



FUB

Stockholms län

Nummer 1 2023

LÄNET RUNT



I detta nummer

- 2 Länsförbundet FUB Stockholms län
- 3 Ung i FUB Stockholms län
- 3 Årsmöte med FUB Stockholms län
- 3 Temakväll om minskade LSS-insatser
- 4 Ordförande har ordet
- 5 Kontaktuppgifter FUB Stockholms län
- 5 Lokalföreningar i Region Stockholm
- 6 Runt Länet: FUB Botkyrka-Salem
- 7 Runt Länet: FUB Huddinge
- 8 Runt Länet: FUB Norrtälje
- 8 Runt Länet: FUB Sigtuna
- 8 Runt Länet: FUB Sollentuna-Väsby
- 9 Runt Länet: FUB Södertälje-Nykvarn
- 10 Besök hos Hallunda Dagliga Verksamhet
- 12 Samverkan över kommungränser
- 13 Inre Ringen Stockholms län
- 13 Med ungdomarna i fokus
- 14 Runt Länet: FUB Stockholm
- 17 Runt Länet: FUB Södra Roslagen
- 18 Rörelseglädje
- 20 Danser våren 2023

Ansvarig utgivare: Harald Strand

Redaktör och formgivare: Johan Jarl

Omslagsbild: Karin Törnblom

Tryck: AMO-Tryck AB

Upplaga: 3 000 exemplar

ISSN: 1653-1566

Red. förbehåller sig rätten att redigera insänt material och fråntar sig allt ansvar för annonser.

Annonspriser från färdigt material

Inlaga 4-färg

1/1-sida	1/2-sida	1/4-sida
4 900 kr	2 900 kr	1 900 kr

Prenumerationspris

Prenumeration fysisk tidning: 350 kr/år

Prenumeration digital tidning: 100 kr/år

OBS! Just nu är det *gratis* för dagliga verksamheter att prenumerera på Länet Runt.
Anmäl intresse till: stockholmslan@fub.se

FUB Stockholms län

Postadress: Box 1386, 172 27 Sundbyberg

Besöksadress: Landsvägen 50 A, 4 tr., Sundbyberg

Telefon: 08-546 404 33

E-postadress: stockholmslan@fub.se

Hemsida: www.fub.se/lokal/fub-stockholms-lan/

Facebook: www.facebook.com/fubstockholmslan

Kanslipersonal

Telefon: 08-546 404 33 (växel)

Johan Jarl

Kansliansvarig och ekonomi

E-post: johan.jarl@fub.se

Karin Törnblom

Ombudsman

E-post: karin.tornblom@fub.se

Företrädare för FUB Stockholms län i externa arbetsgrupper:

Habilitering & Hälsa

Eva Flygare Wallén, eva.f.wallen@gmail.com

Maj-Britt Lind, majbritt_lind@hotmail.com

Funktionsrätt Stockholms län

Styrelse

Maj-Britt Lind

Eva Flygare Wallén

Färdtjänst Resursgrupp

Åse Johansson-Kristiansen,

ase.johanssonkristiansen@gmail.com

Arbetsmarknadsgruppen

Bengt Lyngbäck, bengt.lyngback@icloud.com

Digitalisering

Eva Flygare Wallén

Locum AB

Eva Söderbärj, esoderberg@gmail.com

Preliminär utgivningsplan Länet Runt 2023

Nr	Material	Preliminär utgivning
2	Vecka 16	Vecka 21
3	Vecka 34	Vecka 39
4	Vecka 43	Vecka 48

Ung i FUB startar i Stockholms län

FUB arbetar för att personer med intellektuell funktionsnedsättning ska leva ett gott liv.

Ung i FUB är ett ungdomsnätverk för FUB:s medlemmar mellan 15-30 år.

Nu startar vi en ungdomsgrupp i Stockholms län! Om du inte är medlem i FUB men vill vara med så går det bra att bli medlem.

Vi träffas sista onsdagen varje månad.

På första mötet kommer vi att planera vårens träffar och vad vi vill göra tillsammans.

Plats: St. Göransgatan 82A.

Tid: 18:00 - 19:30

Har du frågor eller vill anmäla dig, kontakta Karin Törnblom:

E-post: karin.tornblom@fub.se

Telefon: 08-400 612 61

(telefonid måndag-torsdag 9.00-17.00).

Årsmöte/ombudsmöte 2023 med FUB Stockholms län

FUB Stockholms län håller årsmöte/ombudsmöte lördagen den 25 mars 2023.

Plats:

Årsmötet kommer att hållas i våra lokaler hos Funktionsrätt Sverige, Landsvägen 50A i Sundbyberg. Lokalen ligger några minuters promenad från tunnelbana, pendeltåg och tvärbana.

Tid:

Mötet inleds klockan 10.00.

Kaffe och fika serveras från klockan 9.30.

Mötesordförande är i år Marcus Nilsson, föreningsutvecklare hos Riksförbundet FUB.

Er lokalförening utser de ombud som får delta. Intresserad av att komma? Hör i så fall av dig till din lokalförening!

Sista anmälningssdag för ombud är den 17 mars.

Tematräff i Stockholm 15/3 om minskade LSS-insatser

3

Har du erfarenhet av att ha blivit nekad LSS-insats eller blivit avrådd att ansöka om en insats? FUB vill gärna ta del av dina erfarenheter. Onsdagen den 15 mars, klockan 17:30-20:30, bjuder Riksförbundet FUB in till en tematräff i samarbete med FUB Stockholms län. Lokal: centralt i Stockholm. Se anmälningsslänk nedan!

Riksförbundet FUB genomför under våren 2023 en granskning av vad som ligger bakom att flertalet LSS-insatser har minskat under de senaste 10 åren. Detta samtidigt som befolkningen har ökat med 10 procent. Totalt kommer FUB anordna fem tematräffar på olika platser i landet. Under tematräffarna kommer vi i workshopform samla in deltagarnas erfarenheter av att ha blivit nekad/fått minskad LSS-insats eller av att ha blivit avrådd att ansöka. En workshop per tematräff kommer vara anpassad för medlemmar med IF. De samlade erfarenheterna kommer användas i FUB:s intressepolitiska arbete.

Med på tematräffen finns också Rebecka och Marcus som arbetar som föreningsutvecklare på riksförbundet. De kommer prata om frågor som är särskilt viktiga för medlemmarna och för er som är engagerade i en styrelse.

FUB bjuder på kaffe/te och matig macka. Deltagande i tematräffen är gratis, men FUB betalar inte för resa och eventuell övernattnig.

Träffen görs i samverkan med ABF.

Anmälan senast den 8 mars:

www.fub.se/kalender/

[tematraft-i-stockholm-om-minskade-lss-insatser/](#)

På eftermiddagen håller även Inre Ringen Stokholms län sitt årsmöte .

Har du frågor eller är du intresserad av att engagera dig i FUB Stochlms län? Hör i så fall av dig till kansliet:

stockholmslan@fub.se

Ordförande har ordet

Alla behövs!

