



FUB
Stockholms län

Nummer 3 2023

LÄNET RUNT



I detta nummer

- 2 Länsförbundet FUB Stockholms län
- 3 Ordförande har ordet
- 4 Kontakttuppgifter FUB Stockholms län
- 4 Lokalföreningar i Region Stockholm
- 5 Ung i FUB Stockholms län
- 5 Inre Ringen Stockholms län
- 6 Runt Länet: FUB Botkyrka-Salem
- 6 Runt Länet: FUB Huddinge
- 8 Skansen för alla 2023
- 10 Ombudsmannen: God hälsa- för alla?
- 12 Runt Länet: FUB Stockholm
- 17 Runt Länet: FUB Södertälje-Nykvarn
- 18 Runt Länet: FUB Norrtälje
- 18 Runt Länet: FUB Södra Roslagen
- 20 Danser och discon hösten/vintern 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

Inlägga 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/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.wallén@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

För gåvor till FUB Stockholms län:

plusgiro 23 96 49-7

Preliminär utgivningsplan Länet Runt 2023

Nr	Material	Preliminär utgivning
4	Vecka 43	Vecka 48

Ordförande har ordet

Hur är kunskapen om LSS i din kommun?

Senaste veckan har jag fått oroande information om att kunskapen om LSS ytterligare har urholkats i några av länets kommuner.

Exempel 1

En mamma fick till svar från en ny LSS-handläggare på ett möte om sin son avseende bemanning: "Vi har inga 5 plus längre!".

Vadå 5 plus? Vad har det med sonens behov av personal att göra undrar jag?

Indelningen 1 till 5 är ett gammalt planeringssystem för att beräkna översiktligt bemanningen i kommuners gruppboendestäder. De som inte passar in i ramen blir Plus, det vill säga ska beräknas manuellt. Några kommuner har så och andra lite större kommuner har försökt öka systemet till 1–8 innan plus beräknas. Det är alltså inget som LSS föreskriver. Där står att varje boende ska ha den personal som hen behöver med den kompetensen som behövs vid varje tillfälle för att den boende ska få goda levnadsvillkor.

Det borde en LSS-handläggare kunna och då blir citatet ovan oförsämrat!

Exempel 2

"Vi har inte mer pengar utan måste spara".

Det finns inget i LSS-lagen som talar om pengar! Tvärt om finns tydligt skrivet "brist på resurser är inget skäl till avslag på en begärd insats".

Dessutom finns fortfarande ett LSS-utjämnningssystem vilket är till för att utjämna kostnaderna för LSS mellan alla kommuner i Sverige.

Jag brukar säga att det oftast inte lönar sig att spara, då du i stället får betala till utjämnningssystemet. Ursprungligen var systemet till för att lösa problemet för de kommuner som historiskt sett har haft stora institutioner placerade hos sig. Nu fungerar systemet

(i teorin) som en garant för att vissa kommuner tokparar på LSS-gruppen.

Exempel 3

Till och från sysslar våra kommuner med tvångsflytt av boende på gruppboendestäder. Veckans fall var av en man som bott över 10 år på en gruppboendestad i en annan kommun än den han var född i. Placeringen var gjord av denna kommun när den inte hade en egen lämplig plats.

Mannen trivs väldigt bra på det boende han nu har haft under lång tid och förstår inte varför han har flyttats (godkänd av extern God man?). Här har pengarna fått styra igen. Inte personens välbefinnande. Han ville inte flytta! Han kan säga det muntligt.

Det är inte att följa LSS-lagens principer!

Dessa exempel säger 2 saker

Kompetensen är dålig hos de personer som på olika sätt är utsedda att hjälpa våra utsatta medlemmar.

LSS handlar alltmer om pengar trots vad lagen föreskriver. Spara mest är bäst, inte om kvalitet.

Mot alla principer i LSS-lagen!

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



Foto: Linnea Bengtsson

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

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

Inre Ringen Stockholms län

Efter ett välförtjänt sommaruppehåll har Inre Ringen Stockholms län intensifierat sitt arbete. Tillsammans med Inre Ringen Stockholms lokalför-
ening, träffades vi i slutet av augusti för att fira projektet "Mitt vuxenliv". Det blev en trevlig kväll där vi umgicks digitalt med Inre Ringen-sektioner över hela landet.



Inre Ringen Stockholms län och Inre Ringen Stockholm firar projektet "Mitt Vuxenliv".

Utöver våra ordinarie styrelsemöten anordnar Inre Ringen sedan en tid tillbaka också workshops där vi bjuder in medlemmar med IF från hela länet. Projektet "Relationer som funk-
ar" besökte oss och vi talade då om vänskap, kärlek och relationer samt gjorde övningar. Vi fick exempelvis undersöka och utforska våra personliga gränser och öva på att sätta gränser och förklara för varandra hur vi känner.



