



FUB

Stockholms län

Nummer 2 2023

LÄNET RUNT



I detta nummer

- 2 Länsförbundet FUB Stockholms län
- 3 Årsmöte med FUB Stockholms län 2023
- 4 Ordförande har ordet
- 5 Kontaktuppgifter FUB Stockholms län
- 5 Lokalföreningar i Region Stockholm
- 6 Runt Länet: FUB Botkyrka-Salem
- 6 Runt Länet: FUB Huddinge
- 7 Runt Länet: FUB Sollentuna-Väsby
- 7 Runt Länet: FUB Södertälje-Nykvarn
- 8 Skansen för alla 2023
- 10 Ombudsmannen: intressepolitiskt
- 11 Ung i FUB Stockholms län
- 12 Inre Ringen Stockholms län
- 12 Turnén bland lokalföreningarna fortsätter
- 13 Föräldranätverk
- 13 Besök hos Restaurang Terrassen
- 14 Nytt kunskapsmaterial och seniore experter
- 15 Runt Länet: FUB Norrtälje
- 16 Runt Länet: FUB Stockholm
- 18 Runt Länet: FUB Södra Roslagen
- 20 Danser och discon hösten 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

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
3	Vecka 34	Vecka 39
4	Vecka 43	Vecka 48

Årsmöte med FUB Stockholms län 2023



Lördagen den 25 mars hade ombud från flertalet medlemsföreningar i Region Stockholm tagit sig till Funktionsrätt Sveriges och FUB Stockholms läns gemsama lokaler i Sundbyberg, för att delta vid årets ombudsmöte/årsmöte. Det var god uppslutning och lusten att diskutera spirade för fullt.

Vid årsmötet bestod deltagarna av en blandning av anhöriga och personer med egen intellektuell funktionsnedsättning. Det rådde en mycket positiv stämning och det märktes verkligen hur energigivande deltagarna tyckte att det var att kunna ses i större sällskap igen och umgås, diskutera och bolla tankar och funderingar. Ett årsmöte blir alltid bäst när ombuden kommer med frågor och inspel. FUB Stockholms län vill höra hur lokalföreningar i Region Stockholm tänker, önskar och resonerar. Ett livligt årsmöte är en god språngbräda för utvecklig!

Årsmötet leddes av Marcus Nilsson från Riksförbundet FUB, som gjorde sin debut som mötesordförande inom FUB-rörelsen. Med lugn och saklighet ledde han mötet framåt. Vid årets möte omvaldes Harald Strand till ordförande för FUB Stockholms län på ännu ett år, liksom Åse Johansson-Kristiansen (FUB Botkyrka-Salem), Jörgen Johansson (FUB Södra Roslagen), Anette Lack (FUB Stockholm/Ekerö) och Bo Nilsson (FUB Lidingö) valdes om som ledamöter på två år. Ny i styrelsen var Ann-Charlotte Norling från FUB Huddinge, som även hon valdes som ledamot på två år. Sittande suppleanter Lennart Bäck, Olle Jirving och Claes Lindahl stannade kvar ännu en mandatperiod på ett år.

Årsmötet kändes ovanligt uppsluppet och flera var de som kom med förslag på vad de önskar för aktiviteter framöver. Gränsöverskridande verksamhet mellan FUB Stockholms län och lokalföreningarna

efterfrågades. Detta kommer bland annat att genomföras genom medlemsmöten, där representanter från varje lokalförening bjuds in för att delta, utbyta erfarenheter, ventilerar tankar och diskutera aktuella och för regionen specifika ämnen så som hälso- och sjukvårdsfrågor/primärvård och LSS.

Andra tankar som togs upp för diskussion var till exempel att lokalföreningarna borde synkronisera datum för sina danser, så att de ej sammanfaller. Alla medlemmar bör ges möjlighet att delta vid samtliga danser arrangerade av lokalföreningar i Region Stockholm.

Kansliansvarig Johan Jarl och ombudsman Karin Törnblom presenterade de satsningar på intressepolitiskt arbete som har gjorts. Arbetet trappades upp redan under 2022 och kommer att bli än mer prominent framöver. Medlemsstöd och påverkansarbete ska vara grundstenen i FUB Stockholms läns verksamhet. Årsmötet avslutades med en gemytlig lunch, där alla deltagare fick chansen att prata mer spontant med varandra. Efter lunchen höll även Inre Ringen Stockholms län sitt årsmöte, där nya ledamoten Christina Sundström från FUB Stockholm valdes in.