Vi har drabbats av att flera av våra lokalföreningar har svårt att få ihop medlemmar till sina styrelser. Det är väldigt olyckligt då vi behövs för att försvara våra medlemmar ute i kommunerna.

Vi ser att våra medlemmar blir undanskuffade till ett liv som är långt från "ett liv som alla andra med goda levnadsvillkor". I takt med att kommunernas ekonomi nu blir sämre så sparar man på grupper som är små och vars röst inte hörs.

Ansvarat hamnar då på oss som kan protestera och göra de osynliga synliga. Vi som kan måste kämpa för alla dessa! Ställ upp!

Politiker har blivit populistiska, det vill säga arbetar med det som syns mest och som gynnar dem själva politisk och ekonomiskt. Vår grupps ekonomi blir sämre medan politikers blir bättre.

FUB:s rapport "Fångad i fattigdom" borde vara obligatorisk läsning som ögonöppnare för alla politiker och ansvariga myndigheter, samt för alla andra som bryr sig om vår grupp.

Jag ser med oro på att det normala har blivit att avslå insatser, även de som personer har haft i många år. Och insatser i LSS som tidigare var självklara, som boende, om man tillhörde gruppen.

Vi har fortfarande möjlighet att föra vår talan genom paragraf 15.7 i LSS. Det har blivit ett måste. En lokalförening kan kräva detta av sin kommun. Kom ihåg att kommunen inte kan säga nej. Läs om detta på LSS-skolan 2023 på HejaOlika.

Den enskilde med hjälp av god man, har möjlighet och rätt att föra sin talan inför nämnden i ett pågående beslutsärende. Acceptera inte ett nej!

Den enskilde med minst en LSS-insats har rätt till Individuell Plan enligt paragraf 10 i LSS. Kunskapen om just detta och LSS överhuvudtaget är numera dålig hos ansvariga i kommunerna. Läs även om detta i LSS-skolan 2023 på HejaOlika.

Vi som orkar måste ha tid att hjälpa våra medlemmar till det goda liv LSS utlovar.

Foto: Linnea Bengtsson



Ställ upp!

Harald Strand
Ordförande FUB Stockholms län
harald.strand@telia.com

Länkar

Läs eller ladda ner 2023 års utgåva LSS-skolan på HejaOlika:

hejaolika.se/artikel/varsagod-nu-finns-lss-skolan-som-e-bok-och-for-utskrift/

Läs senaste Fångad i fattigdom på Riksförbundet FUB:s hemsida:

fub.se/wp-content/uploads/2022/04/fangad-i-fattigdom-2022.pdf

Kontaktuppgifter FUB Stockholms län

STYRELSE 2022

ORDFÖRANDE

Harald Strand, FUB Botkyrka-Salem
harald.strand@telia.com, 070-984 84 85

VICE ORDFÖRANDE

Torbjörn Dacke, FUB Stockholm
torbjorn.dacke@outlook.com, 072-531 01 02

LEDAMÖTER

Jörgen Johansson, FUB Södra Roslagen
jorgen.johansson@nui.se, 070-754 08 53

Åse Johansson-Kristiansen, FUB Botkyrka-Salem
ase.johanssonkristiansen@gmail.com, 070-866 11 76

Annette Lack, FUB Stockholm
annette.lack@ifmetall.se, 070-584 94 83

Pär Lindblad, FUB Sigtuna
par.lindblad74@gmail.com, 073-063 58 00

Bo Nilsson, FUB Lidingö
bonilsson91@gmail.com, 070-473 57 61

SUPPLEANTER

Lennart Bäck, FUB Sollentuna-Väsby
lennart_beck@outlook.com, 070-984 78 56

Olle Jirving, FUB Stockholm
ollejirving@outlook.com, 070-271 91 38

Claes Lindahl, FUB Lidingö
claes.lindahl@icloud.com, 070-8367528

INRE RINGEN STOCKHOLMS LÄN 2022

ORDFÖRANDE

Jens Persson, FUB Stockholm
roslagsbanan2020@gmail.com

LEDAMÖTER

Lennart Bäck, FUB Sollentuna-Väsby

Catharina Källström, FUB Nacka-Värmdö

Lena Virgin, FUB Södra Roslagen

Stefan Westerdahl, FUB Botkyrka-Salem

ERSÄTTARE

Elham Aghababa, FUB Södra Roslagen

Olle Jirving, FUB Stockholm

Yngve Nilsson, FUB Sollentuna-Väsby

Kontaktuppgifter Lokalföreningar

5

BOTKYRKA-SALEM

Ordförande: Ylva Berglund
070-722 21 14, ylvaberglund@bredband.net

HUDDINGE

Ordförande: Ann-Charlotte Norling
070-699 86 08, ann-charlottenorling@telia.com

JÄRFÄLLA-UPPLANDS-BRO

Ordförande: Anna-Karin Jendert
ak@valideringsforum.se

LIDINGÖ

Ordförande: Anna Berglund
070-440 39 19, anna.berglund@apona.se

NACKA-VÄRMDÖ

Ordförande: Katarina Berggren
070-415 57 78, katarinaberggren72@telia.com

NORRTÄLJE

Ordförande: Ingrid Landin
070-237 61 06, landiningrid@gmail.com

SIGTUNA

Ordförande: Jan Olson
073-983 52 85, jangolson.1@gmail.com

SOLLENTUNA-VÄSBY

Ordförande: Ulrika Lindgren
073-707 18 05, ulrikalindgren@yahoo.com

STOCKHOLM

Ordförande: Torbjörn Dacke
072-531 01 02, torbjorn.dacke@outlook.com
Kansli:
08-600 16 74, kansli@fubstockholm.se

SÖDERTÄLJE-NYKVARN

Kansli:
Åsa Landin
08-550 352 69, fub.sodertalje.nykvarn@outlook.com

SÖDRA ROSLAGEN

Ordförande: Jörgen Johansson
070-754 08 53, jorgen.johansson@nui.se

Runt Länet

FUB Botkyrka-Salem

Årsmöte

Vi kommer att hålla årsmöte den 4 mars klockan 14.00 i ABF:s lokaler på Hallundavägen 26 i Hallunda.

Klubb 30+

Klubb 30+ har kommit igång efter jul. Vi har träffar onsdagar klockan 18.00 till 20.00. Även dessa möten hålls i ABF:s lokaler på Hallunda vägen 26 i Hallunda.

Sista datumet innan sommaren är den 14 juni.

Ylva Berglund
Ordförande FUB Botkyrka-Salem
ylvaberglund@bredband.net

Klarateamets historia

Klarateamet startade 2007 som ett samverkansprojekt mellan Botkyrka Kommun och dåvarande Stockholms läns landsting.