*Full galopp när projektet "Relationer som funk-
ar" höll seminarium med Inre Ringen Stockholms län och Inre Ringen.*

I november kommer projektet "Relationer som funk-
ar" tillbaka och då ska vi få prova deras nya sociala app.

Inre Ringen kommer också – som förra året - att anordna en stor julfest för medlemmar i hela länet. Håll utkik efter inbjudan på Inre Ringens Facebooksida!

Ung i FUB Stockholms län

UNG i FUB Stockholms län blomstrar och vi är nu ett 15-tal ungdomar som träffas regelbundet. Tidigare i sommar anordnade vi en kubturnering!



Vi har också åkt båt runt Djurgården, ätit på restaurang och framöver kommer vi att gå på historievandring. Vi kommer också att anordna en Halloweenfest!



Ung i FUB Stockholms län har numera en instagram-profil där ni kan följa oss:
[@ungifub.sthmslan](https://www.instagram.com/ungifub.sthmslan)

Runt Länet

FUB Botkyrka-Salem

Välkommen till en ny FUB höst!

Under senare delen av våren har vi haft informationsmöten gällande LSS i Botkyrka och för Södermansslän FUB Eskilstuna för specialpedagoger. Som vanligt var de uppskattade.

Projekt *Samplanering* har startat för LSS-boenden i Botkyrka och vi har haft vårt första möte med kommunen. Vi avvaktar med spänning hur resultatet kommer att bli.

Funktionsrätt Stockholms län har många bra möten som vi har deltagit i.

Under många år har vi haft en egen FUB-klubb i Botkyrka, men nu har vi valt att lägga ner den. Istället försöker vi att få ett bra samarbete med kommunen gällande aktiviteter för vår grupp. Under sommaren har vi haft några avslutande aktiviteter för våra medlemmar som avslutades med en resa till Åland för Klubbens styrelse. Den blev mycket uppskattad!

Vi försöker att delta på alla VON (Vård- och omsorgsnämndens möten), vilket vi har gjort under våren. En del information får vi den vägen. Vårt mål är att bjuda in oss själva till ett VON-möte för att presentera FUB. Ett försök gjordes i våras, men vi lyckades inte. Vi tar nya tag i höst.

Under hösten vill vi jobba för att öka kunskapen om habilitering.

Nu ser vi fram emot en aktiv FUB höst!

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

FUB Huddinge



Deltagarna vid årets vårresa, samlade utanför Flygmuseet i Järvsö.

Kristi Himmelsfärdshelgen åkte vi på vår årliga vårresa. I år åkte vi till Hälsingland och Järvsö.

På väg till Järvsö stannade vi i Söderhamn för att besöka ett flygmuseum. Vi gick runt och tittade på alla flygmaskiner och tidstrogna miljöer som de byggt upp, så vi alla kunde föreställa oss hur det såg ut på den tiden. Vi passade också på att äta lunch i Söderhamn.

Hotellet vi bodde på låg precis vid skidbacken och det var inte långt att gå till Järvsö zoo som vi besökte. Vi besökte också Lill Babs museet som ligger i Järvsö. På bilderna kan du se några som åkte med på resan utanför flygmuseet och en bild på björnarna som bor på Järvsö zoo. På vår hemsida kan du läsa mer om vad vi gjorde på resan.

Under Huddingedagen i juni var det många som kom fram till vårt tält för att få reda på vad FUB är! Vi gick också runt och pratade med politiker och kommunens verksamheter för att berätta vad FUB är. Vi vill ju ha mycket samarbete med kommunens verksamheter, föreningar och politiska partier. På bilden kan du se några personer från styrelsen som var på plats i tältet.

Vi avslutade våren med Folkparksfesten i Stortorpsparken i juni. Linda Rapp och Company spelade för



Söderhamn.

oss. Solen sken och det var riktigt varmt. Kön var lång till grillkorven och till caféstugan. Dansgolvet gungade i takt med musiken och allsången. Det var en toppendag!

I höst startar vi upp som vanligt med tipspromenad och grillar korv i Rådsparken.

Höstens danser är 3 till antalet i höst/vinter. Datum kan du se längst bak i tidningen.

I år är det 25 års sedan vi i Huddinge startade upp våra danser. Först tillsammans med Tyresö/Haninge på Midgård och de 10 sista åren har vi varit i ABF-huset i Huddinge. Det ska vi fira på något sätt, så håll koll på hemsidan och på våra utskick där vi skriver var och när vi firar det.

