

GP

Gemenskap & påverkan

NUMMER 1 FEBRUARI 2020
MEDLEMTIDNING FÖR FDUV OCH DUV-FÖRENINGAR



TEMA: STYRKA

**Motion ger styrka
i vardagen**

Sidan 8



Med mormor som
familjens styrka

Sidan 4

Blomstra som individer

Sidan 12

Alla har egna styrkor

Sidan 20

Innehåll

3 Ledare: in i det nya decenniet med mod och framtidstro!

4 Med mormor som familjens styrka

Att få familjepusslet att gå ihop är en utmaning för många, inte minst i familjer där det finns barn med särskilda behov. Familjen Elenius har stor hjälp av mormor som bor nära.

8 Motion ger styrka i vardagen

Alla kan motionerna, men de med stort stödbehov behöver extra hjälp för att röra på sig. För Anja Niskanen-Leskinen är det en hjärtesak att inkludera motion i Robin Pinomaas vardag.

11 Anpassad motion = motion för alla

12 Blomstra som individer

Personer med grava intellektuella funktionsnedsättningar är utsatta för förvaringsmentalitet. Servicesystemet är dåligt på att identifiera deras styrkor och erbjuder dem få möjligheter att blomstra som individer, visar forskning.

14 Lagstiftning: Med uppdrag att trygga rätten till delaktighet

15 Lärum tipsar: Styrkekort hjälper oss se det fina i varje barn

16 FDUV lanserar motionskampanj

17 Beatrice Wahlström ny ordförande för SAMS

18 Kurser och evenemang

20 LÄTTLÄST

20 Alla har egna styrkor

22 Ansök till FDUV:s sommarläger

23 Motion gör dig stark

24 Delta i FDUV:s motionskampanj – vinn priser!

27 FÖRENING/INFO



Gemenskap & påverkan (GP) är FDU-V:s tidning som berättar om intressanta företeelser och senaste nytt inom funktionshinderområdet, särskilt sådant som berör svenskspråkiga personer med intellektuell funktionsnedsättning. Tidningen skickas till alla DUV-medlemmar och utkommer fyra gånger per år.

Nästa nummer utkommer vecka 21. Skicka material senast 27.4.2020.

Respons och material:

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

Ansvarig utgivare:

Lisbeth Hemgård

Redaktionssekreterare:

Matilda Hemnell

Redaktionsråd:

Matilda Hemnell
Malin Sandström
Susanne Tuure
Maria Österlund

Layout och ombrytning:

Linnéa Sjöholm

Pärmbild:

Robin Pinomaa och Anja Niskanen-Leskinen. Foto: Sofia Jernström

Adressändringar

och prenumerationer:

hanna.sipilainen@fduv.fi

040 162 72 02

Priset för en årsprenumeration är 40 €.

Upplaga: 2 600

Tryckeri: Forsberg,

Jakobstad 2020

In i det nya decenniet med mod och framtidstro!



Jag är barnligt förtjust i vackra kombinationer av siffror. Vårt nya decennium – 2020 – är en sådan kombination. Jag tycker att 2020 ser ut som styrka och stabilitet. Kanske det kan stöda våra möjligheter att gå in i detta år och hela det påbörjade 2020-talet med mod och framtidstro.

Både mod och framtidstro kommer vi alla att behöva, då många stora förändringar bereds och verkställs både nationellt och lokalt. På det lokala planet har några kommuner valt att börja producera boendeservice i egen regi, i stället för att köpa den servicen av till exempel Kärkulla. Det här medför förändringar som kan skapa osäkerhet hos de boende och deras anhöriga.

I det läget är det viktigt att ha mod att våga fråga och ställa krav, så att man kan känna sig trygg med den nya situationen. Här kan också FDUV ge råd och hjälpa till med att påtala behoven för kommunerna.

På nationell front är omorganiseringen av social-, hälso-, och sjukvården igen på tapeten. I vissa landskap har verksamheten redan överförts till gemensamma samkommuner, i Österbotten förbereds för fullt en frivillig integrering av tjänsterna, medan andra väljer att invänta den nationella lagstiftningen. Mycket är på gång och det kan vara svårt att bilda sig en uppfattning om helheten.

Trots detta tror jag att vi inom FDUV har ett gyllene läge att påverka nu när planeringsfasen är på gång. Vi behöver alltså använda vår framtidstro för att föreslå sådana konkreta lösningar, som vi vet att kan gynna alla personer med intellektuell funktionsnedsättning som behöver och vill ha service på svenska. För att kunna göra det måste vi kunna identifiera både styrkor och svagheter i de servicemodeller som finns, och föreslå hur de kan utvecklas.

Mikaela Björklund, ordförande

Foto: Sofia Jernström



Med mormor som familjens styrka

Att få familjepusslet att gå ihop är en utmaning för många, även i familjer där det inte finns barn med särskilda behov. Fyrabarnsfamiljen Mats och Sofia Elenius har hjälp av både far- och morföräldrar, men främst av mormor som bor sex kilometer från familjens hem i Purmo.

Det är en skön vinterdag. Solen lyser äntligen efter en mörk höst. Luften är passligt kall. Det finns snö, om än inte så mycket. I går var familjen ute på isen tillsammans. Snart tolvåriga **Hanna Elenius**, som har en funktionsnedsättning, njöt av att få sitta på sparkstöttingen.

– Det gick inte så fort. Jag glömde att ta med broddarna, så jag halkade hela tiden. Hanna tycker om då det går fort, säger mamma **Sofia Elenius**.

Hanna ler spjuveraktigt och lite blygt. ”Inte mormor” hade hon sagt då familjen förberedde sig för att komma iväg.

– Hon är van vid att hon ibland åker till mormor medan vi andra åker iväg på annat, säger Sofia.

– Även om hon tycker om att vara hos oss så vet hon ju aldrig vad det är för roligt som resten av familjen tänker hitta på. Det är lite för lugnt hos oss ibland, märker jag att hon tycker. Men vanligen vill hon ändå inte åka hem när hon hämtas senare, säger mormor **Kerstin Holmäng** och brister ut i skratt.

Vill hjälpa till ännu mer

Det märks att Kerstin är viktig för Hanna. Kerstin har två barn och nio barnbarn att fördela sin kärlek på. Hur hon ska räkna till är sällan något hon funderar över.

– Mer tänker jag på hur Sofia och **Mats** ska orka med allt i vardagen. Att jag borde kunna hjälpa till här mera. Och så undrar jag ibland om Hannas tvillingssystem Filippa blir den som får minst uppmärksamhet?

Hanna har en cp-skada till följd av en tvillingtransfusions-skada. Hon går med hjälp av en ”dallare”, ett stöd på hjul, och kommunicerar med enkla meningar och med hjälp av stödtecken. Hon är enligt mamma och mormor envis och vågar visa när hon är missnöjd.

Tvillingtransfusion förekommer hos 10–15 procent av enäggstvillingar som delar samma moderkaka. En förändring sker i blodcirkulationen så att det ena barnet får mer blod än det andra. Det kan utgöra fara för båda barnen, men nu var Hanna mer utsatt.

Redan på sjukhuset fick föräldrarna veta att det krävs en magnetröntgen då Hanna är ungefär en månad gammal för att utreda hjärnskadan. Hanna var lite mindre och åt långsammare som nyfödd, men i övrigt såg man inte så stor skillnad på tvillingflickorna. Därför kom det som en chock när magnetröntgen visade att stora delar av Hannas hjärna var förstörd.

Läkaren sa att Hanna kanske inte kan lära sig gå och att vi ska hoppas att hon lär sig kommunicera på något vis. Sofia upplever att Hannas tillvaro i

”

Mer tänker jag på hur Sofia och Mats ska orka med allt i vardagen. Att jag borde kunna hjälpa till mera.



Mormor Kerstin och Hanna spelar bland annat memory när de träffas.

dag är bättre än den uppskattades att bli. Men nog har familjen fått kämpa för fysio-, tal- och ridterapi.