Vi ser nu fram emot ännu ett fullspäckt verksamhetsår!

Av: Johan Jarl
Kansliansvarig FUB Stockholm län
johan.jarl@fub.se

Ordförande har ordet

Foto: Linnea Bengtsson



Ingen ska leva på bidrag

Redan tidigare har nuvarande regering spridit sitt mantra att alla ska jobba och inte leva på bidrag. Nu vill man gå ett steg längre och införa arbetsplikt för de som har bidrag.

Tanken är att införa ett bidragstak. "Arbetslinjen ska återupprättas", men det är oklart vad som menas? Att det handlar om populistisk ideologi är dock tydligt, men det är också tydligt att det drabbar många fattiga människor hårt, då bidragen blir så låga att de inte går att leva på.

LSS-gruppen är van vid detta sedan många år. FUB började skriva rapporten "Fångad i fattigdom" år 2013 med en första utgåva år 2014 och sedan uppdaterade utgåvor i princip varje år sedan dess.

Vad politikerna säger är, att om du inte har eller kan få ett arbete så är det rätt att du är eller blir fattig! För vissa mindre upplysta politiker är det kanske deras sanning? Eller så är det för att de faktiskt tycker att de som inte arbetar gör det av lathet och kostar samhället för mycket?

Jag tror att inlevelseförmågan hur det är att vara fattig saknas om du som dagens riksdagsledamöter har en grundlön (arvode) på 75 tusen kr i månaden

eller ännu svårare om du som minister i regeringen har en grundlön på 150 tusen kr i månaden. Det kan jämföras med att aktivitets- och sjukersättningen för LSS-gruppen är 11–12 tusen kr per månad.

FUB har skrivit om hur verkligheten för de flesta i LSS-gruppen ser ut i åtskilliga inlägg till våra politiker under åren. Jag har personligen genom skrivandet och i möten med våra drabbade medlemmar börjat förstå att de tvingas leva under det som kallas existensminimum, det vill säga det minsta belopp som kronofogdemyndigheten anser behövs för att en person ska överleva. De har inte råd till det allra nödvändigaste. Många måste få bidrag från sina föräldrar även som vuxna. Trots att lagen, LSS, utlovar ett liv som andra med goda levnadsvillkor, något som våra politiker inte verkar bry sig om?

Jag ifrågasatte i ett inlägg på HejaOlika om dagens politiker förstår hur det är att vara fattig och hur svårt det är för personer med intellektuell funktionsnedsättning att få ett arbete så de kan försörja sig på.

Tyvärr har våra upprepade rapporter inte varit så framgångsrika som vi hade hoppats. Jag tror dock inte att ansvariga politiker är varken blinda, döva eller icke läskunniga, utan att de är ointresserade! Kanske är det så att de inte bryr sig om en liten röstsvag grupp? Jag kan kanske tro att alla inte kan förstå hur illa det är ställt även ekonomiskt för personer vars grundproblem är att de är födda med allvarliga funktionsnedsättningar. Men jag upprörs över att ansvariga politiker säger att lösningen är "att ta ett jobb". De vill inte förstå och jag kan inte förstå hur de kan undvika?

Jag kan se att lagar som LSS och Funktionsrättskonventionen inte hjälper och blir frustrerad över att ansvariga politiker bara kan strunta i dessa lagar! Vad har vi då för rättssäkerhet?

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

För gåvor till FUB Stockholms län:
plusgiro 23 96 49-7

Kontaktuppgifter FUB Stockholms län

STYRELSE 2023

ORDFÖRANDE

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

VICE ORDFÖRANDE

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

LEDAMÖTER

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

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

Ann-Charlotte Norling, FUB Huddinge
ann-charlottenorling@telia.com

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 2023

ORDFÖRANDE

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

LEDAMÖTER

Catharina Källström, FUB Nacka-Värmdö

Jens Persson, FUB Stockholm

Christina Sundström, FUB Stockhom

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 i Region Stockholm

5

BOTKYRKA-SALEM

Ordförande: Åse Johansson-Kristiansen
ase.johanssonkristiansen@gmail.com, 070-866 11 76

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: Marie Cronström
070-606 41 10, marie.cronstrom@gmail.com

STOCKHOLM

Ordförande: Monica Lönnström Billgren
070-615 57 25, monica.billgren@redcross.se
Kansli: Stefan Fagerström
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

Vi genomförde vårt årsmöte lördag den 4 mars i ABF:s lokaler i Hallunda. För första gången på några år var lokalen full av glada FUB:ar! Det var ett bra möte med många intressanta frågor. Både frågor vi kunde svara på och en del frågor att ta med till kommande år. Efter mötet bjöds det på både musik och sång, samt lite juice och frukt. Det var roligt att se glädje och engagemang.