Syfte var bland annat att identifiera hur många familjer det fanns inom socialtjänsten där en förälder eller båda föräldrarna hade en intellektuell funktionsnedsättning. Ett ytterligare syfte var att ta fram nya arbetssätt och metoder som är mer anpassade efter målgruppen och deras specifika behov.

Klarateamet idag

Klarateamet är idag en del av Öppenvård barn som består av två familjebehandlare, två familjestödjare samt en arbetsledare/familjebehandlare. Arbetet har sin grund i och hämtar kunskap från Samverkan, Utveckling och Föräldraskap (SUF) i Uppsala. Verksamheten är implementerat i ordinarie verksamhet sedan år 2019.

Klarateamet vänder sig till familjer med barn 0-18 år, där en eller båda föräldrarna har ett intellektuellt funktionshinder, neuropsykiatriska funktionshinder, psykisk ohälsa med eller utan fastställd diagnos. Målgruppen har kognitiva svårigheter som har en märkbar påverkan i deras föräldraskap och i vardagen. Personer med dessa svårigheter behöver ofta ett konkret, långsiktigt och omfattande stöd i vardagen.

Kognitiva svårigheter – vad är det?

Den kognitiva förmågan omfattar de tankefunktioner som hjälper oss att inhämta och bearbeta information och kunskap. Kognitiva svårigheter kan visa sig bland annat inom områden som konsekvenstänkande, kommunikation och förmåga att sätta barnet i främsta rummet. Det kan också innebära att man kan ha problem med planering, struktur, minne, abstrakt tänkande, att läsa, att skriva och att räkna. Kognitiva svårigheter är ofta en "osynlig funktionsnedsättning" och det kan vara först i stressituationer som svårigheter blir tydliga. De kognitiva svårigheterna varierar från person till person.

Klarateamets insatser

Klarateamet stödinsatser syftar till att skapa en så stor självständighet som möjligt för familjerna. De arbetar mestadels hembaserat med familjestöd med inkluderat nätverksarbete. De kan variera och matcha dessa insatser i både omfattning och typ av insats utifrån familjens behov. De ger socialpedagogiskt stöd, praktiskt stöd och samtalsstöd.



Lång ifrån lagom

- Klarateamet i Botkyrka-Salem

Klarateamet är del av öppenvården för barn och ligger på Hallundavägen 26. Maj-Britt Lind från FUB Botkyrka-Salem har representerat projektet från starten. Först från länsförbundet FUB och sedan från lokalföreningen FUB Botkyrka-Salem, när projektet avslutades och Botkyrka kommun tog över verksamheten.

Här kommer lite information om projektet.

Teamet har ett uppbyggt samarbete med psykologiska institutionen på Stockholms universitet, som bedriver forskning inom målgrupperna. Teamet använder sig bland annat av ett hembaserat strukturerat föräldrastödsprogram och strukturerade samtal med tydligt syfte och mål. Även motiverande samtal tillämpas. Strukturerad kartläggning av föräldraförhållanden under utredningstiden genomförs.

Ett av de verktyg som används är bildstöd. Detta för att tydligt strukturera och planera vardagen hos familjerna. Social färdighetsträning, fotodokumentation och rollspel är andra tekniker som tillämpas.

Utflyttad verksamhet och gruppverksamhet

Klarateamet bedriver utflyttad verksamhet vid alla lov tillsammans med Kultur- och fritidsförvaltningen. Teamet bedriver även själva aktiviteter under sommarlovet, där de gör aktiviteter tillsammans med familjer i syfte att stärka föräldrars egna förmågor till att själva göra aktiviteter med sina barn.

Kontakta Klarateamet:

Pia Eriksson

Abetsledare/familjebehandlare

070-8892049

FUB Huddinge



Julfest med styrelsen och Linda Rapp på scen.

Detta har hänt i Huddinge

En fredag i december hade vi julbord och dans. Många hade anmält sig till att komma och äta god julmat, dansa, sjunga och träffa sina vänner. Som vanligt stod Linda Rapp och Company för sång och musik. Det är så roligt att många vill komma till oss när vi har dans på ABF-huset.

Det sista som hände på kvällen var att artisten Linda bad oss i styrelsen att komma upp på scenen där hon tackade oss för allt arbete som vi gör, både med alla danser, och allt annat som vi gör i styrelsen. Vi fick också dansa loss tillsammans med Linda och Staffan på scenen.

LSS-samverkan har kommit i gång. Vi träffade verksamhetschefen och utvecklingsledaren inom Funktionshinderomsorgen som det nu heter i Huddinge. Ännu en omorganisation, men vi hoppas att det blir bra. Första mötet blev en introduktion där vi ska prata om hur vi ska arbeta vidare, vilka frågor som vi ska ta upp etc.

Det kommer att bli 4 möten per år.

I år kunde vi äntligen ha vår Julgransplundring igen! Det var några år sedan senast på grund av pandemin, men nu var det dags igen. En söndag i januari dukade vi upp i Klockargården med kaffe, saft och kakor. Det blev lotterier och dans kring granen tillsammans med dansgruppen Vargarna, som även hade en dansuppvisning för oss. Tomten kom också förstås.

Vi har bjudit in kommunstyrelsens ordförande för en träff med oss. Vi ska då berätta vad FUB är och hur vår verksamhet i Huddinge ser ut.

Även andra politiker kommer att bjudas in till oss där vi presenterar oss.

Vi har bildat en "skolgrupp". Vi kommer att gå ut till gymnasieskolorna med anpassad skolgång i Huddinge under våren. Även där ska vi presentera oss i FUB Huddinge och berätta om vad vi gör. Vi hoppas även att de vill bli medlemmar. Vi har gjort en folder om FUB Huddinge som vi delar ut tillsammans med material från FUB.

Vi börjar med gymnasieskolorna och planerar att senare träffa elever samt deras föräldrar som går i grundskolan.

Du vet väl att du kan hitta mycket information på vår hemsida? Bland annat information om vilka dagar det är dans.

På sista sidan i den här tidningen kan du se vilka datum och vilka orkestrar som spelar i vår.

Catharina Björkander, FUB Huddinge
bjorkander@gmail.com

Runt Länet

Dans i Huddinge våren 2023

Adress: ABF-huset, Kyrkogårdsvägen 2, Huddinge

Tid: Klockan 18.30 – 21.00

Inträde: 120 kronor för medlemmar i FUB och 150 kronor om du inte är medlem. Ledsagare betalar ingen entréavgift.

Glöm inte medlemskortet. Ha gärna jämna pengar eller Swish.

Innan besök på danser, besök hemsidan och läs vad som gäller: www.fub.se/lokal/fub-huddinge

För datum - se baksidan på denna tidning.

Arrangeras av FUB Huddinge i samarbete med ABF Huddinge.

För mer information, kontakta Ann-Charlotte

Norling: 070 699 86 08 eller

huddingefub@gmail.com

FUB Norrtälje

Årsmöte 2023

FUB Norrtälje håller årsmöte lördagen den 4 mars.