– När flickorna var små erbjöds vi hemhjälp, men jag visste inte riktigt vad de skulle göra, utan tyckte att vi klarade oss med hjälp av far- och morföräldrar. Senare när jag började jobba klockan sju och tyckte att Hanna får onödigt lång dag om hon ska åka till skolan redan halv sju och komma hem först efter klockan femton hade jag gärna haft hemhjälp, men då det finns eftis och föris så ansåg jag oss inte vara i behov av det, säger Sofia.

Tur att mormor är morgonmänniska så att det inte var några problem för henne att komma tidigt på morgonen när det behövdes!

Olika åsikter om maten

Mormor är guld värd, men som i de flesta familjer har mor och dotter inte alltid samma åsikter om hur man uppfostrar barn.

– Hanna var först väldigt liten och smal. Plötsligt svängde det så att allt sätter sig på kroppen. Det gör att vi försöker hålla tillbaka och inte äta för mycket, men det håller inte alltid hos mormor, säger Sofia.

– Nej, jag vet att hon vanligen inte får en portion till hemma, men det händer att hon får det hos oss då hon ber om det, säger Kerstin.

Dessutom vet Hanna att morfar vanligen har choklad hemma.

Måste berätta själv

Det är inte alltid så lätt att be om hjälp eller ta emot den, men det fungerar ganska bra i den här familjen.

– Hanna har problem med sömnen ibland. Då det var som värst kunde jag önska att någon skulle erbjuda sig att hjälpa till. Fast jag förstår ju att ingen förstår om jag inte själv berättar hur det ligger till, säger Sofia.

– Jag å min sida förväntar ju mig att du säger till när du behöver hjälp. Därför frågar jag sällan, säger Kerstin.

Hos mormor en gång i månaden

Hanna är i korttidsvård ungefär en gång i månaden. Vid behov övernattar hon hos mormor och morfar däremellan. Då spelar de memory och lyssnar på barnvisor.

– Hanna har en egen Ipad för kommunikationens skull, men kan också med lite hjälp klicka sig fram på min platta till den musik och annat som hon vill ha, säger Kerstin.

Hanna har flera gånger åkt med familjen på slalomresor och hela familjen tältade på Åland för något år sedan.

– Hanna är känslig för ljud så vi övade först att sova i tält hemma på gården och sedan en natt till på en strand i närheten. Sedan bar det iväg, säger Sofia.

Det som ett specialbarn i en familj och släkt gör är enligt Sofia och Kerstin att man tar tillvara nuet bättre. Man ser guldkanterna i vardagen då man umgås tillsammans.

Text: Harriet Jossfolk-Furu

Foto: Kaj Lindh





Mormor Kerstin är en viktig person i Hannas liv.

Mamma Sofia, Hanna och mormor Kerstin trivs bra ihop.



Hanna är en glad och bestämd ung dam som vet vad hon vill.



Motion ger styrka i vardagen

Alla kan motionerna och den vägen träna upp sin styrka. Men de som har en funktionsnedsättning och ett stort stödbehov behöver extra hjälp för att röra på sig. För Anja Niskanen-Leskinen är det en hjärtesak att inkludera motion i Robin Pinomaas vardag.



Anja Niskanen-Leskinen uppmuntrar Robin Pinomaa att gå en bit till postlådan, men just i dag ville han inte.

– Det är viktigt att kunna backa om personen inte vill, säger Anja.

– En människa är menad att röra på sig. Det är ingen skillnad om man har ett handikapp eller inte.

Det säger **Anja Niskanen-Leskinen** som jobbar som handledare på Stjärnhem i Esbo. Till sin utbildning är hon idrottsinstruktör samt ungdoms- och fritidsledare. Dessutom är hon musiker. Hennes blandade bakgrund är en styrka och något hon utnyttjar i det dagliga arbetet. Hon vet bland annat berätta att det är mycket lättare att tvätta tänderna på en person med spasticitet om man samtidigt sjunger opera.

– AAAAAAA, exemplifierar hon med öppen mun. Så här brukar **Robin Pinomaa** göra när det blir dags för tandtvätt.

På Stjärnhem jobbar Anja numera i första hand med och för just Robin.

– Han har en stark personlighet, är öppen på ett speciellt sätt och har jättebra humor, berättar hon med värme.

Robin kommunicerar med gester, tecken, miner och enstaka ord och han vill snabbt bli bekräftad.

– Med Robin måste man vara 100 procent närvarande, man kan inte vara 96 procent. Då funkar det inte.

Motion kräver motivation

Hon beskriver Robin som en person som gillar action och nya saker, men att han också kan behöva tid för att ta till sig det nya. För att införa nya grejer måste man därför ha tålamod. Ett nej är kanske ett ja nästa gång. Det är också den principen hon följt när hon infört allt mer motion i Robins vardag. Robin sitter väldigt mycket och har en svaghet i benen.

– När något är svårt vill man undvika det. Så motiverandet är jätteviktigt.

Den egna inställningen till motion är avgörande. Anja berättar att hon själv måste röra på sig för att må bra.

Förutom att Robin och Anja besöker konditionssalen varje måndag så

bakar hon in motion i vardagens aktiviteter: I stället för att bli skuffad i rullstol kan Robin rulla själv. I stället för att ta sig till postlådan med rullstol kan Robin gå en liten bit. Hemma har Robin en stor grön gympamatta som de ofta tar fram och gör olika övningar på. Och saknar man en korgbollsställning kan man kasta boll i en tom tvättkorg. Det gäller att vara påhittig – och att använda humor. Exemplet ska heller inte underskattas. Robin gillar att se på sport och när han ser andra röra på sig kan han vilja göra likadant.

Det här betyder ändå inte att Robin alltid skulle vara med på noterna. När vi besöker honom på Stjärnhem vill han inte gå till postlådan och inte kasta boll. Men han visar några fina rörelser på sin gympamatta – en del av dem hittar han på där i stunden.

– Det här är kanske inte den bästa möjliga övningen, men helt okej. Det är en rörelse, säger Anja.

Hon konstaterar att det är bra att ha ett träningsprogram, men att det måste anpassas vid behov.

– Man ska motivera att det här är en bra "juttu", men lika viktigt är att kunna backa om personen inte vill. Det gäller att läsa situationen.

Hon betonar också att alla motionsformer och rörelser inte passar alla. Alla är inte lika, och alla dagar är inte lika. Man måste vara beredd att ändra så att det passar.

– Men morötter måste man ju ha!

Robin älskar spaghetti så det kan motivera honom att veta att de efter motionspasset lagar mat. Och får man en kompis med så blir gympan det en social grej. Robin tycker om att göra tillsammans.

Våga pröva!

Som tips till andra som vill uppmuntra och stöda personer med intellektuell funktionsnedsättning att röra på sig säger hon att man ska vara modig och pröva olika saker.

– Om de inte får hjälp att pröva på nya saker kan de inte veta om de gillar att göra det.

Dessutom påminner hon om att det vi ser inte alltid är sant.

– Det kan finnas mer förmåga än vad vi ser vid första ögonkastet, funderar hon filosofiskt och fortsätter sedan på sitt glada och pigga sätt.

– Hittills har det åtminstone funkade! Och då har jag jobbat med personer med mycket olika grader av intellektuell funktionsnedsättning.

Överlag kommenterar hon jobbet med att man måste ge av sig själv, då man arbetar med människor.

– En människa för en människa, det är grunden.

Text: Matilda Hemnell

Foto: Sofia Jernström

FDUV startar en motionskampanj i mars – läs mer på sidan 16

”

Man ska motivera att det här är en bra "juttu", men lika viktigt är att kunna backa om personen inte vill. Det gäller att läsa situationen.



Robin Pinomaa måste ha hjälm på grund av eventuella epilepsianfall. – Jag har tänkt att det måste vara otrevligt att ligga på gymmamattan med den på, säger Anja Niskanen-Leskinen. Men det hindrar varken honom eller henne från att försöka.

Anpassad motion = motion för alla

Personer med funktionsnedsättning behöver olika anpassningar för att kunna motionera. Soveltava Liikunta SoveLi arbetar för allas likvärdiga möjlighet till motion. Tack vare projektet Anpassad motion i tvåspråkiga kommuner har organisationen nu också verksamhet på svenska.

