte en utredning innan föräldrarna ungefär är på samma linje om hur allvarliga barnets problem är. På alla enheter beskrivs utredningen som en process som ska få ta tid, ofta flera månader, för att föräldrarna ska hinna anpassa sig och också kunna acceptera diagnosen. Det är långt ifrån våra fem dagar och ”Hej då – epikrisen kommer med posten.”

### **Besked enligt behov**

I Farsta är beskedssamtalen oftast två, med ett par veckors mellanrum eftersom man insett att föräldrar inte kan ta emot så mycket mer än diagnosen den första gången. Ännu större flexibilitet finns hos KNUT-psykologerna. Föräldrarna får komma tillbaka många gånger om det behövs. Utgångspunkten är att frågeställningen för beskedssamtalet är föräldrarnas egen – det föräldrarna före och under utredningarna har berättat att de vill veta då de får diagnos.

Hos KNUT påminner mötet om Folkhälsans beskedssamtal, med ett stort team på plats, där var och en redogör för enskilda utredningsresultat. På BUP i Farsta höjer de däremot på ögonbrynen åt detta och vid BNK i Göteborg berättar de att de frångått besked av stora team. Vi känner igen kritiken från många av

våra föräldrar. ”Måste de alla vara där? Kan de inte tala ihop sig först? Det finns ju inte ens tid för frågor.”

– Det får absolut inte vara fler än tre professionella närvarande. Annars blir det för stor maktobalans. Vi tycker att det är idealiskt med en neurolog, en psykolog och en specialpedagog då vi återkopplar, berättar **Åsa Hedfors Moretti**, psykolog inom BUP-Farstas småbarnsteam.

En lyckad lösning både hos KNUT-teamen och hos öppenvårdspsykologerna på Karolinska är att ge föräldrarna ett papper med en förenklad diagnosbeskrivning som de får ta med sig hem. Här står undersökningsresultaten utan konstiga medicinska ord, barnets styrkor och svårigheter uppdelade i exempelvis beteende, socialt samspel och kommunikation, vart remiss skickats och vilken form av stöd föräldrarna önskar, samt vilka bidrag diagnosen ger föräldrarna rätt att ansöka om. Komprimerat.

– Jag brukar dessutom ge föräldrarna ett utkast till det slutgiltiga officiella utlåtandet vi ger, som de kan ta hem och läsa igenom och så rättar vi faktafel och diskuterar det innan det blir definitivt, förklarar KNUT-psykologen **Yvonne van de Vis Kaufmann**.

Avslutningsvis har alla enheter ett återkopplingsamtal med föräldrarna och förskolan, vårt dagis, alternativt med skolan, omkring en månad efter beskedssamtalen. Det kan också vara ett större nätverksmöte till vilket föräldrar kan bjuda in t.ex. släktingar eller vänner. Därefter är det dags för habilitering – för den som får habilitering.

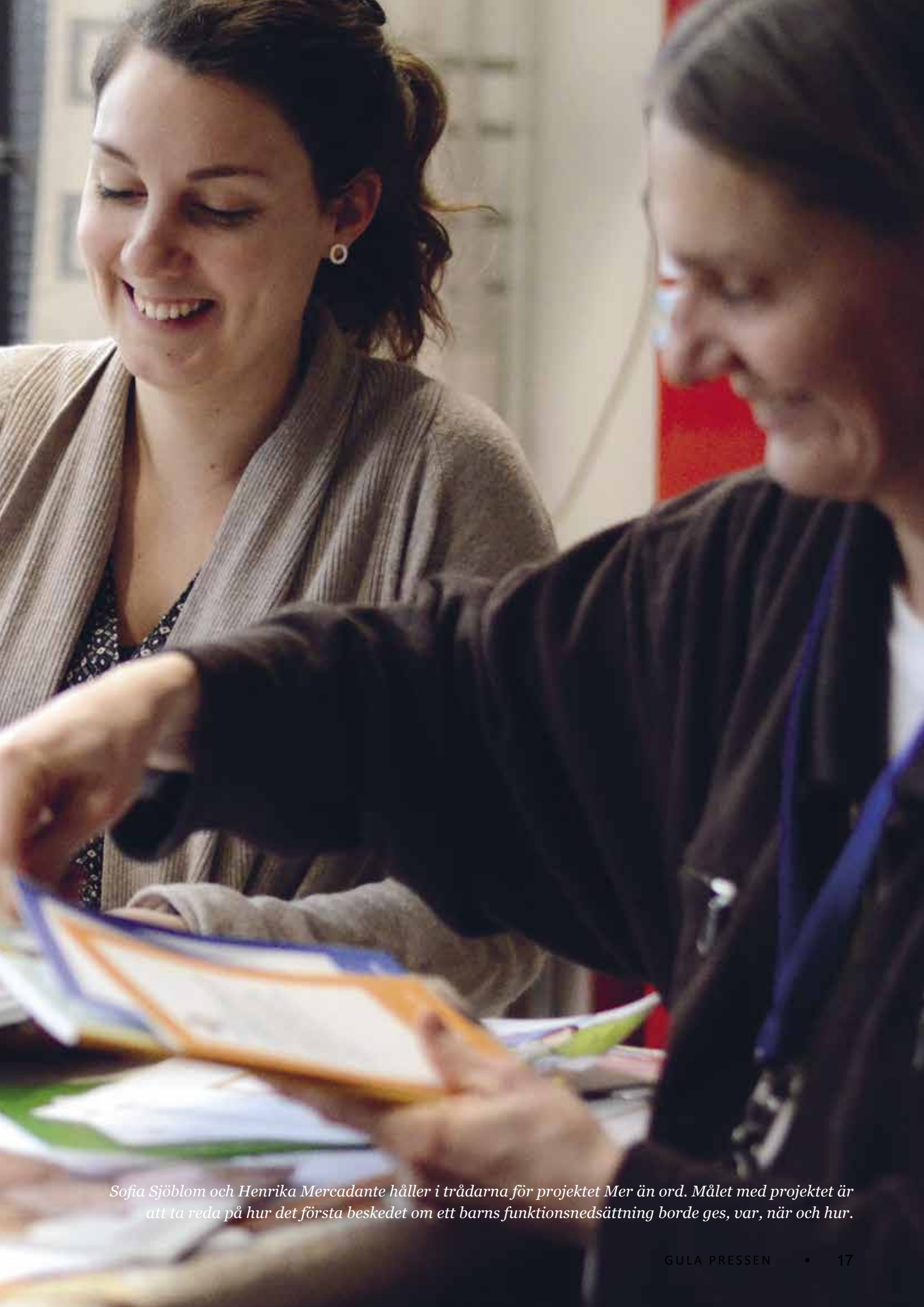
Läs mer om projektet Mer än ord och om habilitering och stöd i Sverige på [www.fduv.fi/meranord](http://www.fduv.fi/meranord).