Plats: Kommunhuset

Tid: klockan 11.00-13.00

Vi bjuder på smörgåstårter och kaffe.

Ni behöver inte anmäla er i förväg.

Ordförande är Bengt Eriksson.

Sång och musik med Ola Pettersson.

Välkomna!

Ingrid Landin

Ordförande FUB Norrtälje

FUB Sigtuna

FUB Sigtuna har efter många års vädjan till kommunen, i samband med samverkansmöten, bett dem att slopa kostnaden för turbundna resor till och från daglig verksamhet.

Till vår stora glädje har äntligen vår kommun hört sammat vår vädjan och kommer från och med 2023-01-01 att slopa avgiften för turbundna resor för vår personkrets i kommunen.

Styrelsen, FUB Sigtuna

FUB Sollentuna-Väsby

Detta har hänt sedan förra numret av Länet Runt:

Den 19 november var det Funkismässa i Upplands Väsby. Väsby kommun, företag och föreningar visade sina verksamheter och vi från FUB knöt kontakter och berättade om FUB.

Personal från boenden visade stort intresse för våra skrifter om kost och motion.

Julgransplundringen, som vi har tillsammans med FUB Sigtuna, inträffade den 15 januari. Glädjen var stor, när vi efter tre år äntligen kunde dansa ut julen med fika, lotteri och godispåse.

Vad händer nu?

Jo, vi har årsmöte tisdagen den 7 mars klockan 18.00. Denna gång träffas vi i Upplands Väsby på restaurang Himmel & Pannkaka med adress: Dragonvägen 88-90 vid Väsby centrum.

Vi hoppas att det blir många, som kommer på årsmötet. Vi kommer att starta mötet med musikalsånger av Teater Satelliten. Någon rörelseglädje blir det också. Alla medlemmar får en inbjudan till årsmötet under februari.

Ulrika Lindgren, FUB Sollentuna-Väsby

ulrikalindgren@yahoo.com



Dans på Club Galaxyvåren 2023

För dig med funktionsnedsättning.

Ålder: 13+

Plats: Arena Satelliten, Allfarvägen 4, Sollentuna

Tid: 17.30-20.30

Entré: 80 kr.

Entré ledsagare: 30 kr.

Fika och lotteri ingår i entrépriset.

Betala gärna med Swish

För datum - se baksidan på denna tidning.

FUB Södertälje-Nykvarn

FUB Södertälje-Nykvarns onsdagscafé våren 2023

Plats: Allaktivitetshuset, Barrtorpsvägen 1A.

Tid: Klockan 18.00-20.30

Vi tar *enbart* emot kontanter eller Swish.

Datum:

18/1 Välkomst-disco

25/1 Femkamp

1/2 Egna uppträdanden

8/2 Allahjärtansdag

15/2 Hälsokväll

22/2 Bingo/disco

OBS! Ingen onsdagscafé 1/3

8/3 SPA-kväll

15/3 Rocka sockorna

22/3 Egn uppträdanden

29/3 Påsktema

OBS! Ingen onsdagscafé 5/4

12/4 Talangjakt (föranmälsn krävs)

19/4 Bingo/disco

26/4 Femkamp

3/5 Talangjakt (föranmälan krävs)

10/5 Disco (Pyssla till stjärfesten)

Onsdagskväll på Gilleberget 2023

Tipspromenad med prisutdelning

Plats: Gillberga Friluftsgård, Malmsjön 108

Buss: 787 mot Enhörna

Tid: Klockan 18.00-20.00

Vi tänder grillen 18.00. Du tar med matsäck. Kläder efter väder.

I samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

Viktigt: Personal, vårnadshavare tar själva hand om sin brukare/barn, så att inga olyckor händer.

Datum:

Onsdag 24/5

Onsdag 31/5

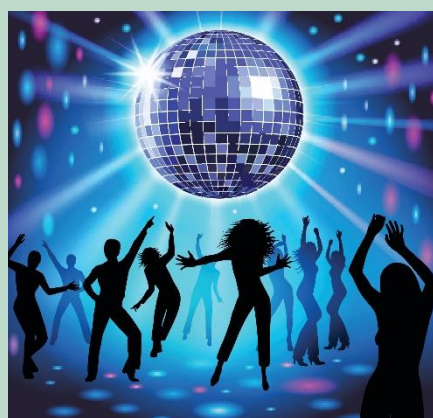
Onsdag 14/6

Onsdag 30/8

Onsdag 6/9

Onsdag 13/9

I samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.



Dans på Trombon våren 2023

Plats: Stadshuset i Södertälje, Nyköpingsvägen 26
Mitt i Södertälje, 150 meter från stationen Södertälje Centrum.

Tid: Klockan 18.30-21.00

Pris: 140 kr.

Vi tar *enbart* emot kontanter eller Swish.

För datum - se baksidan på denna tidning.

Månadsdisco våren 2023

Plats: Allaktivitetshuset, Barrtorpsvägen 1A.
Ingång ovanplan.

Tid: Klockan 19.00-21.00

Pris: 75 kr. Ledsagare gratis.

Vi tar *enbart* emot kontanter eller Swish.

Fika och snacks finns att köpa.

För datum - se baksidan på denna tidning.

Kontakta: 073-627 35 10 eller

fub.sodertalje.nykvarn@outlook.com

Hemsida: www.fub.se/sodertslje-nykvarn

För gåvor till FUB Stockholms län:

Plusgiro: 23 96 49-7

Besök hos Hallunda Dagliga Verksamhet

Vår ombudsman Karin Törnblom har varit på besök hos Hallunda Dagliga Verksamhet. Här möttes hon med värme, fick en rundvandring bland kreativa konstverk och samtalade med både kontnärer och personal.

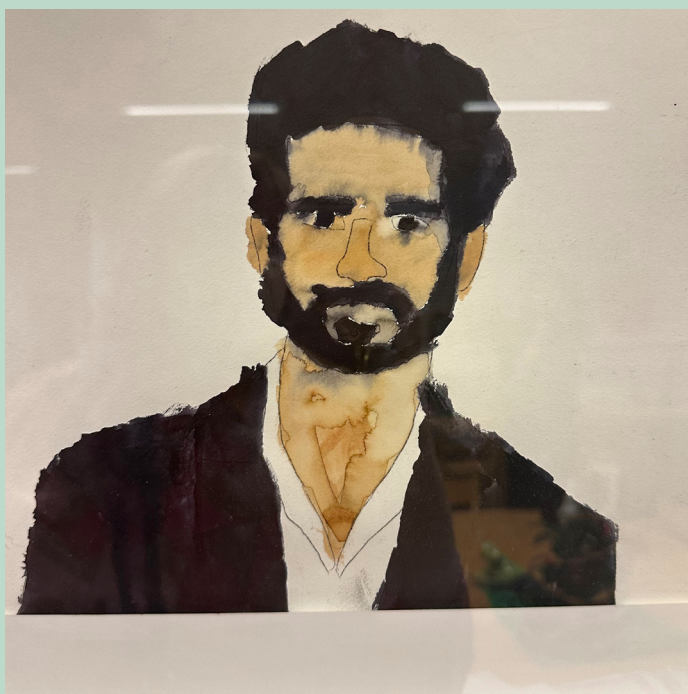
En novemberdag i ett snöigt Stockholm gjorde jag ett besök i Botkyrka och Hallunda dagliga verksamhet. Lite förvirrad över om jag kommit rätt kikade jag in och möttes av ett helt gäng glada ansikten. "Hej vem är du? Vilken rolig kappa du har" ropade en tjej och kom fram för att undersöka vem den färgglada, delvis snötäckta gästen var. Det dröjde inte länge innan enhetschefen Anne-Charlotte Fagerlund som bjudit in mig också dök upp. Hon kunde bekräfta att jag hade kommit rätt.