– Syftet är att djupgående utveckla den anpassade motionen i sex tvåspråkiga kommuner, berättar projektkoordinator **Lotta Nylund**. Kommunerna är Kronoby, Närpes, Kristinestad, Pargas, Kimitoön och Sjundeå. Därtill ska projektet sprida det man lär sig till andra tvåspråkiga kommuner.

Ett mål är att utveckla kommunernas samarbete med lokala aktörer. Bland annat DUV-föreningarnas verksamhet kunde lyftas fram mer i kommunens informationskanaler, funderar Lotta Nylund.

Förutom personer med funktionsnedsättning finns det många andra grupper som gagnas av anpassad motion, till exempel långtidssjuka, arbetslösa och invandrare.

– Femton till tjugo procent av finländarna behöver anpassad motion, säger Lotta Nylund.

Hon betonar att ledaren behöver kunskap för att göra motionen anpassad. Men anpassning kan också handla om att sänka avgifter och se till att utrymmen är fysiskt tillgängliga.

Separata grupper eller tillsammans med alla andra?

Det diskuteras mycket kring om det behövs separata motionsgrupper för personer med funktionsnedsättning eller om de ska motionera integrerat med alla andra. Lotta Nylund vill inte ta ställning för eller emot någotdera alternativet.

– Valet ligger inte hos oss utan hos den som ska delta. En del mår bra av att inkluderas i vanliga grupper, andra behöver vara i separata grupper.

Hon framhåller vikten av att lyssna på kommuninvånarna. Vad behöver de? Inom ramen för projektet har det gjorts en kartläggning. I den framkom att personer med funktionsnedsättning inte hittar grupper som passar dem och att informationen om olika möjligheter är bristfällig. Det kom också fram att väldigt många verkligen vill motionera mera och att många vill motionera i naturen. Här är den tillgänglighetsanpassade naturstigen i Jakobstad ett positivt exempel och Utegymp Sophie i Karis ett annat. Utegympet Sophie är specialplanerat för personer med funktionsnedsättning.



Lotta Nylund.

När man talar om anpassad motion gäller det mesta gruppmotion, men som begrepp omfattar det också motion som utövas enskilt. Många kan ändå behöva hjälp och sällskap med att motionera själv. Därför ordnar bland annat SAMS och Finlands Paralympiska Kommitté olika vänverksamheter.

Motion är roligt!

Många vet hur viktigt det är att motionera, men har ändå svårt att komma igång. När det handlar om personer med intellektuell funktionsnedsättning kan uppmuntran till motion också krocka med frågor om självbestämmande. Lotta Nylund betonar att man inte får tvinga någon, och understryker betydelsen av hur vi pratar om motion. Motion kan bakas in i personens vardag och göras till en social och rolig grej.

– I stället för att betona det hälsosamma kan man lyfta fram den där känslan man kan få av att röra på sig. Du får lättare att göra vardagssysslor, du kan få nya vänner och du blir gladare.

Text: Matilda Hemnell

Foto: SoveLi

Blomstra som individer

Personer med grava intellektuella funktionsnedsättningar är utsatta för förvaringsmentalitet. Servicesystemet är dåligt på att identifiera deras styrkor och erbjuder dem få möjligheter att blomstra som individer, visar professor Simo Vehmas forskning.

Simo Vehmas, professor i specialpedagogik vid Stockholms universitet, har i sin forskning följt med vuxna personer med grava intellektuella funktionsnedsättningar, eller flerfunktionsnedsättningar som det också kallas. Det handlar om personer med mycket begränsad kognitiv och verbal kapacitet.

De har ofta nedsatt hörsel och syn och eventuellt även andra nedsatta funktioner, samt medicinska diagnoser som epilepsi. De han följde med kommunicerade enbart genom ansiktsuttryck, beröringar och ljud. För att göra sig förstådda, behövde de konstant bli tolkade av människor i sin närhet.

Simo Vehmas har även studerat filosofi och verkat som professor i funktionshinderforskning vid Helsingfors universitet. Hans intresse för målgruppen väcktes ur filosofiska frågor om vad en människa är och vad som utgör ett gott liv. Inom den västerländska filosofin har man betonat människans kognitiva förmåga och enligt de definitionerna är personer med grava intellektuella funktionsnedsättningar inte människor. Dessutom saknades det forskning kring den här gruppen. Även inom funktionshinderforskningen är det här en förbisedd grupp.

– Den är förmodligen den mest marginaliserade gruppen både i forskning och i samhället, den har också minst möjlighet att dra nytta av socialpolitiska förändringar, säger Simo Vehmas.

Han riktar också en känga mot funktionshinderrörelsen som ofta talar om personer med funktionsnedsättning som en grupp som kunde leva som alla andra om de bara fick en chans. Men personer med grava intellektuella funktionsnedsättningar har mycket begränsad kapacitet till detta.

– Jag ville förstå hurdana liv de lever.

Isolerade opersonliga liv

Hurdana liv mötte Simo Vehmas i sin forskning? Resultatet är nedslående.

– Deras vardagsliv handlar helt och hållet om att anpassa sig till institutionens funktioner och rutiner. De lever socialt isolerade liv med få verkliga möjligheter till social interaktion.

De behöver stöd för kommunikation och interaktion, men på grund av personalbrist finns det få möjligheter till detta. Livet kretsar kring servicesystemet: livet i hemmet och på dagcenter. De rör sig ytterst sällan i offentliga miljöer och umgås bara med personal och anhöriga. Deras självbestämmande är så gått som obefintligt. Man kan säga att de lever smala, opersonliga liv. Deras liv är förutbestämda av deras funktionsnedsättningar och hur institutionerna bemöter deras existens, inte av deras personligheter.

– De är utsatta för en förvaringsmentalitet. Servicen handlar främst om att se till att de är mätta och rena, det är allt. Deras förmågor, intressen och personligheter beaktas inte, summerar Simo Vehmas.

Lyssna in och tolka

När han säger att servicesystemet inte är bra på att se individens styrkor och att det erbjuder få möjligheter att uppleva nya saker, menar han inte att alla vårdare gör ett dåligt jobb.

– I allmänhet är det inte vårdarnas fel, utan systemet är byggt på det sättet. Systemet uppmuntrar inte personalen att se styrkor.

Systemet fokuserar ofta på det medicinska. I officiella dokument och journaler finns diagnoser och medicinska uppgifter, men information om vem personen är saknas. Denna tysta kunskap besitter personalen ändå ofta. Men har personalen tid? Och vad händer då personalen byts ut? För att lyssna in personen och tolka

”

Den är förmodligen den mest marginaliserade gruppen både i forskning och i samhället.

hens gester och miner behövs tid, engagemang och tålmod. För att det ska bli bra måste personalen dessutom vilja engagera sig i andras sätt att uppleva världen och ha ett positivt sätt att tolka människor.

– En och samma aktivitet – en gest eller en min – kan tolkas som ingenting, eller som något meningsfullt, säger Simo Vehmas och efterlyser en välvillig tolkning.

Han konstaterar att vår uppfattning om människor och våra tolkningar av deras beteende tenderar påverka hur vi behandlar dem. Ser vi personer med grava intellektuella funktionsnedsättningar som statiska mottagare av vård eller som föränderliga subjekt med styrkor, drömmar och förhoppningar? Ger vi dem möjlighet till nya upplevelser och impulser? Försöker vi klura ut vem de är? Allt detta spelar roll.

– Till syvende och sist handlar det om hur vi ser på dessa människor, att det faktiskt handlar om riktiga människor, säger Simo Vehmas och konstaterar att vård inte är tillräckligt. Alla borde få blomstra som individer.

Text: Matilda Hennell

Foto: Alexandra Björkholm

Simo Vehmas talade på SAMS Funktionsrättsseminarium 2.12.2019



Simo Vehmas är professor i specialpedagogik vid Stockholms universitet. Tidigare har han bland annat fungerat som professor i funktionshinderforskning vid Helsingfors universitet.

Uppdrag: Trygga rätten till delaktighet

En ny arbetsgrupp ska se över lagstiftningen för att trygga rätten till delaktighet för personer med funktionsnedsättning i beslut som gäller dem själva. Arbetsgruppen är en följd av medborgarinitiativet Ingen marknadsvara och har ett viktigt uppdrag.