Text: Henrika Mercadante

Foto: Laura Rahka







*Sofia Sjöblom och Henrika Mercadante håller i trådarna för projektet Mer än ord. Målet med projektet är att ta reda på hur det första beskedet om ett barns funktionsnedsättning borde ges, var, när och hur.*





# Hjälp! – svårt att få psykvård

I förra numret av Gula Pressen berättade vi hur vanligt det är med psykisk ohälsa. Om problemen blir allvarliga, har personer med utvecklingsstörning lika rätt till specialiserad psykiatrisk vård som alla andra. I praktiken fungerar det inte alltid så smidigt.

– När man till exempel inte längre klarar av vardagen, depressionen blir riktigt svår eller man inte längre kan fungera socialt blir det aktuellt att koppla in hälsocentralen eller psykiatrin, berättar omsorgspsykolog **Thomas Londen**.

Och det är då man stöter på patrull. Inom den allmänna vården finns det fortfarande många som tror att personer med utvecklingsstörning inte hör dit. Man antar att de är på specialomsorgens ansvar. Men omsorgen representerar öppen socialvård, inte renodlad psykiatrisk vård.

– Om du har fått en psykiatrisk diagnos, ska du ha rätt till ändamålsenlig psykiatrisk vård. I många fall går det så att du slussas in ena dagen och dagen efter slussas du ut tillbaka.

Londen har också varit med om att brukare har varit inskrivna på en psykiatrisk vårdenheter en tid, men då det har saknats sakkunskap att jobba vidare har personen skrivits ut igen. Utan adekvata insatser blir det i praktiken bara förvaring, tycker han.

Man bollas till kommunen, till hälsovårdscentralen eller tillbaka till specialomsorgen.

– Vi jobbar mycket med de här frågorna, eftersom det finns så mycket psykisk ohälsa, men i alla svåra fall måste vi gå vidare för att personen ska få adekvat vård. Vi försöker också föra en dialog och erbjuda samarbete med psykiatrin, men i praktiken är det inte så lätt.

Ibland kan det bli aktuellt att fundera på möjligheten att gå i psykoterapi. Det kan beviljas av kommunen eller fpa. Tyvärr slår FPA:s snäva kriterier ofta hårt mot personer med utvecklingsstörning.

Men det lönar sig att kämpa. Londen berättar om en brukare som hade behövt psykoterapi och som fick hjälp med att skicka in en ansökan till FPA. Första gången blev det back.

– FPA ansåg först att personen har en sådan diagnos att hen ändå inte kan vara självförsörjande med arbete, alltså en god skattebetalare, och därför kan man inte betala för psykoterapi. Efter att brukaren skickade in ett besvär beviljades terapin.





## Första steget att öka förståelsen

Enligt en pro gradu-avhandling av Susanna Hemming kan man lösa många situationer genom ett fungerande samarbete mellan omsorgen och psykiatrin. Det handlar om att alla förstår och tar ansvar och är villiga att samarbeta.

Inom Helsingfors och Nylands sjukvårdsdistrikt har man försökt lösa situationen genom specialiserade enheter inom sjukvårdsdistriktet. **Terhi Koskentausta** jobbar som överläkare på Utvecklingsstörningspolikliniken vid HNS. Hon konsulteras av allmänläkare och specialläkare som har patienter med utvecklingsstörning.

– Vi ger vår syn på vad det kan handla om, det vill säga om det är exempelvis en psykiatrisk störning, ett problem med kommunikationen eller för lite stöd.

Hon ger också sin rekommendation på vad som behövs, till exempel utvärdering av en talterapeut, medicinsk vård eller psykiatrisk uppföljning. Dessutom föreslår hon hur vården borde organiseras, antingen inom specialomsorgen eller som psykiatrisk vård.

Hon jobbar alltså just där i gränssnittet, med att försöka öka förståelsen.

– Det stämmer att flera utvecklingsstörda kunde skötas inom den allmänna vården, särskilt de som inte har problem med kommunikationen.

Enligt Koskentausta känner många allmänläkare och specialläkare att de inte kan tillräckligt om utvecklingsstörning.

– Vi jobbar mycket med att sprida kunskap och utbilda. Samtidigt är det ju så att vård baserar sig på diskussion. Man borde kunna hitta kunnande och alternativa metoder inom den allmänna psykiatrin.

Koskentausta berättar om läkare som börjat ta emot patienter med lindrig utvecklingsstörning och insett att de klarar av det.

– När det handlar om grav utvecklingsstörning, autism eller mycket begränsad kommunikation är det mycket svårare att bedöma personens hälsa, och här anser jag att det behövs specialkunnande om utvecklingsstörning.

Koskentausta föreslår att det kunde finnas enheter inom specialsjukvården som skulle vara specialiserade på funktionsnedsättning. I dagens läge finns kunnandet inom socialtjänsten, och där saknas medicinsk kunskap.