Under våren har vi bjudit in den nya Vård- och omsorgsnämnden till ett informationsmöte, vilket känns som en nystart på de kommande fyra åren. Självklart kommer vi att fortsätta att ha regelbundna möten med både kommunala tjänstemän som kommunala politiker under året.

Vi kommer också att försöka hitta nya sätt att informera och aktivera våra FUB:are. Men också att värva nya medlemmar. Att försöka att nå ut till skolor, boenden, anhöriga och vårdpersonalen är också någonting som vi kommer att fokusera på under hösten.

Att hitta nya sätt att samarbeta med andra lokalföreningar inom FUB är också något som vi kommer att starta med under hösten.

Nu hoppas vi på en varm, skön och solig sommar!

Åse Johansson-Kristiansen,
Ordförande FUB Botkyrka Salem
ase.johanssonkristiansen@gmail.com

FUB Huddinge

Vid årsmötet omvaldes styrelsen. Ann-Charlotte Norling fortsätter som ordförande även i år. Det är vi mycket glada för.

Styrelsen bjöd in politiken för en träff och i februari var det dags. Ordförande i Vård- och omsorgsnämnden samt ordförande i Funktionshinderrådet kom och fick information om vår verksamhet. De berättade också hur de ser på framtiden inom verksamheten de närmaste åren. Även om de håller med oss om våra frågor så är det ett tufft ekonomiskt läge i kommunen.

LSS-samverkan som skulle hållas i februari ställdes in på grund av sjukdom. Nästa träffa är i maj och viktiga

frågor för oss att prata om är:

LSS-boende: det behövs byggas fler i kommunen.

Vikten av turbundna resor: det vill säga de får inte tas bort - snarare öka så att fler kan nyttja turbundna resor.

Vi kommer nu att starta våra skolbesök. Vi börjar med gymnasieskolorna som har anpassad skolgång. Det ska bli mycket roligt att träffa elever och berätta om FUB. Markus Nilsson från Riksförbundet FUB följer också med för att berätta mer om "Ung i FUB". Vår förhoppning är att vi får några fler medlemmar. Vi vill så gärna starta upp "Ung i FUB i Huddinge".

Vid vårens danser har det varit ganska få gäster som har kommit. Även då vi har haft populära orkestrar. Vi tror det beror på att fler kommuner i länet har dans samma datum. Från hösten kommer vi att samarbeta med FUB Stockholm så vi inte planerar in våra danser samma datum. Det är kanske fler lokalföreningar i länet som vill vara med i den planeringen.

Den 3 juni är det åter dags för "Huddingedagen". FUB Huddinge hyr en tältplats tillsammans med företag, föreningar och politiska partier som finns i Huddinge. På Södalscenen är det även Huddinge jazz och bluesdagar med många kända artister. Passa på att komma och hälsa på oss. Vi brukar ha tur med uppehållsväder.

Den 11 juni är det Folkparksfest i Stortorpsparken. Alla är välkomna. Festen startar klockan 12:00 och håller på till cirka klockan 15:00. Det beror lite på vädret. Är det mycket kallt kanske vi stänger tidigare. Du kan ta med dig matsäck, eller så köper du korv och bröd i grillen. Även kaffestugan är öppen om du är fikasugen. Linda Rapp & Co står på scenen och det brukar bli fullt på dansgolvet. Inträdet är 100 kr och ledsagare går in gratis.

Viktiga datum i vår i Huddinge:

3 juni är det Huddingedagen i Södalsparken

11 juni är det Folkparksfest i Stortorpsparken kl. 12:00-15:00, Tjäderstigen 16, Trångsund.

Välkomna!

Catharina Björkander, FUB Huddinge
huddingefub@gmail.com

Dans i Huddinge hösten 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 Sollentuna-Väsby

Vi har haft vårt årsmöte där flera av våra medlemmar kom. Vi bjöd på smörgås och kaffe från Himmel & Pannkaka (daglig verksamhet i Upplands Väsby). Innan mötet startade fick vi information från Friskis & Svettis. De har en grupp i Upplands Väsby. Vi fick se en film från en av deras träningar där alla gör övningar på sin nivå. Är du intresserad så kontakta Friskis & Svettis i Upplands Väsby för mer information.