FDUV deltog aktivt i kampanjen kring medborgarinitiativet *Ingen marknadsvara!* (på finska *Ei myytävänä!*). Målet med medborgarinitiativet var att kommunerna slutar upphandla nödvändiga, livslånga stödtjänster för personer med funktionsnedsättning. De tjänster som erbjuds ska utgå från individuella behov och beakta personernas rätt till delaktighet och självbestämmande.

Medborgarinitiativet lyckades bra till den del att det samlade över 72 000 underskrifter, vilket innebar att riksdagen måste ta det till behandling. Riksdagen ansåg att de problem initiativet uppmärksammade var allvarliga och att de kräver åtgärder, men kom ändå att förkasta initiativet – det blev inga ändringar i upphandlingslagarna. Däremot godkände riksdagen tre uttalanden.

Enligt det första uttalandet ska statsrådet utnämna en expertgrupp som ska bedöma och bereda behövliga lagstiftningsändringar för att säkerställa delaktighet och rättsmedel för personer med funktionsnedsättning vid beslut som gäller dem själva.

I december tillsatte Social- och hälsovårdsministeriet *Arbetsgruppen för tryggande av delaktigheten för personer med funktionsnedsättning i funktionshindersservicen*, och som verksamhetsledare för FDUV är undertecknad en av medlemmarna.

Arbetsgruppens uppgift är att bereda förslag till bestämmelser om delaktighet för personer med funktionsnedsättning och rättsmedel i anslutning till valet av sätt att ordna service på. Målet är också att öka möjligheterna för personer med funktionsnedsättning att delta i beslutsfattande gällande deras service och stöd.

Arbetsgruppen ska komma med ett förslag i rapportform. Rapporten ska sedan användas då regeringspropositionen om lagstiftningen om funktionshinderservice utarbetas. Tidtabellen är stram; arbetet inleddes i januari och ska vara slutfört den sista maj.

Stöd i att fatta beslut

Arbetsgruppen är oerhört viktig för FDUV och dem vi jobbar för. Vi har nu en konkret möjlighet att påverka



hur personer med intellektuell funktionsnedsättning kan vara delaktiga i beslutsprocesser som berör deras service och stöd.

En av bristerna i lagförslaget om funktionshinderservice är att man inte lyft upp förfarings sättet *stöd i beslutsfattande* som en tjänst i lagstiftningen. Därmed riskerar vår målgrupp att inte på samma sätt som andra personer med funktionsnedsättning ha möjlighet att delta i beslutsfattandet.

Vi vet att personer med intellektuell funktionsnedsättning kan och ska få vara med och bestämma om ärenden som gäller dem själva, men att de kan behöva stöd för detta. Det kan ske på många sätt, bland annat genom assistans av närstående och med hjälp av olika alternativa och kompletterande kommunikationssätt.

Stöd i beslutsfattande borde garanteras som en tjänst, till exempel då man ska definiera personliga assistansens innehåll. Detta kommer jag att driva i arbetsgruppen.

Lisbeth Hemgård, verksamhetsledare

Foto: Sofia Jernström

Styrkekort hjälper oss se det fina i varje barn

Alla har vi våra styrkor, men ibland kan det vara svårt att komma ihåg att vi har dem. Styrkekort för barn kan vara till hjälp för att hitta sina egna styrkor eller att se dem hos andra.

Styrkekort för barn har detta enkla men viktiga budskap: alla barn förtjänar att få uppmärksamhet och beröm för styrkor de redan har och för de styrkor som de utvecklar varje dag. Produkten innehåller 40 illustrationer och 14 styrkepåståenden.

Styrkekorten används tidvis på FDUV:s familjekurser, till exempel då föräldrarna presenterar sig. Då har man placerat ut alla styrkekorten på bord och bitt föräldrarna att ta ett styrkekort för varje barn, både för barnen med funktionsnedsättning och för syskonen. Utgående från dessa har föräldrarna fått presentera sig och sin familj.

– Jag tycker det fungerar bra, för så får man också in det positiva, glädjen kring det som utmärker barnet på ett positivt sätt. Det är dessutom inte bara fokus på det barn som har särskilda behov utan även syskonet uppmärksammas, kommenterar **Camilla Forsell**, koordinator för FDUV:s familjearbete i Österbotten.

Korten kan också användas i programpunkter med barnen.



Text: Matilda Hemnell

Foto: Fredrika Nyqvist

Ny Lärumkatalog!

Bekanta dig med vår katalog för 2020. I den presenterar vi vårt utbud av specialpedagogiska verktyg och material. Här finns ett urval av nyheter och gamla favoriter!

Du hittar katalogen på Lärums webbplats larum.fi och hela utbudet finns också på shop.larum.fi.



Delta i FDUV:s motionskampanj – vinn priser!

FDUV startar en motionskampanj för att uppmuntra till fysisk aktivitet bland personer med intellektuell funktionsnedsättning. Kampanjen pågår tre månader, den 1 mars till den 31 maj. Man kan delta även om man missat starten; det går alltså bra att komma med också efter den 1 mars.

Kampanjen är utformad så att alla ska kunna delta och samla poäng jämlikt oberoende av stort eller litet stödbehov och tidigare motionsvanor. Vi vill inte att det krävs god förmåga att hålla reda på tid för att kunna fylla i blanketten. Därför får man en poäng för varje gång man motionerat, oberoende av hur länge man hållit på.

Bland alla som deltar lottar vi ut priser, bland annat presentkort, FDUV-paraplyn och tvål från Dermosil. Vi hoppas att DUV-föreningarna och Steg för Steg aktivt stöder kampanjen och uppmuntrar sina medlemmar att röra på sig och att delta i kampanjen. Den aktivaste föreningen i relation till antalet medlemmar premieras på förbunds kongressen i oktober.



Det är roligt att motionera tillsammans. På bilden stödpersonen Birgitta med Malin Rönblad och Robin Wester. Foto: Martina Uthardt

Så här deltar du i motionskampanjen:

1. Rör på dig aktivt, helst varje dag.
2. Fyll i blanketten när du har rört på dig. För varje gång du har motionerat drar du ett streck. Blanketten finns på sidan 25 och hittas också på fduv.fi/duvnat.
3. Skicka in din ifyllda blankett till FDUV senast 15.6.2020. Du kan skicka den in-skannad per e-post till matilda.hemnell@fduv.fi eller per post. FDUV betalar portot.



DERMOSIL



Ansök till FDUV:s sommarläger senast 29.2

Nu är det dags att ansöka om plats på våra sommarläger för personer med intellektuell eller liknande funktionsnedsättning. FDUV ordnar årligen cirka 25 sommarläger för barn, ungdomar, vuxna och äldre i Nyland, Åboland och Österbotten. Lägren samlar omkring 300 deltagare och 130 lägerledare.

Lägren är olika beroende på tema och målgrupp. Det övergripande temat för årets läger är natur.

Målet med våra läger är att erbjuda deltagarna kulturella och meningsfulla aktiviteter, nya upplevelser och avkoppling. Lägren erbjuder också gemenskap – en möjlighet att skapa nya kontakter och träffa gamla vänner. Lägren innebär dessutom värdefull avlastning för föräldrar och ger deltagarna träning i att vara borta hemifrån.

Läs mer i lägerbroschyren eller på vår webbplats och ansök om lägerplats senast den 29 februari på fduv.fi/lager.



Beatrice Wahlström ny ordförande för SAMS

Samarbetsförbundet kring funktionshinder – SAMS valde ny styrelse för 2020 på sitt höstmöte i november. Till ny ordförande valdes **Beatrice Wahlström** från FDUV. Hon är även viceordförande i FDUV:s styrelse.

Johan Sundholm från Förbundet Finlands Svenska Synskadade valdes till SAMS viceordförande. Som ny ordinarie medlem valdes **Martin Relander** från Finlands Svenska Handikappförbund, som vid årsskiftet bytt namn till Funktionsrätt med ansvar. I styrelsen fortsätter **Christer Rönnlund** från Psykosociala förbundet och **Lars Hedman** från Svenska hörsselförbundet. Styrelsemedlemmarna har även personliga suppleanter från respektive förbund.