Enligt Koskentausta har det redan skett en ändring i attityder. Men det finns också skillnader beroende på individer och enheter. Till exempel en överläkare på någon enhet kan ha stor betydelse för vem som får vård och vem inte.

– Inom HNS har det skett en förändring sedan 2011 då jag började jobba här. Förut kände man inte alls till gruppen, men nu funderar vi mera på vem som ska ta hand om dem.



*Terhi Koskentausta jobbar med att öka förståelsen om patienter med utvecklingsstörning och psykisk ohälsa.*

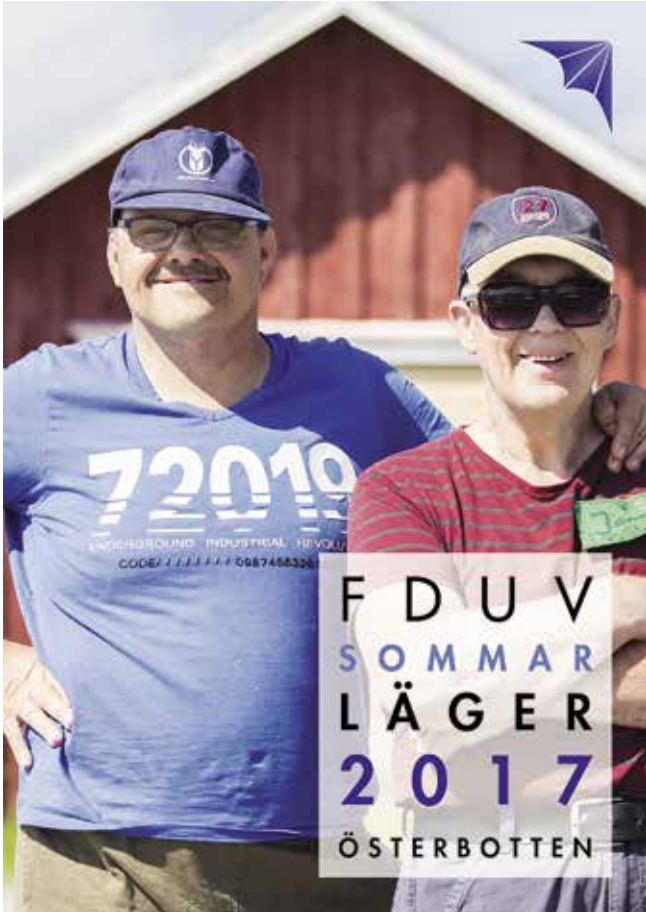
Text: Laura Rahka

Foto: pixabay.com, Laura Rahka





# LÄTTLÄST



## Lägerbroschyren 2017

Lägerbroschyren 2017 har nu utkommit. Om du inte har fått broschyren på posten kan du höra av dig till oss och få en broschyr hemskickad. Du hittar broschyren på webben på [fduv.fi/lager](http://fduv.fi/lager).

Kom ihåg att anmäla dig till sommarens läger senast 28.2.2017.

Skicka in material till nästa nummer senast den 6 april 2017 till [gulapressen@fduv.fi](mailto:gulapressen@fduv.fi).



## Kommunalval 9.4.2017

Ska du rösta i kommunalvalet? Vi har samlat nyttig info om kommunalvalet och om att rösta på sidan 22–23.



## Självständighetsfesten i Vasa

Måndagen den 5 december firade vi Finlands och vår egen självständighet.

Kolla på bilder från festen på s. 24–25.

# Får jag lov?

I januari ordnade FDUV i Vasa en kurs om sex och kärlek. Kursen leddes av Anita Norrdahl som har jobbat mycket med frågor kring sexualitet.

På sina kurser talar hon om kroppen och hur den fungerar då man är man eller kvinna.

– Vi talar också om olika känslor man har genom hela livet, om olika relationer och om sex.

– Man får också ställa frågor eller ge förslag på vad man vill höra om. Vi brukar ofta skratta mycket tillsammans.

## Vad är sex?

– Det finns många sätt att beskriva sex. Många beskriver det som handlingar som leder till njutning och upphetsning i kroppen.

– Man har sex för att tillfredsställa olika behov, till exempel för att få känna närhet, slappna av eller för att man vill skaffa barn.

## Hör det ihop med att man är kär?

– Sex behöver inte alltid höra ihop med att man är kär.

Man kan vara kär utan att vilja ha sex.

Man kan ibland känna sexuella känslor för en person som man inte skulle bli kär i.

– I olika grupper och länder tänker man lite olika om vad sex är.

## Har alla rätt till det?

– Ja, alla har rätt till att känna njutning via sin kropp, antingen tillsammans med sig själv eller tillsammans med någon annan.

Världshälsoorganisationen WHO har skrivit ett dokument om människans sexuella rättigheter.

– Det kan vara bra att läsa igenom det och fundera på vad det betyder.



## På vilket sätt är sex kopplat till självbestämmande?

– Varje människa bestämmer själv om sin kropp, vem som ska få röra den och på vilket sätt.

– Även om man har flick- eller pojkvän har man rätt att själv bestämma om sin kropp.

– Tvång eller våld hör inte till en bra relation.

Man får inte tvinga någon till sex emot personens egen vilja.

## Vad ska man tänka på om man vill ha sex?

– Det viktigaste är att prata först, så att båda vet vad det handlar om och att båda verkligen vill.

– Ingenta ska känna sig rädd eller tvingad. Båda har rätt att säga nej när som helst, om man upplever att det inte känns okej.

Man ska också ha preventivmedel om man har sex i form av samlag.

### **Hur ska man göra om man inte bor tillsammans?**

– Bor du i egen lägenhet får du bestämma själv vem du har på besök. Gruppboendet kanske är ditt hem. Då ska du prata med personalen och alla som bor där om sociala regler, nattgäster och trygghet.

– Du ska också komma överens hur du gör om du vill ha din flickvän eller pojkvän över natten.