Anne-Charlotte guidade mig vant genom lokalerna samtidigt som hon berättade entusiastiskt om verksamheten. Hallunda är en daglig verksamhet med konstnärlig inriktning. Här kan man måla, skulptera, skapa film och spela teater. Överallt på väggarna möts jag av konstverk som skapats av de som arbetar här. Ibland har man arbetat med olika teman medan skapandet andra gånger har varit fritt. Jag blir guidad i lokalerna och blir introducerad till en rad olika kreativa skapandeprocesser och möter

flera som arbetar här. De vill gärna släppa in mig och berätta mer om vad de arbetar med just nu.

Efter en rundtur mellan olika kreativa rum introducerar Anne-Charlotte mig till butiken. Här kan man som besökare handla konst och konsthantverk som tillverkats av de som arbetar här. Ett visst samarbete sker med andra dagliga verksamheter inom kommunen som också säljer sina alster i butiken. Här kan besökare också köpa hemgjorda kolor, choklad och andra godsaker, även dessa tillverkade på verksamheten.

Efter rundvisningen i lokalerna åker vinterskorna på igen och vi tar en uppfriskande promenad över snöhögar som ännu inte skottats bort efter nattens snöfall. Anne-Charlotte vill visa mig en annan del av verksamheten som huserar en bit bort. De som arbetar här är en del av en arbetsgrupp som kallas för den "avancerade konstgruppen".



I ateljén skapas många kreativa och fantasifulla verk av de som arbetar på den dagliga verksamheten i Hallunda.



På schemat står genomgång av olika konstnärliga tidsepoker. Denna kunskap fungerar också som inspiration i den kreativa processen.



En deltagare har gjort en egen pestmask och mitt i lokalen står en imponerande borg som för tankarna till medeltiden.

När vi kommer in i lokalen är arbetet i full gång och vi får en kort genomgång av handledaren Fredda Berg. Här arbetas tematiskt och just nu har man riktat in sig på att lära känna de olika konstnärliga epokerna. Medeltiden har just avhandlats och nu har man gått vidare in i Renässansen. Mitt i rummet tronar en stor medeltida borg i papper maché. "Ja det började likasom smått men sen tog det lite större proportioner" ler Fredda.

En av deltagarna vill gärna visa upp sin egenhändigt tillverkade pestmask. Den är en replika av sådana som användes för att skydda sig mot digerdöden under medeltiden, men just denna har fått lite moderna uppdateringar.

En rundvandring i lokalen ger känslan av att här har varit många diskussioner kring dåtid och nutid och hur konsten påverkar människan på olika sätt. Innan vi åter ska bege oss ut i kylan hinner vi diskutera hur konsten kan vara en spegel av samhället men också hur representation eller bristen på den kan påverka åskådare och utövare.

Jag och Anne-Charlotte beger oss tillbaka och pulsar vidare genom snön. På vägen tillbaka mot tunnelba-

nan stannar jag till vid butiken och kan inte låta bli att köpa två handgjorda kaffemuggar till vårt kontor innan jag beger mig mot tunnelbanan för hemfärd.

Text och bild: Karin Törnblom
karin.tornblom@fub.se



Många kreativa material, tekniker och inspirationskällor amvänds i skapandet.

Samverkan över kommungränserna

FUB Stockholms läns ombudsman Karin Törnblom startade under hösten 2022 en turné för att besöka lokalföreningarna i Region Stockholm. Satsningen är tänkt som ett sätt att öka samverkan, öka sammahållningen och skapa rum för erfarenhetsutbyte. Turnén kommer att fortsätta under 2023.



Under vintern har jag i egenskap av länets ombudsman fortsatt "turnén" runt i länets lokalföreningar. Den har bjudit på många fina möten och också flertalet passerade kommungränser.

En lokalförening som spänner över ett större område är Södra Roslagen. Föreningen grundades 1972 och täckte i starten in Vallentuna och Täby. 1987 anslöt Danderyd och 1992 Österåker och Vaxholm.

Södra Roslagen har organiserat sig i arbetsgrupper som de kallar kommungrupper. Dessa arbetar intressepolitiskt i vardera kommun.

"De viktigaste besluten som rör våra medlemmar med funktionsnedsättning fattas i kommunerna. Den viktigaste delen av FUB i Södra Roslagens verksamhet är därför arbetet i våra kommuner", menar Ann Sjölander som är deltidsanställd och ständig sekreterare i föreningen.

Det är en stor fördel att FUB har närvaro i områden där många viktiga beslut fattas. Lokalkännedom såväl som personkännedom hjälper till att nå fram. Lokallgrupperna bygger broar och kommer närmare politiken då de "gräver där de står". Genom att kommungrupperna inte är någon formell förening och inte har någon egen ekonomi försvinner dessutom nästan all administration. Det kan också vara lättare att aktivera sig i en fråga om man inte behöver binda sig en viss tid eller för en viss arbetsuppgift.

"Kommungruppen i Täby har varit aktiva längst och inspirerat oss andra", berättar Ann. "De arbetar väldigt systematiskt och för anteckningar vid sina möten. Arbetsgruppen bearbetar både tjänstemän och politiker och har representanter i olika kommunala sammanhang. De skriver ofta formella brev till kommunen och framför föreningens åsikter och de har åstadkommit mycket genom åren", berättar Ann.

Kommungrupperna rapporterar till styrelsen och om något behöver diskuteras vidare kan stöd hämtas från styrelsens medlemmar.

"Vi vet att det finns lokalföreningar som arbetar på ett liknande sätt, men vi tror att detta kan vara ett koncept som fler skulle kunna arbeta med om de som oss täcker in flera kommuner", menar Ann.

Södra Roslagen är en aktiv förening som också anordnar många medlemsaktiviteter, här samarbetar man över kommungränserna och styrelsen är samordnande. Ann menar dock att det är det intressepolitiska arbetet som är föreningens viktigaste uppgift.