SAMS är en intresseorganisation som arbetar för de finlandssvenska riksomfattande funktionshinderorganisationerna. Förbundets syfte är att främja och förverkliga jämlikhet och full delaktighet i samhället för personer med funktionsnedsättning. SAMS erbjuder bland annat juridisk rådgivning kring funktionshinderfrågor.

SAMS firar sitt 10-årsjubileum i år och som ett led i firandet har föreningen lanserat en ny webbplats med nytt grafiskt utseende och tagit i bruk en ny logotyp.



Överklagan av förvaltningsdomstolens beslut kräver tillstånd

Förfarandet för sökande av ändring hos högsta förvaltningsdomstolen i beslut om funktionshinderservice har ändrats, meddelar Social- och hälsovårdsministeriet.

En ny lag om rättegång i förvaltningsärenden trädde i kraft den 1 januari 2020. I och med den nya lagen får förvaltningsdomstolens beslut överklagas bara om högsta förvaltningsdomstolen beviljar besvärstillstånd.

Det nya är att det krävs besvärstillstånd också i ärenden som gäller service och stöd som kommunen har särskild skyldighet att ordna, som personlig assistans, serviceboende, dagverksamhet och färdtjänst. Samma förfarande gäller också i övriga beslut om funktionshinderservice. De grunder på vilka högsta förvaltningsdomstolen beviljar besvärstillstånd ändras däremot inte.

Klienten har också rätt att få sitt ärende behandlat av förvaltningsdomstolen på samma sätt som tidigare.

Mer information om hur man söker ändring i beslut om funktionshinderservice finns i Institutet för hälsa och välfärd – THL:s Handbok om funktionshinderservice: thl.fi/handbok-om-funktionshinderservice

Kurser och evenemang

FEBRUARI–APRIL I NÄRPES

Känslor och relationer

FDUV ordnar en kurs och en diskussionsgrupp om känslor och relationer. Kårkullas ledande psykolog **Anita Norrdahl** leder båda grupperna.

Kursen riktar sig till dig med lindrig intellektuell funktionsnedsättning. Under kurskvällen ska du alltså inte ha med dig dina föräldrar eller personal från ditt boende. Vi pratar om bland annat känslor, kroppen, pussar och kramar, pojk- och flickvänner och rättigheter. Kursen är avgiftsfri. Vi träffas i Närpes i Red & Green följande måndagar kl. 18–20: 17.2, 23.3 och 20.4.

Diskussionsgruppen riktar sig till dig som är förälder eller närstående till en person med funktionsnedsättning. Vi diskuterar känslor, relationer samt sex och samlevnadsfrågor. Du får råd om hur du kan stöda, ta upp till diskussion eller svara på frågor som kan kännas svåra. Diskussionsgruppen träffas i Folkhälsans samlingsutrymme följande tisdagar kl. 17.30–19.00: 18.2 och 24.3.

Mera information och anmälan: fduv.fi/kalender, annika.martin@fduv.fi, 040 567 92 57. Du kan delta antingen i en kväll eller flera.



Foto: Pixabay

7.3 KL. 12–16 PÅ FOLHÄLSANHUSET WASA I VASA

Den omtalade tystnadsplikten

Välkommen med på FDUV:s temadag om aktualiteter gällande olika boendefrågor, med fokus på bland annat den omtalade tystnadsplikten. Dagen riktar sig till anhöriga och boendepersonal. Vi ordnar verksamhet för barnen i närliggande utrymmen.

Vi får besök av jurist **Johanna Lindholm** som talar om tystnadsplikten ur ett juridiskt perspektiv. Vad får personalen säga eller inte säga gällande vuxna och minderåriga barn med intellektuell funktionsnedsättning vid korttidsenheter och boenden?

I evenemanget medverkar även **JAG Assistans** som är en av aktörerna gällande personlig assistans för personer med intellektuell funktionsnedsättning, och som nyligen etablerat sig i Österbotten. Vi får också information om **FPA:s kundråd** riktat till familjer med barn i åldern 15–18 år.

Mera information och anmälan senast 2.3: fduv.fi/kalender.



Foto: Pixabay

10.3 I HELSINGFORS, 25.3 I JAKOBSTAD OCH 30.3 I NÄRPES

Temakväll om den omtalade tystnadsplikten

Vi på FDUV får ofta frågor kring personalens tystnadsplikt. Därför ordnar vi nu temakvällar runt om i Svenskfinland med jurist **Johanna Lindholm** som talar om tystnadsplikten ur ett juridiskt perspektiv. Vad får personalen säga och inte säga gällande vuxna och minderåriga barn med intellektuell funktionsnedsättning vid korttidsenheter och boenden? Under våren ordnar vi även kvällar kring tystnadsplikt i Åboland och Raseborg (datum klarnar senare). Kvällarna riktar sig till anhöriga och boendepersonal.

Mera information och anmälan: fduv.fi/kalender.

MARS-MAJ PÅ MARTHAFÖRBUNDET I HELSINGFORS

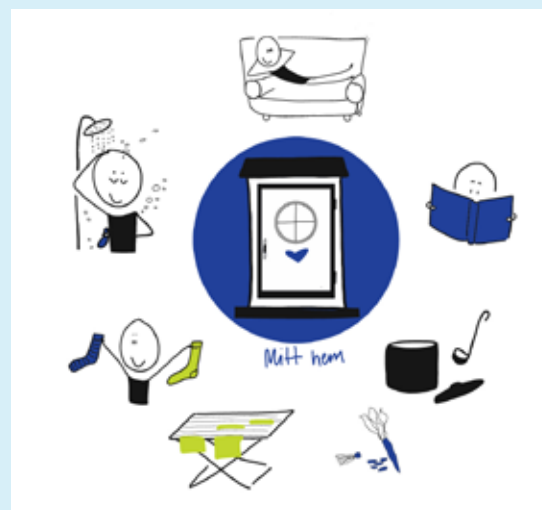
Kurs i flyttförberedelse

Kursen är för dig som behöver stöd i vardagen och som funderar på hur det är att flytta hemifrån. Oberoende av om du redan vet när du ska flytta eller bara drömmer om att flytta i framtiden, är du välkommen med på kursen. Det spelar ingen roll hur gammal du är, men du får gärna vara över 16 år.

Under kursen funderar vi på hur det är att flytta hemifrån och gör roliga uppgifter. Vi funderar på vad vi kan, vad vi behöver lära oss och vad vi behöver hjälp med. Vi lär oss också om pengar och att laga mat.

Kursen är ett samarbete med Marthaförbundet. Vi träffas i Marthaförbundets utrymmen på Medelhavsgatan 14 C följande måndagar kl. 16–19: 23.3, 6.4, 20.4 och 4.5.

Mera information och anmälan senast 11.3: nina.normann@fduv.fi, 040 508 51 10.



2–5.4 PÅ LOHJA SPA & RESORT I KARISLOJO

FamiljeKraftdagar

FDUV:s och Folkhälsans gemensamma FamiljeKraftdagar riktar sig till familjer med barn med särskilda behov som behöver extra stöd och struktur i vardagen. Vi erbjuder er en paus från vardagen och möjlighet att träffa andra i en liknande situation för utbyte av tankar och erfarenheter kring vardagspusslet.

För föräldrarna ordnar vi resursstärkande diskussioner med olika teman, medan barnen har eget program. För hela familjen blir det också inspirerande, avslappande och hälsofrämjande program såväl inomhus som utomhus – och det finns även tid för fritid och vila.

Familjedagarna är avgiftsfria, men antalet platser är begränsat. I er ansökan ska ni berätta om er familjesituation och era behov av återhämtning och stöd. Ni ska dessutom bifoga en rekommendation på angiven blankett.

Ansök senast 29.2: fduv.fi/kalender. Mera information: camilla.forsell@fduv.fi, 040 673 96 95.



Foto: Sofia Jernström

18–19.4 PÅ ALSKATHEMMET I KORSHOLM

Våga vila!

Välkommen på en helg med vila och återhämtning, du som är förälder till ett barn med funktionsnedsättning! Vi samlas och umgås, lär oss nytt, vilar och äter gott. Under helgen lär vi oss mer om naturens kraft och funderar över våra egna styrkor. Vi får också prova på yoga och njuta av vacker musik.