– Kanske kan ni träffa varandra under veckosluten i era föräldrahem. Eller kanske kan ni åka på en kryssning.

### **Är det fel att inte vilja ha sex?**

– Nej, det finns en del människor som under hela sitt liv inte vill ha sex. Intresset för sex kan också vara större eller mindre under olika delar av livet.

### **Har föräldrar eller personal rätt att förbjuda det?**

– Nej, det har de inte. Men det kan vara värdefullt att prata tillsammans och lyssna på varför de säger nej.

Ofta kan det visa sig att de är oroliga och vill känna och veta att du har tillgång till trygg och säker sex med din flick- eller pojkvän.

### **Slutligen...**

– Man behöver inte vara ensam med sina frågor som handlar om kroppen och sex. Man kan kontakta en psykolog eller kurator. Går du i skolan kan du prata med hälsovårdaren eller skolkuratoren. Eller med någon annan som du litar på. På nätet finns det mycket om sex, men allt som står där är inte sant.

– När det gäller sex är det viktigt att lära sig tycka om och vara stolt över sin kropp, fast den inte är perfekt.



Anita Norrdahl jobbar sedan 1988 som ledande psykolog vid Kårkulla samkommun. Hon är också sexualrådgivare, sexualterapeut och psykoterapeut. I över tio år har hon jobbat mera med frågor kring sexualitet.

Nästa kurs om sex ordnas i Ekenäs den 26 april. Mera information om kursen finns på [www.fduv.fi/kalender](http://www.fduv.fi/kalender).

Kursen passar för den som vill fundera på kroppen, känslor, relationer och sex tillsammans med andra.

Text: Laura Rahka

Foto: pixabay.com, Kårkulla samkommun



# Sexuella rättigheter och skyldigheter

1

Jag har rätt att sexuellt vara mig själv och uttrycka min sexualitet så, att jag inte skadar mig själv eller sårar någon annan.

2

Jag har rätt att bestämma över min kropp. Ingen får bemöta mig våldsamt.

3

Jag har rätt att fatta egna beslut och val i mina mänskorelationer. Jag får däremot inte skada eller såra någon.

4

Jag har rätt till samma bemötande som andra. Man får inte mobba eller utestänga mig.

5

Jag har rätt att njuta av min egen kropp och få glädje och lycka ensam eller med en annan mänska

6

Jag har rätt att känna och älska med ord och med handlingar – utan att såra andra.

7

Jag har rätt att välja om jag vill sällskapa eller vara ensam. Jag har rätt att välja ett parförhållande som känns rätt – och också att lämna parförhållandet.

8

Jag har rätt att bestämma om jag skaffar barn eller inte. Jag har rätt att använda preventivmedel och skydda mig från sexsjukdomar.

9

Jag har rätt att få ordentlig, korrekt och tydlig information om sexualitet.

10

Jag har rätt att få undervisning och handledning i frågor gällande sexualitet, oberoende av i vilken ålder jag är.

11

Jag har rätt att få hjälp av yrkespersoner inom hälsovården om frågor och problem gällande sexualitet, oberoende av i vilken ålder jag är.

12

Jag har rätt att vara underbar. Jag har rätt att vilja. Jag har rätt att känna. Jag har rätt att äga min sexualitet.

Rättigheterna har gjorts upp av bland annat Världshälsoorganisationen WHO, IPPF International Planned Parenthood, WAS World Association of Sexology.

# ”Det pirrar i magen”

Vi frågade några kursdeltagare hur det känns för dem att vara kära, om de har flick- eller pojkvänner och varför de ville komma på kursen.

## Camilla Asp

**Hur märker man att någon tycker om en?**  
– Svårt att svara.

**Hur vet man att man är kär?**  
– Det pirrar i magen.

**Har du pojk- eller flickvän?**  
– Jag har pojkvän, och är förlovad.



## Frida Granvik

**Har du pojk- eller flickvän?**  
– Jag har pojkvän.

**Hur kan du säga nej ifall det inte känns okej när du är tillsammans med en annan person?**  
– Jag säger först snällt, sen på skarpen om det inte hjälper.



## Lenita Palm

**Hur märker man att någon tycker om en?**  
– Personen tittar lite extra mycket på en.

**Hur vet man att man är kär?**  
– Man blir rödare än vanligt i ansiktet, som en tomat eller som ketchup!

**Har du pojk- eller flickvän?**  
– Pojkvän, sedan ungefär två år tillbaka.

**Hur kan du säga nej ifall det inte känns okej när du är tillsammans med en annan person?**  
– Man ska ha högre röst, för att personen ska förstå. Man måste säga många gånger. Eller så kan man gå därifrån.

**Varför ville du komma på kursen?**  
– För att lära mig vad som är tillåtet och inte.



**Varför ville du komma på kursen?**  
– Jag ville veta vilka regler som gäller på jobbet och hemma.

## Linda Engblom

**Hur märker man att någon tycker om en?**  
– Man ser det på ögonen. Personen tittar försiktigt på en.

**Hur vet man att man är kär?**  
– Man får fjärilar i magen.

**Har du pojk- eller flickvän?**  
– Jag har pojkvän, varit tillsammans länge. Träffades på Yrkesträningsskolan.

**Hur kan du säga nej ifall det inte känns okej när du är tillsammans med en annan person?**  
– Jag säger nej, flera gånger om det behövs.



Text och foto: Annika Martin

# Självständighetsfest i Vasa

Vi firade FDUV:s första självständighetsfest lördagen den 5 december 2016 i Folkhälsanhuset Wasa.

Kvällen började med välkomsttal av Rex Hartman och Tina Holms och festtal av Maria Wallén och Inger Tallgård. Talen följdes av högtidlig och pampig musik.

Vi fortsatte med svängig musik som många tyckte om att dansa till. Wasa Groove Unit heter bandet som spelade. Det är ett så kallat storband, vilket betyder att det är ungefär 15–20 personer som spelar i samma orkester.