Hösten innebär också arbete för oss. Vi fortsätter med att besöka gymnasieskolorna som anpassad skola. Vi planerar även att få till ett bra samarbete med grundskolorna. I oktober är det en framtidsmässa som gymnasieskolorna anordnar varje år. Där kan elever och vårdnadshavare träffa olika aktörer, bland annat olika dagliga verksamheter, biståndshandläggare, arbetsförmedlingen och föreningar. FUB är självklart på plats med ett bord och information om

vår verksamhet. Vi vill så gärna komma i gång med "Ung i FUB".

Samverkan enligt LSS fortsätter också med cheferna inom funktionshinderomsorgen.

Vår ekonomi blir sämre även i år, då kommunen har sänkt alla vårt föreningsbidrag även i år. De pengar som vi har går i första hand till våra danser.

Catharina Björkander,
Sekreterare 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

Skansen för alla 2023

Onsdagen den 23 augusti var det åter dags för den efterlängttade skansendagen. Det blev en festlig och skön dag fullspäckad med aktiviteter och underhållning. "Skansen för alla" var i år välbesökt och glädjen var på topp!



Redan strax efter klockan nio på morgonen började de första besökarna att anlända till Bollnästorget, beläget i hjärtat av Skansen. När dagen invigdes vid 10.30 var hela dansbanan fylld av entusiastiska besökare i alla åldrar. Ungdomar från dagliga verksamheter stod sida vid sida med glada pensionärer och sjöng med när Ayla och hennes duktiga kompband ledde den traditionsenliga allsången.

Strax innan lunch spelade publikfavoriterna Heronstones. Det bjöds även på ett uppskattat smakprov från Ronja Rövardotter.

Eftermiddagens schema var fullspäckat. Besökarna kunde klappa djur, få ansiktsmålning, prova på enkelgympa med Friskis och Svettis, pimpa sin rullstol, prata med tidningen 8 sidor och testa "läskiga lådan". För den som var hungrig fanns korvgrillning till buds.

FUB Stockholms Stefan Fagerström var på plats med Inre Ringen Stockholm. De berättade om sina många aktiviteter så som danserna på Fryshuset, sitt månadsmingel och de populära bowlingträffarna.

FUB Stockholms läns Karin Törnblom och Johan Jarl närvarade tillsammans med Inre Ringen Stockholms län. De körde ett digitalt quiz om LSS och berättade för intresserade om Ung i FUB Stockholms län, föräldranätverket och Inre Ringens arbete.

Även flera andra närliggande organisationer var på plats, så som Autism Stockholms län och Svenska Downföreningen avdelning Stockholm. Ewa-Maj Rasmusson Säter och Rober Öberg från Riksförbundet FUB berättade om arvsfondsprojektet "Mitt Vuxenliv".

Vi fick alla en varm och lagom solig dag på Skansen, fylld av glädje och gemenskap. Som avslutning körde Ayla med band några dansanta låtar så som Papaya Coconut och Kom hem. Därefter dansade besökarna iväg till färdtjänsten vid Sollidens parkering, där ytterligare underhållning väntade.

Text: Johan Jarl
johan.jarl@fub.se

Bilder: Johan Jarl och Stefan Fagerström



Ayla med band framträdde och ledde allsång med stor närvaro och entusiasm.



Paret Krister och Anna Ekberg tog sig en svängom och bjöd på spontandans till Papaya Coconut.



Det bjöds även på ett härligt framträdande med scener ur Ronja Rövardotter.



Även organisationen Autism Stockholms län medverkade under årets Skansendag.



Stefan Fagerstöm från FUB Stockholm med Krister Ekberg, Klara Lünig och Anna Timoney Ringström.



Arvsfondsprojektet "Relationer som funkar" var på plats.

Ombudsmanen har ordet

God hälsa - för alla?

Är en god hälsa viktigt för dig? Jag vågar påstå att alla skulle svara ja på den frågan.

Vad är då en god hälsa och hur kan man uppnå detta? Och vilka problem kan man mötas av när man försöker upprätthålla god hälsa, exempelvis om man har en funktionsnedsättning?

Idag ligger en stor del av ansvaret för att man i slutändan får en adekvat vård på den enskilde personen. Uttrycket "man måste vara frisk för att vara sjuk" har mer eller mindre blivit en allmän sanning. När sjukhus och vårdcentraler inte kommer åt att läsa varandras journalanteckningar, när remisser inte skickas eller följs upp och vårdgarantin inte alltid uppfylls faller det ofta tillbaka på den enskilde eller – om sådana finns – dennes anhöriga.