Helgen är ett samarbete mellan FDUV och Folkhälsan. Pris: 20 euro.

Anmälan senast 6.4: fduv.fi/kalender. Mera information: annika.martin@fduv.fi, 040 567 92 57.



Foto: Pixabay

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



Alla har egna styrkor

Steg för Stegs lokala grupper i Österbotten har under hösten haft träffar där vi diskuterade olika styrkor.

I grupperna har vi diskuterat vad det betyder att ha en styrka. En styrka är en positiv egenskap som man kan ha nytta av i vardagen och i livet.

Vi alla har styrkor, men ibland kan det vara svårt att komma ihåg att vi har dem! I våra grupper hade vi hjälp av styrkekort, ett kort per styrka. Alla fick välja två styrkor som de tycker att de har.

Sedan funderade vi gemensamt på vad just de styrkorna kan vara bra till. Här är ett plock ur workshopparna:

Eftersom jag är stark kan jag hjälpa andra.

Eftersom jag är vänlig kan jag lättare få vänner.

Eftersom jag är musikalisk har jag en rolig hobby.

Eftersom jag är påhittig så hittar jag på saker att göra.

Eftersom jag är modig vågar jag ställa mig framför en hel klass och prata.

Eftersom jag är humoristisk brukar jag skoja till det ibland.

Eftersom jag är trygg kan jag bo självständigt.

Eftersom jag är tålmodig kan jag ha en egen katt.



Ann-Catrin Maris är glad.



Carin Dahlström är humoristisk.



Frank Björklund är ansvarsfull.

Text och foto: Annika Martin



Maj-Lis Kaas är aktiv.



Roy Forsman är nyfiken.



Teresia Bergman är snäll.



Tobias Ståhlberg är kärleksfull.



Paula Häggblom är konstnärlig.



Ritva Sund är självständig.



Jonna Backlund är påhittig.



Toni Sparv är stark.



Marianne Lindén är positiv.

Ansök till FDUV:s sommarläger

Nu är det dags att ansöka om att få delta i FDUV:s sommarläger.

På lägren får deltagarna göra roliga saker, ta det lugnt och träffa gamla och nya vänner.

Läs mer om våra läger i lägerbroschyren. Lägerbroschyren borde du ha fått hem per post. Information finns också på webben på adressen fduv.fi/lager.

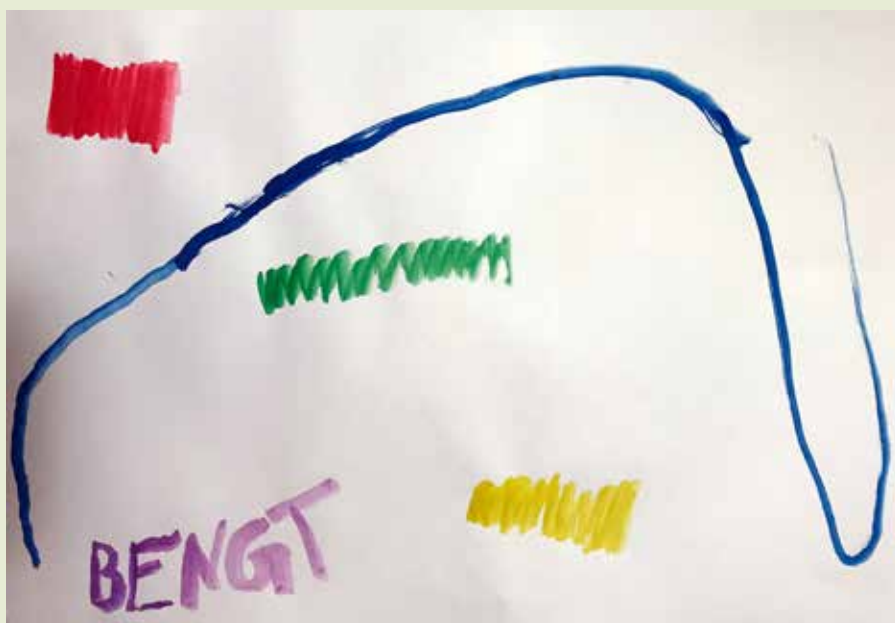
Om du vill delta i läger på sommaren ska du skicka in din ansökan senast den 29 februari på webben på adressen fduv.fi/lageransokan.

Du kan be om hjälp av någon då du ska fylla i din ansökan, till exempel din mamma eller din pappa eller någon i personalen.



En hälsning till GP:s läsare

Bengt Söderman har gjort en teckning. Med teckningen vill han hälsa till alla GP:s läsare.





Motion gör dig stark

Det är bra att motionera dagligen,
alltså att röra på sig varje dag.

Genom att motionera
får du starkare muskler och ben.
Du blir också starkare mentalt,
det vill säga du känner dig gladare
och orkar göra fler saker.

Därför är det bra att motionera

Om du motionerar:

- får du starkare muskler och ben
- klarar du bättre av att själv
göra vardagliga saker
som att klä på dig
och gå från ett ställe till ett annat
- är det lättare att hålla en vikt
som är hälsosam och lämplig för dig
- känner du dig gladare
och orkar göra fler saker
- får du bättre balans
- kan du få nya vänner
- hålls du friskare

Att inte röra på sig är dåligt för din hälsa.

Olika former av motion

Man kan motionera på många olika sätt.
Man kan till exempel promenera,
simma eller skida.
En del tycker om att gå till gymmet,
bowla eller spela fotboll.

Man kan också motionera
genom att ta trapporna i stället för hiss,
eller gå en bit
i stället för att röra sig med rullstol,
om det är möjligt.

Allt du gör där du rör på dig är bra,
till exempel att städa är bra motion.
Det är också bra att motionera mångsidigt,
alltså att röra på sig på många olika sätt.

En del behöver hjälp av andra
för att motionera,
eller för att hitta en motionsform
som passar en själv och som man tycker om.

Fråga vid behov om hjälp
av din familj eller personal!

Text: Matilda Hemnell

Foto: Julia Holmqvist



Det är roligt att motionera tillsammans. Foto: Martina Uthardt



Delta i FDUV:s motionskampanj – vinn priser!

FDUV startar en motionskampanj.

Vi vill uppmuntra personer med intellektuell funktionsnedsättning att röra på sig.

Kampanjen pågår tre månader, från den 1 mars till den 31 maj. Du behöver inte vara med från början, det går alltså bra att komma med i kampanjen också efter den 1 mars.

Bland alla som deltar lottar vi ut priser. Om du deltar kan du vinna bland annat ett presentkort, ett FDUV-paraply eller duschtvål.

Vi ger också ett pris till den förening vars medlemmar rört på sig mest. Därför ska du som vill delta i kampanjen berätta om du hör till en DUV-förening eller Steg för Steg.

Så här deltar du i motionskampanjen:

1. Rör på dig aktivt, helst varje dag.
2. Fyll i blanketten när du har rört på dig. För varje gång du har motionerat drar du ett streck. Blanketten finns här bredvid. Blanketten finns också på webben på adressen fduv.fi/duvnat.
3. Skicka in din ifyllda blankett till FDUV senast den 15 juni. Du kan skicka blanketten inskannad per e-post till matilda.hemnell@fduv.fi eller per post.

Adressen finns färdigt på baksidan av blanketten.

FDUV betalar portot, du behöver alltså inget frimärke.

Delta i FDUV:s motionskampanj



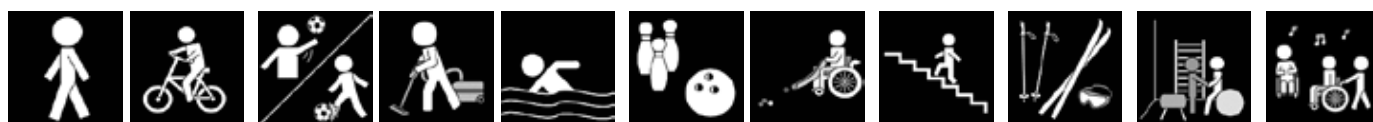
Kampanjtid 1.3–31.5.2020

Namn: _____

Vilken DUV-förening eller Steg för Steg är du medlem i? _____

Jag vill delta i utlottningen av priser: Ja Nej

Vill du delta i utlottningen av priser? Då ska du meddela din adress:



Dra ett streck i rutan för varje gång du motionerat, till exempel om du har promenerat, cyklat, kastat boll, städat, simmat, bowlat, valt trapporna istället för hiss, varit på fysioterapi eller deltagit i sittdans. Även andra motionsformer räknas. Huvudsaken är att du rör på dig.