Vi fick också njuta av god mingelmat, mera musik, skratt och trevliga bekantskaper.

– Det här ska vi göra om ett annat år, tyckte någon.

Text och foto: Annika Martin



Denice



Rex och Tina hälsar välkommen



Tim



Linda och Pia





Claes



Mingelmat



Marina



Maria och Inger höll festtal



I dansens virvlar



Maja klappar i takt till musiken

# Snart är det kommunalval

**I Finland har vi kommunalval vart fjärde år. Då väljer vi ledamöter till kommunfullmäktige.**

Kommunfullmäktige bestämmer om kommunens verksamhet och ekonomi. Kommunerna har hand om många viktiga saker, till exempel olika slags service. De sköter till exempel om skolor, bibliotek, museer och idrottshallar. Invånarna betalar skatt till kommunen och med de pengarna betalar kommunen servicen.

Kommunalvalet 2017 ordnas söndagen den 9 april 2017.

## Vem får rösta?

Alla finska medborgare som har fyllt 18 år senast på valdagen den 9 april 2017 får rösta i kommunalvalet.

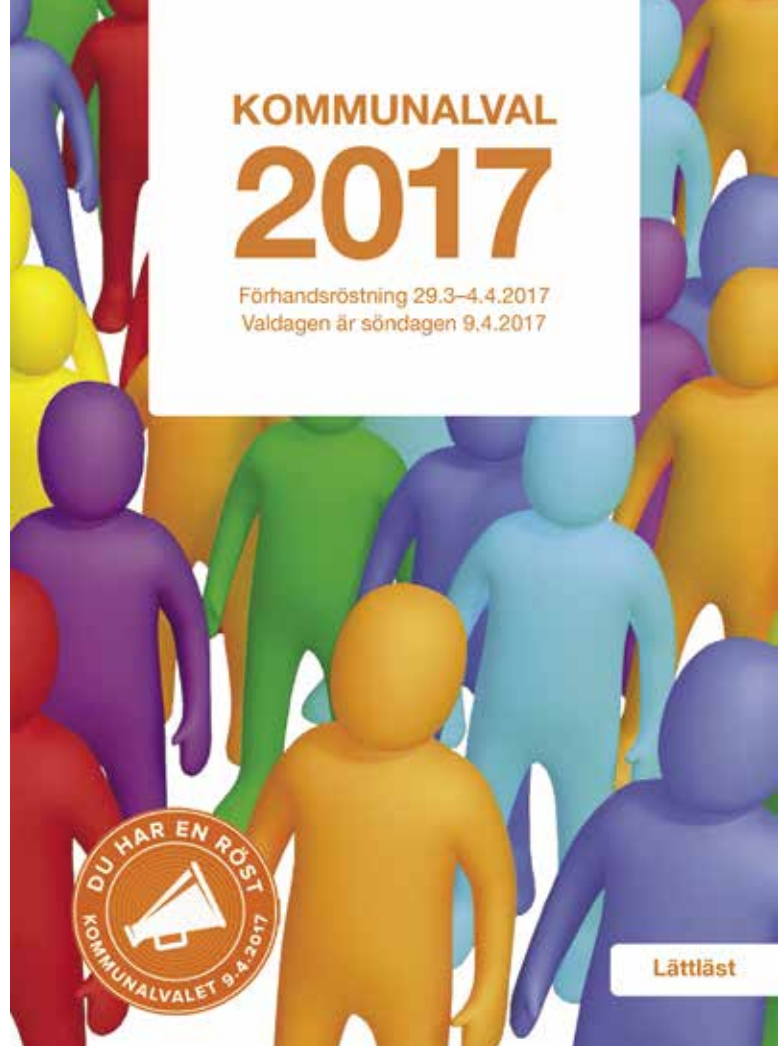
Om du har rätt att rösta får du ett meddelandekort på posten. Meddelandekortet skickas i mars.

På kortet står ditt namn, valdagen och i vilken vallokal du kan rösta på valdagen. Där står också när du kan förhandsrösta och där finns en lista på ställen nära ditt hem där du kan förhandsrösta. På kortet finns också annan viktig information om valet.

## Vem kan du rösta på?

Du röstar på en person som har ställt upp som kandidat i din egen kommun. Varje kommun har sina kandidater, och du kan bara rösta på en kandidat från din egen kommun.

Text: Solveig Arle



LL-Center och Justitieministeriet har gjort en lättläst broschyr om att rösta i kommunalvalet. Broschyren är gratis, du kan beställa den från LL-Center.

## Vill du veta mer?

Vill du veta mer om valet och hur man gör när man röstar?

Du kan läsa mer om valet i en lättläst broschyr på [www.fduv.fi/kommunalval](http://www.fduv.fi/kommunalval).

Du kan också beställa den tryckta broschyren genom att mejla [ll-center@fduv.fi](mailto:ll-center@fduv.fi).





### Nyheter från Steg för Steg

År 2016 avslutade vi med två lyckade fester. Självständighetsfesten i Vasa hade över 80 deltagare och julfesten i Helsingfors över 50 deltagare. Vi ordnade festerna tillsammans med FDUV och stödpersonsverksamheten 4bt.

Under år 2017 kommer vi att ordna utbildningar både för våra erfarenhetstalare och handledare. I Österbotten har vi redan ordnat två träffar för handledarna.



Erfarenhetstalare Jonas Jansson uttalade sig i en radiodiskussion om TV-programmet Cirkus Familj. Här med Steg för Stegs koordinator Tina Holms.

### Radiokurs och kommunalval

I vår ordnar vi en radiokurs i Vasa. Kursen pågår 25–26 februari och 18–19 mars. Vi gör radioslag och lär oss hur man klipper dem. Inslagen sänds efteråt i Radio Valo. Ledare är Janne Nordlin från Radio Valo.