Teater Satelliten var också med och visade bland annat smakprov på deras musikal "Rock of Ages".

Vad händer framöver:

Musikal:

Musikalen "Rock of Ages" framförs av Teater Satelliten den 20 maj 19:00 på Messingen i Upplands Väsby. Biljetter finns att köpa på Nortic.

Medlemsaktivitet:

Vårens medlemsaktivitet skjuter vi till hösten. Det blir roliga aktiviteter utomhus för alla medlemmar.

Marie Cronström, ordförande FUB Sollentuna-Väsby
marie.cronstrom@gmail.com

FUB Södertälje-Nykvarn



Månadsdisco hösten 2023

Plats: Allaktivitetshuset, Barntorpsvägen 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

Onsdagskväll på Gilleberget 2023

Tipspromenad med prisutdelning

Plats: Gillberga Friluftsgård, Malmsjön 108

Buss: 787 mot Enhörna

Tid: Klockan 18.00-20.00

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

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

Datum:

Onsdag 31/5

Onsdag 14/6

Onsdag 30/8

Onsdag 6/9

Onsdag 13/9

I samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

Skansen för alla!

Onsdagen 23 augusti 2023

Välkommen till Skansen denna speciella dag!
För alla åldrar, anpassad för dig med funktionsvariationer.
Programmet pågår kl 10–14. Portarna öppnar kl 9.30.

Bollnästorget

- Invigning kl 10.30
- Allsång med Ayla och Sommarorkestern kl 10.40–11.30
- Heronstones spelar kl 11.30
- Enkelgympa med Friskis & Sveltis kl 12.15–12.45
- Dans med Ayla och Sommarorkestern kl 13.00–14.00
- Ansiktsmålning
- Gör din egen löpsedel
- Klappa ett djur
- Läskiga lådan
- Mitt Vuxenliv
- Måla ditt eget vykort
- Pimpa din rullstol/gåstol

- Prova på cirkus
- Prova på att göra Funl
- Strumpmysteriet
- Såpbubblor
- Smakprov ur Ronja Rö
- Ullåtervinning
- Ung i FUB

Vid fågeldammarna

- Korvgrillar. Ta gärna med egen korv

Vid Sollidens parkering

- Underhållning i vänta på färdtjänsten från kl 13

Med reservation för ändringar





er.

is-TV

övardotter

ned

g

in på

8.45



Fri entré

denna dag för daglig verksamhet samt för medlemmar i arrangerade föreningar. Medtag medlemskort eller särskild inbjudan.

Ledsagare går in gratis.

Adress

Färdtjänst: Sollidsbacken
Huvudentré: Djurgårdsslätten 49-51
Bergbanan: Hazeliussporten 2
Ej möjlighet till parkering
inne på Skansen.

SKANSEN

SV
Studieförbundet
Vuxenskolan

autism
Stockholms län

MYNDIGHETEN FÖR
TILLGÄNGLIGA MEDIER

Ombudsmanen har ordet

Intressepolitiskt

Under mars månad träffade vi Primärvårdsnämnden i Landstingshuset. Detta möte gjordes tillsammans med representanter från Autism Stockholms län och Svenska Downföreningen avdelning Stockholm. Primärvårdsnämnden är en ny nämnd i Region Stockholm, så vi tog tillfället i akt att initiera ett möte för att samtala om vad primärvården kan göra för våra medlemmar.

Innan mötet hade vi sammanställt ett antal fokusområden som vi ville tala lite extra om. Vi samtalade bland annat om behovet av en regionöverspännande LSS-hälsa och årliga hälsokontroller och betonade att alla har rätt till en god och likvärdig vård. Fysisk såväl som psykisk sjukdom ska inte automatiskt tillskrivas funktionsnedsättningen utan måste identifieras och behandlas med anpassade metoder.

Andra fokusområden som vi lyfte var vikten av en fast vårdkontakt som har god kompetens när det gäl-

ler att bemöta våra målgrupper. Vi efterfrågade utbildning och vidareutbildning av vårdpersonal för att möta personer med intellektuell funktionsnedsättning (och funktionsnedsättning överlag).

Vidare framhöll vi att samverkan är extra viktigt för vår målgrupp. Det måste finnas stöd för att samordna olika instanser i vårdkedjan.

Vi tryckte lite extra på att det är en rättighet att kunna tillgodogöra sig information, inte minst då det gäller något så viktigt som ens hälsa. Man måste kunna förstå kallelser och övrig information som ges i samband med vårdbesök. Det är också viktigt att vår målgrupp inte hamnar i ett digitalt utanförskap om de saknar bank-id.