"Det är på denna grund all vår verksamhet vilar, genom att säkerställa att våra medlemmars intressen och rättigheter bevakas och bevaras" säger Ann och fortsätter:

"Vår gemensamma struktur FUB i Södra Roslagen tar hand om administrationen men vi inspirerar, hjälper och stöttar också varandra. Det kan vara svårt att driva FUBs arbete i en liten kommun, då kan man finna

styrka i att arbeta tillsammans över kommungränserna”.

Samtidigt framhåller Ann att Södra Roslagen naturligtvis också har liknande utmaningar som många andra ideella föreningar. ”Det skulle vara önskvärt med fler aktiva, framförallt yngre som engagerade sig i sina hemkommuner”.

Vid besöken hos lokalföreningarna har det blivit tydligt att vi strävar mot ett gemensamt mål, men att vägen dit kan se lite olika ut. Genom ett flexibelt arbetssätt och friheten att kunna engagera sig inom en ram som fungerar för den enskilde tror jag att vi bäst kan utnyttja de ideella resurser som finns i våra lokalföreningar.

Av: Karin Törnblom,
karin.tornblom@fub.se

Inre Ringen Stockholms län

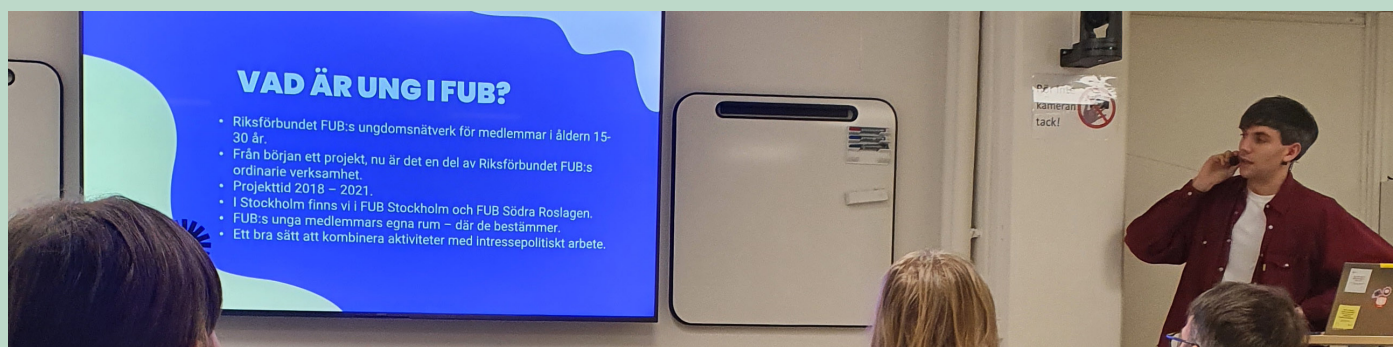


Inre Ringen Stockholms län fortsätter sina träffar och under våren kommer vi att alternera mellan möten, föreläsningar och aktiviteter.

I december anordnade vi en stor julmiddag med 17 deltagare. Årets första föreläsare var med Ewa-Maj Rasmussen Säter från projektet ”Mitt vuxenliv”.

Under mars planerar vi att gå ut och äta middag tillsammans och vi kommer också att anordna en gemensam sommarfest i länet.

Med ungdomarna i fokus - uppstartsmöte med Ung i FUB Stockholms län



Ung i FUB:s samordnare Marcus Nilsson berättade vad Ung i FUB är och hur verksamheten hos FUB Stockholms län kommer att se ut.

FUB Stockholms län anordnade i samarbete med Marcus Nilsson från Ung i FUB riks en informations-träff i slutet av januari.

Med på Zoom-länk var Klara Lünig och Anna Timonev Rinaström, som båda är aktiva inom Ung i FUB. De berättade om den gemenskap och den positiva energi som de har upplevt genom att delta vid Ung i FUB-träffar.

Under mötet visades även en informationsfilm om hur Ung i FUB på olika orter har kunnat se ut.

Länets träffar blir under våren sista onsdagen i månaden med start den 22/2.

Vill du veta mer eller anmäla dig?

Kontakta Karin Törnblom:
karin.tornblom@fub.se

eller 08-400 612 61
(telefontid måndag-torsdag 9.00-17.00).

Runt Länet

FUB Stockholm



FUB Stockholms ordförande Torbjörn Dacke och Inre Ringen Stockholms ordförande Krister Ekberg.

Samverkan med Stockholm stad

Vår samverkan med Stockholm stad bedrivs dels genom styrelserepresentanter i vår paraplyorganisation Funktionsrätt Stockholm, dels med ledamöter i de flesta av stadens funktionshinderråd, dels i vår egen samverkan enligt LSS 15:7. Den sistnämnda sker från i år också med deltagare från Autism Stockholms län.

Bättre statistik över insatserna ledsagning och kontaktperson

Fokus i vårt intressepolitiska arbete är att "göra konkret skillnad" i vardagen för våra medlemmar. Det kan periodvis kännas tröstlöst att upprepa våra önskemål för politiker och tjänstemän i de kontakter vi har i olika sammanhang och möten. Ofta kan det handla om flera års arbete innan vi kan se en förändring i rätt riktning. Så har exempelvis varit frågan om att få bättre statistik över antalet ansökningar och avslag för olika LSS insatser. Så det var med mycket stor glädje vi i december kunde konstatera att Stockholm stad i sin verksamhet uppdrar åt förvaltningen att börja sammanställa statistik över insatserna ledsagning och kontaktperson. Det är för dessa två insatser som vi tror behovet av statistik är som störst.

Budgeten LSS insatser i Stockholm 2023

Vi har reagerat kraftigt på den låga uppräknings, 1,16 % av budget för LSS insatser 2023. Inflationen är omfattande på alla områden vet vi. Skolan har som exempel fått en uppräknings med 5 – 7 %. När vi har uttryckt vår stora oro har staden försökt dämpa denna med följande tre löften. Det finns kostnader i andra budgetsiffror som avser LSS. Det finns centrala reserver att ta till om det behövs. Och slutligen ett löfte att staden ska följa läget noga. Samtidigt anger

verksamhetsplanen att inga generella nedskärningar föreslås. Det här går inte riktigt ihop men vi följer utvecklingen under året.

Ny organisation och arbetssätt för stadens funktionshinderråd

Sedan årsskiftet gäller en ny organisation och arbetssätt för stadens funktionshinderråd. Det blir färre råd där vissa stadsdelar nu ska samverka inom samma råd, samtidigt som vissa stadsdelar slås ihop. Vi och övriga funktionsrättsrörelsen har under flera års tid haft möjlighet att framföra våra åsikter. Vi är därför nöjda med ett nytt arbetssätt där vi ska få komma in tidigare i beslutsprocessen. Vi ska inte heller längre gå igenom alla nämndärenden, utan endast de ärenden våra medlemmar är direkt berörda av. Ett större ansvar läggs över på oss när det gäller dagordningen till dessa möten. En förändring och utmaning vi måste anta.