Anmäl dig senast 23 februari till Tina Holms, [osterbotten@stegforsteg.fi](mailto:osterbotten@stegforsteg.fi), 040 567 92 57. Pris för kurs med mat är 40 euro. Övernattningskostnader kan tillkomma.

Inför kommunalvalet i april kommer vi att skriva om valet på vår webbplats och trycka upp kampanjmaterial för att påverka kandidaterna i valet. Vi ordnar även med lokal verksamhet kring valet. Steg för Stegs medlemmar gör intervjuer med kommunalvalskandidater från olika städer. Du kan följa med vad som händer och se våra intervjuer på [www.stegforsteg.fi](http://www.stegforsteg.fi) och Facebook Steg för Steg informerar.



Drömhemsgruppen i Helsingfors.

### Drömhemsgruppen

Drömhemsgruppen i Helsingfors är en diskussionsgrupp kring boende. Vi diskuterar även andra viktiga saker såsom arbete, daglig verksamhet, fritid, vad man behöver hjälp med och vad man klarar själv. Vi träffas en gång i månaden under våren.

Vill du komma med och diskutera? Ta kontakt med Frank Lundgren, [frank.lundgren@stegforsteg.fi](mailto:frank.lundgren@stegforsteg.fi). Du kan ta kontakt fast du inte bor i Helsingfors. Kanske vi kan starta en diskussionsgrupp där du bor?



## Sauna Yoga på Strandis

Jessica Korva har hållit på med Sauna Yoga, en form av yoga som kan göras i bastun, sedan år 2011. Hon drar nu en anpassad serie, Sauna Yoga for All, för medlemmar i DUV Jakobstadsnejden.

Serien, som också kan göras om man sitter i rullstol, har ursprungligen tagits fram vid Käpylän Kuntoutuskeskus i Helsingfors. Sauna Yoga for All passar bra för personer med olika typer av funktionsnedsättningar.

– Den milda värmen och lugnet i bastun gör gott för många, säger Jessica.



Yogan passar alla som klarar av att sitta i lite värme. I de vanliga klasserna är bastun 55 grader, medan man i den anpassade serien har sänkt värmen lite till 40–45 grader. Det är också lite halvmörkt i bastun.

– Vi gör lätta rörelser som får kroppen att slappna av. Om kroppen känns som spagetti efteråt, vet jag att de har fått en upplevelse av yogan, säger Jessica.

Förra vintern testade hon yogan med tre anpassade grupper i Österbotten. I år kommer man i Jakobstad att igen bege sig till Strandis i Larsmo för att gå på yoga i bastun. Föreningens ordförande Mikaela Asplund har skickat ut info och så har man fått anmäla sig från boendena.



– Förra vintern deltog 14 personer och tre av dem var assistenter, berättar Jessica.

Vid Strandis får de som vill vinterbada efter yogan och bastun. Det brukar vara uppfriskande och skönt.

Man kan yoga i vilken bastu som helst och Jessica har också åkt hem till folk och hållit yoga i kundens egen bastu. Det kan kännas tryggt att vara i sitt eget hem.

Jessica beskriver de anpassade klasserna som en plats för gemenskap och mycket glädje och fniss. Och ännu en viktig sak:

– I bastun är man jämlik, säger Jessica.

Text och foto: Åsa Broo



Kerstin Strengell och Markus Lehtosaari tog emot priset tillsammans med Ulrika Häggman.  
Foto: Anders Wingren / PhotoMoments

## Hej!

Nykarleby DUV avslutade hösten med traditionsenlig julfest på Juthbacka 10.12.2016. Närmare 90 personer njöt av en god julbuffet, sjöng allsånger och umgicks. Anna Caldén från SAMS informerade om aktuella saker och även jultomten kom på besök.

Vårterminen inledde vi 20.1 med en minneskväll då vi tittade på foton från idrottsdagarna i höstas. Till vår stora glädje nominerades idrottsdagarna till årets idrottsevenemang och 27.1 fick vi ta emot vårt pris på årets idrottsgala på Stjärnhallen här i Nykarleby. Det var en festlig tillställning med ca 250 gäster. Vi fick också se en videosammanställning av idrottshändelserna under året som gick och alla fick se hur duktiga våra tävlande var!

Solglimtens klubbkvällar hålls fredagarna 3.2, 17.2, 3.3, 17.3 och 31.3 kl. 18.30 i Nykarleby församlingshem om inte annat meddelas. Årsmötet ordnas 22.3 på Juthbacka och lördag 8.4 åker vi på simhallsresa till Härmä. Torsdagen 13.4 samlas vi vid församlingshemmet och dricker kaffe innan vi tillsammans går till kyrkan för att delta i skärtorsdagens passionsandakt. Vårterminen avslutas med lunch på restaurang Campen lördag 29.4 kl. 11.30.

Lördagen 25.3 arrangerar vi tillsammans med FDUV dansgala i Stjärnhallen. Vi dansar mellan kl. 17.30–21.30 – du kommer väl med?

Mera info om aktiviteterna under våren kommer så småningom. Välkomna med!

## Våren 2017

### 4.3 Bio med lunch, Bio Rex

Lördagen den 4 mars blir det bio med middag. Filmen börjar klockan 11.00 på Bio Rex. Efteråt, cirka klockan 13.00, äter vi lunch på Rosso. Vilken film det blir meddelas senare på hemsidan och via mail-listan.

### 16.3 Disko för skolbarn

#### Vasa kl. 17.30-19.30

Torsdagen den 16 mars klockan 17.30–19.30 blir det disko för skolbarn i Folkhälsanhuset

Wasa. Samtidigt blir det föräldrträff i kafferummet. Anmäl både barn och föräldrar senast 8 mars.

Mera information finns i medlemsblad nummer 4/2016 som du också hittar på webbplatsen: [www.vasanejden.duv.fi](http://www.vasanejden.duv.fi).