Mötet mynnade ut i en givande dialog om behov, önskemål och förslag på förbättringar. Naturligtvis följer vi upp detta framöver.

Av: Karin Törnblom
karin.tornblom@fub.se



Från vänster: Marita Skoog Jacobson (Autism Stockholms län), Karin Fälldin (c) (ordförande i folkhälso- och tandvårdsberedningen), Karin Törnblom (ombudsman FUB Stockholms län), Christine Lorne (c) (primärvårdsnämndens ordförande,) Daniel Bjugård (Svenska Downföreningen avd. Stockholm).

Aktiviteter inom FUB Stockholms län

Ung i FUB Stockholms län

Den för länet nystartade ungdomsgruppen Ung i FUB har träffats ett antal gånger under våren. I slutet av mars trotsade vi snöyra och ishalka och gick på en historisk stadsvandring i Gamla Stan, ledd av den auktoriserade Stockholmsguiden Åsa Ohlén Olsson. Det visade sig att gruppen var pålästa och intresserade av Stockholms historia och redan under vandringen lyftes önskemål om en repris till hösten. Efter stadsvandringen värmdes vi upp oss med varm choklad och fika på Grillska Huset.

I april träffades vi återigen, nu för att gå på Funkisfestivalen på Nalen. Det blev en festlig kväll!

Vi har flera aktiviteter inplanerade framöver!

Är du 15-30 år med en intellektuell funktionsnedsättning och vill veta mer om Ung i FUB Stockholms län? Kontakta: karin.tornblom@fub.se eller: 08-400 612 61



Gänget från Ung i FUB Stockholms län har under våren besökt Funkisfestivalen på danspalatset Nalen.



Ett glatt gäng hade tagit sig till ett kyligt gamla stan och fick höra om stadsdelens historia. Träffen med Ung i FUB Stockholms län avslutades med en trivsamt fika i anrika Grillska Huset.

Inre Ringen Stockholms län



Under våren har vi hållit flera möten, men vi har också varit ute och ätit på restaurang.



Utöver ordinarie möten har vi, tillsammans med Stockholms lokalförening anordnat workshops där vi har bjudit in medlemmar med IF. Vi har bland annat talat om boende, ekonomi, budget, relationer och samtycke.

Turnén bland FUB Stockholms läns lokalföreningar fortsätter

Länets ombudsman Karin Törnblom samt riksförbundets föreningsutvecklare Attila Fabian fortsätter sin turné till länets lokalföreningar.

Snart har samtliga av länets 11 lokalföreningar fått påhälsning och det har varit många givande möten.

I april kom turen till Norrtälje lokalförening. Här träffade vi en väldigt levande förening som bedriver såväl aktiviteter som intressepolitiskt arbete. De berättade för oss att de har en jättebra och fungerande samverkan med kommunen, vilket var väldigt glädjande att höra!



Hela styrelsen i FUB Norrtälje samlad runt bordet för att berätta för oss om sin aktiva verksamhet.

Föräldranätverk

Under våren har vi startat upp en samtalsgrupp för föräldrar. Här kan du som är förälder till ett barn med intellektuell funktionsnedsättning träffa andra föräldrar i samma situation och få råd, stöd och utbyta erfarenheter.

Det vi diskuterar under våra möten kan sedan lyftas vid våra kontakter med exempelvis habiliteringen eller primärvården. På så vis är föräldragruppen en viktig referensgrupp för länets påverkansarbete.

Vi träffas en gång i månaden.

Är du intresserad av att vara med i gruppen, anmäl ditt intresse till: karin.tornblom@fub.se



Föräldragruppen träffades för första gången den 20 april på vårt kansli. Vi hoppas på att bli fler i framtiden!

Lunch på Restaurang Terrassen

Vårt mål är att regelbundet besöka våra medlemmar ute i olika verksamheter. Isa som är medlem i Ung i FUB Stockholms län bjöd in oss till en lunch på Restaurang Terrassen.

Restaurangen ligger i närheten av tunnelbanestationen Globen. Den drivs av elever från den anpassade gymnasieskolan där Isa går sista året.

Vi serverades en mycket lyxig trerättersmeny och fick högklassig service av eleverna.



Nytt kunskapsmaterial att arbeta med och nydiplomerade seniore experter



Ett glatt gäng firande efter diplomering i Stockholmsgruppen.