Torbjörn Dacke
ordförande FUB Stockholm
torbjorn.dacke@outlook.com



Påsklov med JagKanCykla

Vi fortsätter att träna barn och ungdomar att cykla tvåhjulning. I samarbete med Svenska Downföreningen avdelning Stockholm genomför vi påsklovsläger i Liljeholmshallen måndag-fredag den 10 – 14 april. Vill du vara med så håller du utkik på JagKanCyklas Facebook-sida, där du hittar inbjudan.

Har du frågor kontakta: Bengt Lyngbäck
0706591650
eller bengt@fubstockholm.se



Månadsmingel med FUB Inre Ringen Stockholm våren 2023

Kom och häng med oss!

FUB Inre Ringen har månadsmingel den första lördagen i varje månad. Vi gör litet som vi vill och vad vi har lust med - kollar på film, snackar, sjunger karaoke, spelar spel. Har trevligt tillsammans, helt enkelt.

När: En lördag i början av varje månad klockan 16.00-20.00.

Vårens datum är 4 februari, 4 mars, 1 april, 6 maj och 3 juni.

Var: FUB Stockholms kansli, Brännkyrkagatan 91, T-bana Zinkensdamm.

Pris: Medlemmar i FUB Inre Ringen betalar 20 kronor för fika. Alla andra betalar 30 kronor. Vi serverar varmkorv med bröd, kaffe, te, juice och popcorn för den som vill ha.

Anmälan: Föranmälan krävs för att veta att vi inte blir för många. Anmäl dig till kansliet via mail: info@fubstockholm.se eller telefon: 0737 10 77 79. Det går också bra att skicka ett sms.

Kontakt: Vill du veta mer, gå in på FUB Stockholms hemsida fubstockholm.se eller Facebook-grupp, FUB Stockholm.



Häng med på kryssning med FUB Stockholm 2-3 juni!

Även 2023 anordnar vi en kryssning - denna gång med Viking Lines M/S Cinderella.

Avresa sker fredagen den 2 juni klockan 17.00 från Stadsgården i Stockholm.

Vi kommer tillbaka lördagen den 3 juni klockan 14.00.

I resan ingår plats i hytt, middagsbuffé klockan 17.30 fredag kväll, lättare frukost på lördag, gemensam underhållning klockan 10.00 - 12.00 i nattklubben samt brunch på lördagen från klockan 12.00.

Med reservation för ändringar!

För mer information om pris och anmälan, se: fubstockholm.se

Varmt välkommen!

Vårens danser på Fryshuset

Adress: Fryshuset, Mårtensdalsgatan 6.

Tid: Klockan 18.30-22.30. Kassen öppnar 17.30!

Pris: 100 kr för FUB-medlemmar Fri entré för personal/ledsagare 125 kr för övriga.

Betalning endast med kort, swish eller förköpsbiljett, som beställs via kansliet: info@fubstockholm.se 08 - 600 16 74 eller 073 - 710 77 79.

Ansvarig: Mia Söderbärj, 08-16 46 74

För datum - se baksidan på denna tidning.



Missa inte Titanix!
Spelar 26 maj

Runt Länet



Medlemmarna välkomnades till ett härligt firande!

Jubileumsdans för att fira FUB Stockholm och FUB-dansen

2022 var ett speciellt år för FUB Stockholm. Föreningen fyllde 70 år.

Det var några föräldrar som november 1952 bildade den första föräldraföreningen FUB. Föreningen var mycket aktiv och ordnade populära månadsmöten, sommarläger och transporter.

På den här tiden bodde de flesta barnen på institutioner utanför city, t ex Carlslund. FUB ordnade busstransporter för de boende vid helgerna. Denna verksamhet utvecklades så småningom till dagens färdtjänst.

De populära FUB-danserna har samtidigt fyllt 50 år och det ville vi såklart också fira.

Den 25 november ordnade vi en jubileumsdans på Fryshuset. Titanix spelade hela kvällen. Alla som kom fick armband som lyste i mörkret. De som ville kunde ta bilder vid vår fina fotovägg. Många bilder finns på FUB:s Instagram. Vi hade gratislotteri med fina vinster. Man kunde vinna mössor, t-shirts, dansbiljetter och mycket annat fint.

Tack alla som kom och firade med oss!
Välkommen på nästa dans som är den 10 mars.
Då spelar Music Men!

Av: Eva och Mia Söderbärj



FUB Stockholm firade 70 år och danserna 50 år!



Dans till bandet Titanix!

FUB Södra Roslagen

LSS och sexualitet – föreläsning 15 mars

Tid: onsdagen den 15 mars kl 18:30 till 20:00

Plats: Grindtorpskyrkan, Grindtorps skolgränd 4, Täby

Varmt välkommen till en föreläsning med Katerina Sparr Holinkova, socionom och sexolog, med fokus på LSS och sexualitetsfrågor.

Hon har även medverkat i programmet En Särskild Sommar som finns på SvTPlay.

Katerina kommer under kvällen lyfta olika frågor kopplade till sexualitet och LSS som du som anhörig kanske kommit i kontakt med.

FUB i Södra Roslagen bjuder på kaffe/te och smörgås. Kostnadsfritt.

Anmälan senast 1 mars till Ann Sjölander på telefon 070-888 53 16

eller ann.sjolander@sodraroslagen.fub.se

Mer info på www.fub.se/lokal/fub-sodra-roslagen/ under Kalender.

Utflykt till Roslagen

Tid: lördagen den 13 maj

Plats: Braxenvägen 5, Norrtälje

Välkommen att hänga med på utflykt till Sveriges Funktionshindrades Frilufts & Fiskeförening, SFFF.

Här kommer vi att kunna:

- åka båt
- fiska
- bada
- spela kubb
- gå på tipspromenad (med fina priser)
- grilla hamburgare
- ha kul tillsammans

Du kan åka med oss i buss eller komma dit själv.

Vill du följa med?

Anmälan görs till:

ann.sjolander@sodraroslagen.fub.se

senast den 1 maj.

Mer info och anmälningsblankett på www.fub.se/lokal/fub-sodra-roslagen/ under Kalender.

Information varje månad från oss

Ungefär fem gånger varje år skickar vi ut ett medlemsbrev per post till alla huvudmedlemmar.

De månader det inte kommer ett medlemsbrev via post kommer ett nyhetsbrev via e-post. Om du lämnat din e-postadress och ändå inte får nyhetsbrev så kan det löna sig att leta i spamkorgen, kampanjkorgen eller motsvarande. Markera då brevet som "inte spam" så att du i framtiden får det i den vanliga inkorgen.