MARS	Antal streck sammanlagt i mars
APRIL	Antal streck sammanlagt i april
MAJ	Antal streck sammanlagt i maj

Poäng totalt: _____

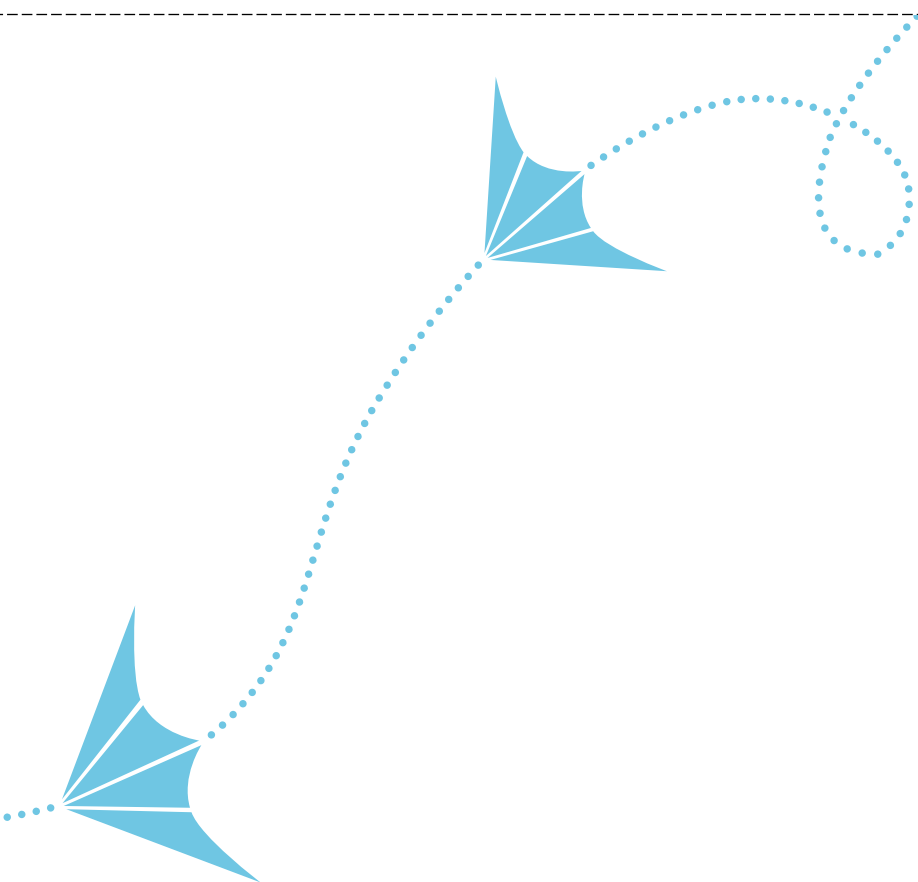
Skicka in din ifyllda blankett till FDUV senast 15.6.2020.
Du kan skicka blanketten per post
eller inskannad per e-post till matilda.hemnell@fduv.fi

Vastaanottaja
maksaa
postimaksun

Mottagaren
betalar
portot

FDUV / motionskampanj
Avtalskod 5020354
00003 SVARSFÖRSÄNDELSE

Vik här



STEG FÖR STEG • STEGFÖRSTEG.FI



Nytt från Steg för Steg

Förra året var det mest aktiva året för Steg för Steg någonsin. Aldrig har vi haft lika många evenemang och träffar som under år 2019. Sammanlagt hade vi 65 träffar eller evenemang under år 2019. Det är främst tack vare våra lokala grupper.

På våren ordnade vi en synlig riksdagsvalskampanj om rätten till lättläst information. Vi har deltagit i Prideparader, ordnat diskussionsträffar, deltagit i marknader och haft en lyckad Storträff i Pargas.

Våra lokala grupper kommer att vara aktiva också i år. De flesta av våra grupper har redan haft sin första träff och planerat vårens verksamhet.

Ny webbplats

Vi har förnyat vår webbplats, men adressen är den samma: www.stegforsteg.fi På webbplatsen kan du läsa om våra lokala grupper eller klicka på "kalender" för att läsa om kommande program.

På webbplatsen finns också alla videor som Steg för Steg har gjort de senaste åren. Gå in på webbsidan www.stegforsteg.fi/videor för att titta på dem.



Så här ser vår nya webbplats ut. Adressen är den samma som tidigare: www.stegforsteg.fi.

Kampanjen Vardagshjältar

Under våren kommer vi att ordna kampanjen Vardagshjältar. Med kampanjen vill vi lyfta upp välgörenhet och goda gärningar, alltså det att vi alla kan göra något bra. Det kan handla om att hjälpa din granne, besöka äldre på ett ålderdomshem, plocka skräp eller hjälpa till att samla pengar till Röda Korset. Kampanjen pågår mellan den första mars och den sista april.

Vi uppmanar alla våra medlemmar att delta i vår kampanj. Du kan delta antingen själv eller tillsammans med din lokala grupp. Skicka in ett foto eller skriv och berätta vad du har gjort för god gärning.

Du kan läsa mer om kampanjen och skicka in ditt bidrag på webbsidan www.stegforsteg.fi/vardagshjaltar



DUV I JAKOBSTADSNEJDEN • JAKOBSTAD.DUV.FI

Hej alla GP:s läsare!

Hoppas det nya året 2020 börjat bra för er alla. DUV-föreningen i Jakobstadsnejden avslutade fjolåret med traditionell julfest och fint luciabesök av Finlands lucia. Lucian Sara Ray med tärnor besökte Folkhälsan Östanlid 28.12.2019. Med i luciaföljet fanns också Tony, Mats, Lina, Rebecka och Irene.

Rebecka berättar att hon var så nervös att till och med läpparna skakade. Men också att det var ett minne för livet.

Våren kommer snart smygande med längre och ljusare dagar. Passa på att delta i program som ordnas i nejden. Kanske vi ses på familjedagen eller på vårens dansgala?

Hoppas du har något att se fram emot nu i vår. Sen kommer sommaren med alla härliga läger. Massor med kärlek till er ♥



Tony, Mats, Lina, Rebecka och Irene var med och lussade då Finlands Lucia med tärnor besökte Jakobstad.

Årsmöte

Föreningen håller årsmöte den 18 mars kl. 19. Välkommen till Jakobsgatan 37.

Dansgala 28.3 kl. 17-21

Vårens dansgala ordnas på Norrvalla i Vörå till tonerna av Tomas Fantz. Inträde 10 euro. Meddela Christina Mannfolk på DUV i Vasanejden, vasanejden@duv.fi, 050 543 45 56 om du vill åka med bussen från Jakobstad till Vörå.



Ralf och tomten delar ut paket på julfesten med rekordmånga deltagare. Julgröten räckte precis till alla 180 gäster.

DUV I VASANEJDEN • VASANEJDEN.DUV.FI

Program under våren**Biodag med middag lördag 29.2**

Filmen (vilken meddelas senare) börjar kl. 10.45 på Bio Rex. Efter filmen kl. 13 äter vi på Frans & Nicole. Välj vilken meny du vill ha på vår webbplats vasanejden.duv.fi och anmäl dig senast 20.2.

Disco för skolbarn torsdag 19.3

Discot för skolbarn med funktionsnedsättning är kl. 17.30–19.30 på Folkhälsanhuset Wasa. Samtidigt ordnas föräldraträff i kafferummet. Anmälningar senast 11.3. Anmälningar och förfrågningar till vasanejden@duv.fi eller 040 543 4556.

Läs om dansgalan vi ordnar här intill! →

DUV I NYKARLEBY • NYKARLEBY.DUV.FI

Program under våren 2020

21.2 och 20.3 kl. 18.30–20

Solglimten-samling i församlingshemmet med Malena Vesternäs. Kaffe/te och tilltugg 2 euro.