I takt med att andelen äldre som har intellektuell funktionsnedsättning (IF) växer, ökar också behovet av mer kunskap hos såväl personer med IF som hos organisationer, kommuner och beslutsfattare.

Projektet "Gott liv som äldre - aktiviteter och boende för personer med IF" är ett nationellt arvfondsprojekt med delfinansiering av Sveriges kommuner och regioner (SKR). Projektägare är Länsförbundet FUB Västmanland.

Syftet med projektet har varit att ta fram goda exempel på boendeformer och aktiviteter för äldre personer med IF. Åtta kommuner undersöktes - fyra kommuner med bra boenden och fyra kommuner som erbjuder bra aktiviteter. I ytterligare fyra kommuner har äldre med IF utbildats till seniore experter.

Den världsunika utbildningen har pågått i två år och har haft fyra teman: aktiviteter, boende, åldrande och delaktighet. Under utbildningen har deltagarna gjort många studiebesök och även fått besök av olika personer. De har bokat in träffar med beslutsfattare av olika slag och berättat om hur de har det. Samt hur de skulle vilja ha det!

Till hösten är tanken att seniore experterna ska kunna konsulteras av kommuner och organisationer som behöver stöd i att utveckla sitt arbete och sin planering kring äldre personer med IF. Mer information om hur detta ska gå till kommer senare!

Stockholm är en av kommunerna som har en grupp nyligen diplomerade seniore experter. De experterna kan förstås konsulteras även av andra kommuner. Forskare har följt alla fyra grupperna med seniore experter från början till slut och första artikeln är inlämnad för granskning.

Projektet har haft lanseringar i olika delar av landet och de skrifter som vi tagit fram ligger på SKR:s webbsida. Där finns tips och goda exempel, fakta kring IF och åldrande samt metodstöd för att gå i pension och att flytta.

De är gratis att ladda ner och finns förstås också på lättläst.

Inom kort kommer även en inspelning av lanseringsdagen på SKR samt en skrift för högre beslutsfattare. Vill du veta mer gå in på projektets webbsida: <https://gottliv.nu/>

Där finns länkar till våra sociala medier.

För frågor - kontakta projektledare Kia Mundebo, kia.mundebo@skr.se

FUB Norrtälje

Åk med och dansa på Fryshuset

När: Fredagen den 26 maj 2023

Bussen avgår:

Från Rimbo busstation klockan 17.00.

Från Norrtälje busstation klockan 17.20

Från Familjens Hus kl.17.30

Bussen kostar 100 kr och betalas kontant vid påstigning.

Inträdet på Fryshuset är 100 kr och betalas med swish eller kort.

Fika finns att köpa, kontant eller med kort.

Personalens inträde och buss är gratis.

Du som behöver hjälp måste ha personal med dig och du måste kunna gå på bussen själv.

Hemmresan är cirka klockan 22.00.

Anmälan och frågor till Mari Wallgren:

0709-358420

alternativt skickar ni ett mail till:

mari@grytahem.se senast 12/5.

Det behövs ett antal deltagare för att resan ska bli av, så häng med!

Av: FUB Norrtälje



Dags att söka kurs!

Vill du lära dig digitala verktyg? Bli bättre på att läsa och skriva? Skapa musik i grupp? Gå lärlingsutbildning inom äldre- och barnomsorg?

Du kan studera inom Komvux som anpassad utbildning, grundläggande komvux med stöd och anpassad sfi på Komvux Rosenlund i Stockholms stad.

Hos oss får du:

- studera i små grupper i din studietakt
- lärare som anpassar undervisningen efter hur du lär dig bäst

Vill du börja studera hos oss så kontakta vår studie- och yrkesvägledare Pelle Järvinen på telefonnummer 08 508 332 49 eller på e-post: per.lundgren-jarvinen@edu.stockholm.se

Kolla in alla våra kurser på vår hemsida: www.komvuxrosenlund.stockholm

Följ oss på Facebook: Komvux Rosenlund

Välkommen hit!

FUB Stockholm

Höstens danser på Fryshuset

Adress: Fryshuset, Mårtensdalsgatan 6.

Tid: Klockan 18.30-22.00. Kassan öppnar 18.00!

Pris: 100 kr för FUB-medlemmar (medtag medlemskort) 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
Vid borttappade föremål, kontakta FUB Stockholms kansli.

Höstens program:

8 september	Black Jack
22 september	Gideons
13 oktober	Ayla med band
27 oktober	Hollyz
10 november	Effect
8 december	Shine



Ayla och hennes band uppträder den 13 oktober.