Den som inte själv kan läsa våra nyhetsbrev får gärna lämna e-postadress till någon som kan hjälpa till att förmedla informationen. Det kan vara någon i personalen en god man eller någon anhörig. Skicka in e-postadressen till info@sodraroslagen.fub.se Du kan alltid gå in på vår hemsida som vi försöker hålla aktuell: www.fub.se/sodra-roslagen

FUB-kontaktpersoner i Södra Roslagen:

Danderyd

Ann Epstein

070-630 63 07

ann@epsteinutveckling.se

Täby

Marie Pertoft

070-200 05 11

marie.pertoft@hotmail.com

Vallentuna

Marianne de Valladolid

073-987 86 63

marianne@valladolid.se

Vaxholm

Tina Bendelin

070-611 25 00

bendelinarrangemang@hotmail.com

Österåker

Jörgen Johansson

070-754 08 53

jorgen.johansson@nui.se

Runt Länet

Rörelseglädje

Jag stiger in i träningshallen en lördag klockan 11.00 och blir välkommen av Margareta och Kari. Samtidigt med mig kommer några tonåringar som ska träna friidrott. Alla hälsar. Man kan ta av skor och ytterkläder vid dörren. Vi pratar lite och jag får prova att cykla på en av cyklarna. Riktigt kul! Efter en liten stund kommer Nikolaj och Mia. För Nikolaj är denna aktivitet viktig. Han kom med mamma och lillebror för ett knappt år sedan från krigets Ukraina. Eftersom han har en intellektuell funktionsnedsättning får han inte gå i skolan i Sverige så det här är en chans för honom att träffa andra ungdomar och få röra sig. Efter några varv på cykeln börjar han träna basket. Några tjejer ansluter så han får några att spela med en stund. Mia är med och hjälper till. I vanliga fall brukar hennes son Axel också vara med, men idag hade han annat att göra.



Så här kan en FrameRunning cykel se ut.

Varje lördag klockan 11.00 till 13.00 träffas Rånäs 4Hs parasportgrupp i Mathildahallen i Norrtälje. Där finns det folk alla lördagar året runt och alla är välkomna. De flesta har någon med sig som kan stötta vid behov. Man är välkommen även utan funktionsnedsättning och ett gäng av föreningens tonåringar tränar samtidigt. De rycker in en stund om det behövs någon att spela basket med eller något annat.



Ingen tvekan om spelglädjen och många mål blev det.

Det viktiga är att de som kommer får röra sig efter lust och förmåga. Rånäs 4H är en helt ideell verksamhet som främst håller på med friidrott. Med frivilligt arbete har de inrett träningshallen som medlemmarna har tillgång till när de vill. Vissa som behöver ha det lite lugnare kan gå dit ensamma med sin stödperson. Eldsjälen Margareta Spång är som vanligt på plats. Hon säger "Här gör vi ingen skillnad på Paralympics och Special Olympics. Det viktiga är att man får röra på sig och ha roligt".

Under åtta år har man hållit på med Race Running – eller Frame Running som det ska heta numera. Vid Frame Running använder man en slags trehjulning som man sparkar fram. Man sitter alltså på en cykel-

sadel och har ett styre att hålla i och fötterna på marken. Man har också en skiva framför magen som ett stöd så att man sitter stadigt.

Rånäs 4H har ganska många cyklar att låna ut. Roslagens Sparbank har hjälpt till att köpa in dem, för det är ingen billig utrustning. Några av deltagarna har fått en egen cykel förskriften.

Efterhand droppar deltagarna in. Ella kommer med sin mamma och pappa. På hennes cykel finns ett bälte för att ge stöd eftersom hon inte vill hålla i styret. Med styrhjälp från pappa och pepp från mamma rullar hon iväg. Just idag gick det inte så fort. Det är dagsformen som styr.



Kari hjälper Ella i starten.

Ansvarig för cyklarna som kan ställas in på många olika sätt är Kari Hauta. Han har också varit med och valt ut maskinerna till det lilla gymmet så att de ska gå att använda även om man sitter i rullstol. Behöver man en instruktör hjälper han gärna till.

Eftersom det är rörelseglädje som är det viktiga försöker man hitta rätt aktivitet till alla som kommer dit. Det finns möjlighet att hålla på med bollsport och förstås friidrott i hallen på den nivå som passar. Den

sociala sidan är också viktig, att träffa kompisar och kanske andra anhöriga.

Wincent kommer med lillasyster Isabella och pappa. Wincent får hjälp att hitta en hjälm och med att få cykeln inställd. Lite otåligt är det innan han kommer iväg. Efter ett varv är han tillbaka med ett stort leende och ett glädjeskrik. Under tiden lär sig lillasyster att pumpa cyklarna och sedan provar hon också att sparka sig fram.



Stina visar hur nöjd hon är.

Det kommer och går folk hela tiden men det är ändå ganska lugnt. Man önskar verkligen att det skulle finnas en sådan här verksamhet överallt. Bor ni i närheten av Norrtälje är det bara att ta kontakt med Margareta Spång (telefon 073-332 17 71). Även i Täby kan man träna Frame Running. Där finns också Frame Fotboll. De delar tid på lördagar.

Ta kontakt med Bert-Olov Persson, telefon 076-848 45 55, om ni vill testa.

Ann Sjölander
FUB i Södra Roslagen
annsjolander8@gmail.com

Dans och disco våren 2023

Datum	Aktivitet/band	Plats	Arrangör
17 februari	Dans: Fernandoz	Fryshuset	FUB Stockholm
17 februari	Månadsdisco	Allaktivitetshuset	FUB Södertälje-Nykvarn
24 februari	Dans: Gideons	Trombon	FUB Södertälje-Nykvarn
10 mars	Dans: Music Men	FRyshuset	FUB Stockholm
10 mars	Dans: Linda och Company	ABF-huset	FUB Huddinge
10 mars	Dans: Reminders	Trombon	FUB Södertälje-Nykvarn
17 mars	Månadsdisco	Allaktivitetshuset	FUB Södertälje-Nykvarn
18 mars	Disco Club Galaxy	Arena Satelliten	FUB Sollentuna-Väsby
31 mars	Dans: Ankies	Trombon	FUB Södertälje-Nykvarn
14 april	Dans: Time Marchine	ABF-huset	FUB Huddinge
21 april	Dans: Black Jack	Fryshuset	FUB Stockholm
21 april	Dans: Hans Rytterströms	Trombon	FUB Södertälje-Nykvarn
28 april	Månadsdisco	Allaktivitetshuset	FUB Södertälje-Nykvarn
29 april	Disco Club Galaxy	Arena Satelliten	FUB Sollentuna-Väsby
5 maj	Dans: Maximalt	Trombon	FUB Södertälje-Nykvarn
12 maj	Dans: Reminders	FRyshuset	FUB Stockholm
19 maj	Månadsdisco	Allaktivitetshuset	FUB Södertälje-Nykvarn
26 maj	Dans: Titanix	Fryshuset	FUB Stockholm
26 maj	Stjärnfest	Trombon	FUB Södertälje-Nykvarn
27 maj	Disco Club Galaxy	Arena Satelliten	FUB Sollentuna-Väsby



Missa inte Black Jack!
Spelar 21 april



Foto: flickr.com/pjoyos/oscarvelazquez