Anmälningar till 040 543 4556 eller [vasanejden@duv.fi](mailto:vasanejden@duv.fi).

### 11.2 Friluftsdag på Vargberget

#### Närpes kl. 13–15

Kom med på en skön friluftsdag på Vargberget. Vi åker fyrhjuling och grillar korv. Det bjuds på kaffe och dopp. Anmälningar **senast 3.2** till Linda Söderback-Wester, 050 358 2106 eller [sydosterbotten@duv.fi](mailto:sydosterbotten@duv.fi).

### 18.3 Zumba Gold, Närpes kl. 14–15

ZumbaGold är ett enklare zumbapass där du lär dig zumba från grunden. Passet är uppbyggt av enkla steg vilket gör det lättare för dig som aldrig dansat. Passet är lämpligt för alla, även rullstolsbundna kan komma med och ta sig en sväng om i Stenbackens skola, Närpes. Anmälningar **senast 7.3** till Linda Söderback-Wester, 050 358 2106 eller [sydosterbotten@duv.fi](mailto:sydosterbotten@duv.fi).

### 8.4 Bio, Närpes kl. 14

DUV i Sydösterbotten bjuder medlemmar på bio. Filmen vi kommer att se är "Smurfarna – Den försvunna byn". Anmälningar **senast 3.4** till Linda Söderback-Wester, 050 358 2106 eller [sydosterbotten@duv.fi](mailto:sydosterbotten@duv.fi).



Daniel Ivars och Malin Mannfolk på julfesten.

### 6.5 Valborgsdans, Tjock kl. 18.30–20.30

Vi dansar in våren på hembygdsgården i Påskmark. Inträdet är 10 euro, kaffe och dopp ingår i priset. Anmälningar **senast 21.4** till Linda Söderback-Wester, 050 358 2106 eller [sydosterbotten@duv.fi](mailto:sydosterbotten@duv.fi).

Dansen ordnas i samarbete med Röda Korset i Tjock.

Mer program hittar ni på vår webbplats: [www.sydosterbotten.duv.fi](http://www.sydosterbotten.duv.fi).

Välkomna med!



## DUV I MELLERSTA NYLAND

**"TIAN" 20 år**

Välkommen på öppet hus på "TIAN" lördag 4.3 kl. 11–13. Kom och träffa fritidskoordinator Alex Pihl. Vårt eget Band musicerar och konstgruppen har utställning.

**Sång och tecken**

11.3 & 8.4 kl. 11–13  
Jaatisen Maja i Malmgård, Helsingfors  
För familjer som har barn med utvecklingsstörning i åldern 7–16 år, även syskon är välkomna!

**Utomhusprogram med naturtema**

6.5 & 10.6 kl. 11–13  
Oitans, Esbo  
Ta med egen matsäck.

Mera information och anmälningar:  
lena.vingen@gmail.com

WWW.VINGEN.FI

## DUV I VÄSTNYLAND



Under julpausen såg vi Skattkamarön på Svenska teatern i Helsingfors.

**Våren 2017**

Nu har vårterminen kört i gång med fart och fritidsverksamheten har delats upp i olika grupper. Nytt för i år är skvallergruppen som samlas i simhallen samtidigt med simgruppen. I skvallergruppen byts tankar och information samtidigt som man avnjuter kaffe med dopp.

**4.3 Traditionell pulkaåkning hos Guyen.**

Efteråt avnjuts traditionell ärtsoppa.

**1.4 Vi styr kosan mot Åbo för att äta lunch och se Peter Pan i Åbo svenska teater.****18.5 Premiär: Djungelboken Tryckeriteatern, Karis**

Teater Magnitude ger detta år Djungelboken. Premiär blir det torsdag 18.5 kl. 18.00. Följande föreställningar är sö 21.5 kl. 16.00, sö 28.5 kl. 16.00. Den sista föreställningen ges torsdag 1.6 kl. 18. Se info på [www.teatermagnitude.fi](http://www.teatermagnitude.fi).

**6.6 Traditionell Lionsdans i Skogby****17.6 Våravslutning med supé och dans på Bygdegården i Tenala****2.8 Vi ser föreställningen Okänd soldat i Harparskog. Anmälningstiden har gått ut.****9.8 DUV:s äventyrs- och aktivitetsläger på Åland inleds.**

WWW.VN.DUV.FI





## Våren 2017

### Familjesimning i Folkhälsan, Pargas

Ta familjen med dig och kom och simma.

Lördagar kl. 16.00–17.00

Simdagar: 21.1, 4.2, 18.2, 11.3, 8.4, 29.4

### Simskola i Folkhälsan, Pargas

Simlärare: Åsa

Måndagar kl. 17.00–18.00

Simdagar: 16.1, 23.1, 30.1, 6.2, 13.2, 27.2, 6.3,

13.3, 20.3, 27.3, 3.4, 10.4, 24.4

### Sähly i Rehtis

Rönnvägen 31, Pargas

Ledare: Marcus

Tisdagar kl. 17.00–18.00

Sählydagar: Varje tisdag 10.1–9.5

(inte 21.2, 28.3)

### Dansgrupp

(under 26 år), Församlingshemmet, Pargas

Ledare: Marjo

Måndagar 17.30–18.15

Dansdagar: Varje måndag 16.1–24.4

(inte 20.2, 20.4, 17.4)

Terminsavgift: 10 euro

### Utfärd med trälaren Aina 13.5

Vi kommer att åka iväg på en dagsutfärd med trälaren ms. Aina på en utfärd. Det bjuds på mat under resan. Båten är tyvärr inte rullstolsvänlig. Mera information till dem som anmäler sig.

### ”Bjuda hem”-kurs

Vi kommer under våren att ordna en kurs där vi går igenom vad man behöver tänka på om man bjuder hem gäster till sitt hem och hur man gör i praktiken. Mera information till dem som anmäler sig. OBS! Begränsat antal platser.