Black jack står på scen den 8 september.



Projektet JagÄger - Individuell Plan

Nu är vi igång med JagÄger - Ett treårigt projekt som syftar till att göra den individuella planen lättillgänglig för den enskilde samt medvetandegöra handläggare om den långsiktiga vinsten av att upprätta och följa en Individuell Plan. Den enskilde ska ges större möjlighet till inflytande i frågor som rör hens livssituation utifrån de insatser som ges och planen ska tydliggöras som en överenskommelse mellan individ och kommun. Målet är att genom den Individuella Planen öka egenmakten hos den enskilde och skapa hållbarhet i insatser.

Individuell Plan

Enligt LSS §10 ska kommunen erbjuda en individuell plan till samtliga som får LSS insats. Den Individuella Planen kan innehålla konkreta insatser men även mål och visioner för framtiden, allt ifrån åtgärdsprogram i skolan, en livsförändring som att flytta hemifrån, daglig verksamhet eller fritidsaktivitet. Individuell Plan ska ge en samlad överblick över de insatser, stöd och service man har behov av och de insatser man får.

Vi vet att det idag är väldigt få som erbjuds en individuell plan, bl. a konstaterade Socialstyrelsen för mer än 10 år sedan att det endast är sex procent som har en individuell plan. Vi vill därför både visa på möjligheten och nyttan för de enskilda och för LSS-handläggare. Vidare ser vi behovet av att skilja på Samordnad Individuell Plan, Genomförandeplan och Individuell Plan, enligt LSS §10, som är den enskilde bestämmer över.

Med JagÄger vill vi utveckla ett arbetssätt kring individuell plan som ökar egenmakt och skapar hållbara insatser. Vi planerar att genom workshops och refe-

rensgrupper utveckla verktyg och material som underlättar processen och skapar goda förutsättningar för upprätta en individuell plan.

JagÄger har etablerat kontakt med handläggare i stadsdelar inom Sthlm:s stad samt några kranskommuner. För att skapa en bild av om och hur den Individuella Planen används av kommunerna skickar vi i dagarna ut en enkät till LSS handläggare inom hela Stockholms län. De enskilda har vi kontakt med genom flera olika dagliga verksamheter där vi också kommer att börja med att undersöka nuläge och intresse men också hur många som faktiskt har en Individuell Plan.

Nyfiken på projektet? Du är välkommen att höra av dig:

Bengt Lyngbäck
bengt@fubstockholm.se
eller 070-659 16 50

Magdalena Kydd
magdalena.kydd@autismstockholm.org
eller 070-911 19 61



Kostnadsfritt friskvårdskort i stadens simhallar

Stockholms stad har beslutat att alla som bor i service- eller gruppboende inom LSS ska få kostnadsfritt friskvårdskort. Kortet gäller på stadens egna simhallar som till exempel Eriksdalsbadet och gäller för både bad och gym.

Du som bor i service- eller gruppboende meddelar din personal att du vill ha ett friskvårdskort så hjälper de dig. Det gäller även boenden som inte drivs i stadens egen regi.



Månadsmingel med Inre Ringen Stockholm hösten 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.

Höstens datum är 2 september, 7 oktober, 4 november och 2 december.

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.

På vår hemsida, fubstockholm.se, hittar du mer information om våra kommande aktiviteter. Till exempel startdatum i augusti för bowling och gymnastik.

Glöm inte att anmäla dig till vårt nyhetsbrev på hemsidan så riskerar du inte att missa något.

Runt Länet



Ny ordförande i FUB Stockholm

Monica Lönnström Billgren heter jag, och jag är nyvald ordförande för FUB Stockholm. Jag har varit med i styrelsen sedan 2011, men har lång erfarenhet av rörelsen genom att jag varit god man i över 30 år. Till vardags arbetar jag inom Internationellt utvecklings-samarbete, bland annat på Shia/My Right där jag följer flera av FUB:s internationella projekt.

Som nybliven ordförande har jag läst verksamhetsplanen för 2023 om och om igen. Jag ser en tydlig röd tråd kring de frågor vi driver och vad vi erbjuder våra medlemmar – Att leva ett gott liv och må bra. FUB Stockholm erbjuder fritidsaktiviteter som bidrar till gemenskap och ökad kunskap, men också ger kroppen möjlighet att röra på sig.

Jag tror också att det nya projektet Individuell plan som precis startat kommer att hjälpa oss med att samla kunskap om vad våra medlemmar önskar för att kunna leva ett gott liv.