24.3 kl. 18.30

Årsmöte på Juthbacka i restaurangen. Kaffe/te och smörgås. Ingen avgift.

28.3 kl. 17–21

Vårens dansgala ordnas på Norrvalla i Vörå till tonerna av Tomas Fantz. Inträde 10 euro. Meddela Kerstin om du vill åka med.

9.4 kl. 18

Samling i församlingshemmet där vi äter något gott före vi går till Sankta Birgittas kyrka på skärtorsdagens passionsandakt. Servering 2 euro.

17.4 kl. 18.30–20

Solglimten-samling vid pingstkyrkan. Servering kaffe/te och tilltugg 2 euro.

18.4, start kl. 9.15

Simresa till Härmä Spa.

16.5 kl. 10–11.30

Terminsavslutning med bowling i Kronoby. Bussen startar kl. 9.15 från Nykarleby torg. Mat vid Neste Edsevö kl. 12. Anmälningar senast 10.5 till Kerstin, 050 528 66 09, kerstin.strengell@multi.fi. Pris 5 euro för alla medlemmar. Icke-medlemmar betalar sin matkostnad själv.



Katarina Häggman hade en utställning på stadsbiblioteket i Nykarleby i januari. Foto: Knutte Häggman



28 MARS 2020 KL. 17–21

Dansgala med Tomas Fantz

Välkommen på dansgala på Norrvalla i Vörå. Vi dansar till tonerna av Tomas Fantz. Pris: 10 euro. Vänskapskortet gäller!

DUV i Vasanejden ordnar buss från Vasa, Närpes och Jakobstad. Anmälan senast 23.3 till Christina Mannfolk på DUV i Vasanejden, vasanejden@duv.fi, 050 543 45 56.

Arrangör: DUV i Vasanejden. Dansgalan ordnas med stöd av Otto Malms donationsfond.

DUV I SYDÖSTERBOTTEN • SYDÖSTERBOTTEN.DUV.FI

Friluftsdag på Vargberget 7.3 (OBS! ny tid)

Kom med på friluftsdag på Vargberget kl. 13–14.30. Vi kör bland annat fyrhjuling och grillar korv. Anmälan senast 28.2.

Föräldrträff 12.3

Vi diskuterar bland annat hjälpmedel, färdtjänst och funktionshinderkortet. Familjestödjare Christina Mannfolk är inbjuden. Vi träffas på vänstugan Svalboet i Närpes kl. 18.30–20.30. Anmälan senast 5.3.

Dansgala 28.3 kl. 17–21 på Norrvalla i Vörå

Inträde 10 euro. Meddela Christina Mannfolk på DUV i Vasanejden (vasanejden@duv.fi, 050 543 45 56) om du vill åka med bussen från Sydösterbotten till Vörå.

Teater och middag på Wasa teater 18.4

Välkommen med för att se teaterpjäsen Månskensprinsen. Föreställningen börjar kl. 14. Efter teaterpjäsen äter vi middag på Restaurang Ernst Salonger. Du hittar meny och tidtabell på vår webbplats. Pris: 20 euro. Anmälan senast 18.3.

Valborgsdans i Dagsmark 2.5

Kom med på dans i hembygdsgården i Dagsmark kl. 18.00–20.30. Inträde: 10 euro. Anmälan senast 25.4.

Anmälningar till sydosterbotten@duv.fi.



Finlands Lucia besökte Närpes och Henrik, Malin, Magnus, Ann-Sofie, Jonna och Marcus från DUV i Sydösterbotten var med och lussade.

DUV PÅ ÅLAND • DUV.AX

Dagsresa till Allsång på Skansen

I augusti planerar DUV på Åland en bussresa till Stockholm och genrepet av Allsång på Skansen. Vi kommer att äta sommarbuffé i Sollidens matsal och får sedan sitta tillsammans för att njuta av artisternas uppträdanden på genrepet. Resan riktar sig till hela familjen.

Tid: tisdagen den 11 augusti, avfärd kl. 7.30 med Viking Lines Rosella och ankomst till Mariehamn kl. 23.20.

Pris: 80 euro per deltagare. I priset ingår buss- och båtresa, frukost, inträde till Skansen, sommarbuffé och sittplats vid scenen för genrepet.

Anmälan: senast den 15 juni per telefon 018 527 371 / 018 527 372 eller per e-post: susan.enberg@handicampen.ax. Din anmälan är bindande. Meddela dina personuppgifter och eventuella matallergier då du anmäler dig.

Vid resan är det viktigt att du har ett giltigt identitetsbevis och egen reseförsäkring. Du som behöver personligt stöd ska ha en egen följeslagare/personal med på resan.



Sanna Nielsen leder allsången på Skansen.

Foto: Jan Danielsson/SVT

DUV I VÄSTNYLAND • VN.DUV.FI

Hälsningar från Västnyland

Efter en fartfylld, lyckad höst med lyktståg till jul-festen, tomtestig på Malmbäcka och teaterbesök på Unga teatern under mellandagarna, fortsätter våren minst lika fartfyllt:

- 15.2 går Vändagsfesten av stapeln
- 21.3 inleder Amazing Västnyland sina utfärder
- 28.3 blir det vårutfärd
- 18.4 Fork-konsert (anmälningstiden har tyvärr gått ut)
- 19.4 Vårutfärd i Västnyland
- 17.5 Vårfest- och avslutning med SamSimon på Ramsholmen!

Förutom ovanstående program kör kaffeklubben sitt race och sportklubben både bowlar och rör på sig hit och dit. Dessutom övar Trixstar, vårt band med kör, varje måndag och sånggruppen Showstar, varannan torsdag. Teater Magnitude slipar på det sista före föreställningarna. Vårt detaljerade program hittar du på vår webbplats under fliken verksamhet.



Foto: Fredrica Degerth

Askungen med Teater Magnitude

Teater Magnitude ger sin egen version av Askungen enligt följande:

- torsdag 5.3 kl. 19 premiär
- lördag 7.3 kl. 16
- söndag 8.3 kl. 16
- torsdag 12.3 kl. 19
- lördag 14.3 kl. 16
- söndag 15.3 kl. 16

Emma Kullberg är regissör och Ida Flemmich producent. Bokningar kan göras via info@teatermagnitude.net, biljetterna kostar 15 euro för vuxna och 10 euro för barn och studerande. Mera info på www.teatermagnitude.net

Hoppas så många som möjligt kommer och se denna ljuvliga föreställning!

Följ oss också på Instagram!



DUV I MELLERSTA NYLAND • MELLERSTANYLAND.DUV.FI

Nytt år och nya evenemang! Under vårvintern kommer vi att besöka TryckeriTeatern i Karis för att se Teater Magnitudes pjäs Askungen. En rolig nyhet är att den populära karaoken börjar igen! Läs mera om det i nästa DUV Vingen info som utkommer i början av mars.

Vi ska också gå på KeMut2020 som arrangeras av vår finskspråkiga systerförening i Helsingfors, Kehitysvammatuki 57. På KeMut uppträder flera artister med olika funktionsnedsättningar. I år arrangeras KeMut för 48:e gången och det är ett av de största evenemangen i Finland för personer med intellektuell funktionsnedsättning. Här kan vi alla uppleva fina saker och träffa nya vänner! KeMut2020 arrangeras 7.3 kl. 14–18.

Vi har gjort ett fint klubbhäfte med uppgifter om alla våra klubbar – totalt 16 nu på våren! Du kan läsa häftet på vår webbplats.





ROCKA SOCKORNA

”

Jag vill vara med och hylla olikheter och bygga ett samhälle där alla känner sig välkomna. Vi ska bli bättre på att stöda och hjälpa människor med intellektuella funktionsnedsättningar och ge dem de redskap de behöver för att utvecklas och må bra. Tillsammans kan vi förändra attityder och skapa en miljö där allas lika värde prioriteras.

– **Tim Sparv**

kapten för Finlands herrlandslag i fotboll och #rockasockorna-ambassadör



Rocka sockorna med oss på Världsdagen för Downs syndrom 21/3!

#finlandrockarsockor fduv.fi/rockasockorna

Kampanjen är ett samarbete med Svenska Downförbundet.