### Öppet hus, lördagar kl. 16.00–20.00, PIUG, Pargas

Vi kommer att ha öppet hus, det vill säga alla är välkomna med. Ibland bakar vi, andra gånger spelar vi spel, går ut och äter eller liknande.

Datum: 21.1, 4.2, 18.2, 4.3.

Anmälningar och förfrågningar:

aboland@duv.fi eller 045 131 89 26.

## DUV PÅ ÅLAND

**Hej alla!**

Efter att flera medlemmar kontaktat kansliet ordnas en möjlighet att få pröva på yoga i vår. Medlemmarna har också visat intresse för att delta i "Glädjeruset", ett motionslopp i Täby. Du som känner dig sugen att komma med, får en morot att träna lite extra under våren. DUV betalar deltagaravgiften för medlemmar med utvecklingsstörning.

**Mars**

Torsdagar 2.3, 9.3, 16.3, 23.3 och 30 mars  
kl. 18–19.15 Yoga på Hildas Hus

Onsdag 8 mars kl. 12–13

Månadslunch på Restaurang Nautical

Söndag 19 mars kl. 17

Syskonträff på Lottenberg

Måndag 27 mars kl. 18–20

Allsångscafé på Tvärsan

**April**

Onsdag 12 april

Månadslunch på Restaurang Nautical

Måndag 17 april

INGEN UNGDOMSGÅRDSVERKSAMHET

Måndag 24 april

Terminsavslutning, ungdomsgårdsverksamheten

Tisdag 25 april

Terminsavslutning, bowlingen

Onsdag 26 april

Terminsavslutning, dansen

Torsdag 27 april

Terminsavslutning, innebandy/fotbollsträningen

**Maj**

Måndag 1 maj kl. 13–15

Första maj på Lottenberg

Tisdag 2 maj kl. 15.30–16.30

Friidrottsträningen startar på WHA

Onsdag 10 maj kl. 12–13

Månadslunch på Restaurang Lottenberg

Fredag 26 maj kl. 13–15

Bowlingtävling mot Qvirre

Fredag 26 maj kl. 18

Bowlingfest i Käringsund

**Juni**

Lördag 3 juni kl. 11–14

Flygdag på Mariehamns flygfält

Tisdag 13 juni kl. 15.30–16.30

Vårens sista friidrottsträning på WHA

**Augusti**

Lördag 26 augusti

Glädjeruset i Täby, anmälan senast den 15 maj.

Mera info i senaste numret av Duvan eller på vår webbplats [www.duv.ax](http://www.duv.ax).





# Lyckliga lässtunder med lättläst.

Tack till alla som deltog i  
högläsningdagen 16.2.2017!

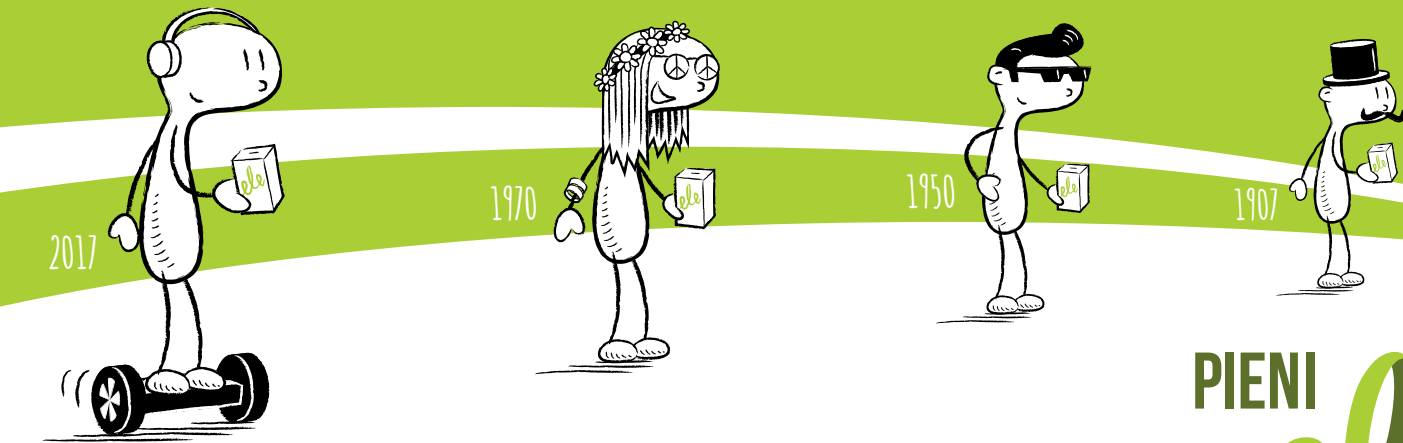
[www.ik-center.fi](http://www.ik-center.fi)

## GULA PRESSEN GRATULERAR INSAMLINGEN EN LITEN GEST!

110 år av att samla in medel till förmån för det inhemska funktionshinderarbetet är en fin förtjänst.

Och En liten gest fortsätter, till all lycka. Vi kan alla hjälpa till - även du. Lägg din slant i  
en samlingsbörssa på valröstningsställena 29.3-4.4 och 9.4.2017.

Du kan också skicka ett sms med texten **Lahjoita 5** till numret 16301. Din donation är då 5 €.



PIENI  
*ele*  
110€

I samarbete med: Allergi- och Astmaförbundet, Andningsförbundet, Centralförbundet för Mental Hälsa, De Utvecklingsstördas Stödförbund, Diabetesförbundet i Finland, Epilepsiförbundet, Finlands Dövas Förbund, Finlands Hjärtförbund, Finlands Neuroförbund, Finska Hörsselförbundet, Förbundet De Utvecklingsstördas Väl, Förbundet Utvecklingsstörning, Invalidförbundet, Njur- och leverförbundet, Synskadades Förbund, Psoriasisförbundet och Reumaförbundet i Finland