Vårt intressepolitiska arbete på kommunal nivå tillsammans med FUB Stockholms Läns intressepolitiska arbete kring hälso- och sjukvårdsfrågor, lokaltrafik och färdjänst i regionen tror jag är en förutsättning för att genomdriva de förändringar som måste komma till stånd.

Tillsammans är vi starka!

Av: Monica Lönnström Billgren,
Ordförande FUB Stockholm
monica.billgren@redcross.se

FUB Södra Roslagen

Fredagsparty i Åkersberga

Jag har haft förmånen att få besöka Fredagsparty i Livats lokaler i Åkersberga en tidig fredagseftermiddag.

De hade inte startat när jag kom så jag smög mig in, följde en skylt som det stod reception på. Överallt var det färg, konstverk på väggarna och teatermaterial uppställt. Jag kunde kika in i många små eller stora rum med instrument och annat spännande. Det fanns också ett café. I rummet längst bort såg jag att det fanns folk. Än var det bara sex personer men det skulle bli fler. Anette Fahlcrantz som håller i gruppen välkomnade mig.

Efter en kort presentation började vi med en lek. En person fick säga något den tyckte om. De som också gillade den saken fick resa sig och byta stol. Men... det var en stol för lite, så den som inte fick en stol att



Patrick spelar trummor med glädje!

sitta på fick säga vad den tyckte om. Jag försökte med insekter, men det var det ingen annan som gillade så jag fick göra ett nytt försök.

Det droppade in flera personer. Vi fortsatte med att någon sa ett ord och alla försökte komma på en melodi som innehöll det ordet. Så sjöng vi låten med lite stöd från Spotify.

Patrik ville spela trummor. När han spelade var vi publik och några dansade. Sedan blev det teater. Vi provade att vara hulken och att köpa saker av varandra.

Vid det laget hade även Linda Rapp och Staffan Atling kommit. Då tog vi chansen att säga fler ord och komma på en melodi. Det är ju så roligt när man kan sjunga och någon kompar. Vissa ord var svåra. Vi kom inte på någon låt varken på tröja eller matta. Det gick bättre med sol och banan.

Som avslutning blev det fika.

När ni läser detta är terminen slut men vi hoppas Fredagsparty kommer tillbaka nästa termin.

Det som däremot är säkert är att det blir dans och allsång till sommaren.

Dans på Ekbacken

Tid: torsdagen den 17 augusti kl 18

Plats: Ekbacken, Centralvägen 5 i Åkersberga

Mer information kommer på:

www.fub.se/sodra-roslagen

Allsång på Ekbacken

Tid: söndagen den 20 augusti kl 16

Plats: Ekbacken, Centralvägen 5 i Åkersberga

En allsång för hela familjen med gästartister som Victor Crone, Janne Schaffer och stort kompband. Linda Rapp är allsångsledare och hela Livatgänget är med!

Prisinformation: 150:- för vuxna.

Barn och unga gratis upp till 15 år.

Telefonnummer: 070-819 71 32

Webbsida: www.livatartistskola.se

Kontaktperson: Linda Rapp

E-post: linda@livatartistskola.se

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

Danser och discon hösten 2023

Datum	Aktivitet/band	Plats	Arrangör
8 september	Dans: Black Jack	Fryshuset	FUB Stockholm
22 september	Dans: Gideons	Fryshuset	FUB Stockholm
22 september	Månadsdisco	Allaktivitetshuset	FUB Södertälje-Nykvarn
13 oktober	Dans: Ayla med band	Fryshuset	FUB Stockholm
20 oktober	Dans: artist ej klar	ABF-huset	FUB Huddinge
27 oktober	Dans: Hollyz	Fryshuset	FUB Stockholm
27 oktober	Månadsdisco	Allaktivitetshuset	FUB Södertälje-Nykvarn
10 november	Dans: Effect	Fryshuset	FUB Stockholm
17 november	Dans: artist ej klar	ABF-huset	FUB Huddinge
1 december	Månadsdisco	Allaktivitetshuset	FUB Södertälje-Nykvarn
8 december	Dans: artist ej klar	ABF-huset	FUB Huddinge
8 december	Dans: Shine	Fryshuset	FUB Stockholm

Fler lokalföreningar kommer att anordna danser i höst.

Information och datum för dessa kommer i nästa nummer av Länet Runt.

Håll även utkik på respektive lokalförenings hemsida för aktuella uppdateringar och eventuella ändringar.