Det är inte svårt att föreställa sig att en person med behov av exempelvis kognitivt stöd lätt hamnar i limbo. Regionens plattformar är inte särskilt tillgängliga och dessutom inte alltid samordnade. Det ställs krav på Bank-id och att kunna ringa sin vårdgivare är långt ifrån självklart idag.

Målgruppen personer med intellektuell funktionsnedsättning (IF) har generellt en ökad risk för somatisk såväl som psykisk sjukdom. Man kan tänka sig att det inte sällan kan vara till följd av sämre levnadsvanor och sämre förutsättningar, exempelvis om man inte får de insatser som behövs för att säkerställa ett gott liv enligt LSS. Man kan också tänka sig att en snäv ekonomisk situation påverkar hälsan negativt på en rad olika sätt.

Många med IF lever med en psykisk ohälsa. Här är det viktigt att eventuell psykisk ohälsa inte tillskrivs funktionsnedsättningen utan identifieras och behandlas med evidensbaserade metoder. Så kallat utmanande beteende, dvs. utåtagerande eller självskadebeteende måste uppmärksammas och inte minst måste själva orsaken till beteendet ringas in. Det kan exempelvis handla om brister i bemötandet hos personalen i LSS-verksamheten eller att den enskilde inte kan göra sin röst hörd och saknar stöd i sin kommunikation med omvärlden. Det kan också bero

på social isolering till följd av att man inte beviljats exempelvis en kontaktperson.

Vissa sjukdomar, till exempel cancer, upptäcks generellt senare hos personer med intellektuell funktionsnedsättning. Kvinnor med IF som diagnostiserats med bröstcancer löper nästan 70% högre risk att dö av sjukdomen än kvinnor utan funktionsnedsättning (källa socialstyrelsen). Brister i stödet att tidigt upptäcka cancer leder till dessa alarmerande siffror. Därför måste information från vården vara lättläst och kallelser till exempelvis mammografi följas upp.

Eftersom många patienter med IF kan ha svårt att beskriva hälsoproblem kan det finnas skäl till en årlig hälsokontroll. Övervikt, diabetes, hjärt/kärlsjukdomar och dålig tandhälsa är vanligt förekommande hälsoproblem hos personer med IF. Dålig tandhälsa kan ge andra följdproblem, fysiska såväl som psykiska, och måste uppmärksammas.

Risk för tidig demens kan förekomma och det behövs därför vaksamhet vid sådana indikationer. Man bör också ta i beräkning andra riskfaktorer för demens, såsom fysisk och psykisk sjukdom samt exempelvis isolering och ensamhet.

Det är av största vikt att personal på LSS-bostäder har kompetensen att tolka signaler och uppmärksamma problem hos den enskilde. Här är det viktigt med både kompetens och kontinuitet hos personalen. Om personalen känner den enskilde och har god kunskap om densamme så är det större möjlighet att avvika beteendet såsom smärta eller ångest tidigt kan uppmärksammas. En god kontakt med de anhöriga som kan stödja och tolka den närstående är också betydelsefullt.

Initiativet "LSS- hälsa" finns i vissa kommuner. Syftet är att erbjuda god hälso- och sjukvård till personer med funktionsnedsättning som bor i LSS-bostad eller har insatsen daglig verksamhet. Viktigt att notera är dock att det finns ingen regionövergripande översyn och ingen garanti för att ett LSS-hälsoteam finns i just din kommun. Då LSS-hälsan arbetar gentemot de personer som finns på LSS-verksamheter innebär det dessutom att dessa insatser erbjuds till långt ifrån alla som borde ha tillgång till dessa.

En samordnad individuell plan är viktigt för målgruppen. Samverkan är essentiell då målgruppen ofta har insatser från flera håll och kan ha flera funktionsnedsättningar. Läkare bör ha utbildning för att möta målgruppen samt vid behov kunna använda sig av AKK (alternativ kommunikation), exempelvis bildstöd.

Tillgänglig och lättläst information är en rättighet som inte alltid tillgodoses. 1177 eller motsvarande måste bli enklare, tydligare och bättre anpassad för personer med IF.

Frågan om bank-id är viktig för målgruppen eftersom många inte har bank-id och då hamnar i ett digitalt utanförskap när det gäller sina vårdkontakter. Tillgänglighet och möjlighet att nå vården på annat sätt än digitalt är viktigt. Så länge patienter med IF inte har full tillgänglighet måste de kompenseras för detta.

Personliga ombud/patientföreträdare skulle kunna stötta målgruppen och också hantera övergångar mellan olika vårdkontakter. Viktigt är då att de har god kunskap om målgruppen. Det är också viktigt att

ombudens arbete inte förutsätts ske på ideell grund utan att detta är något som regionen administrerar och erbjuder.

Som avslutning vill jag uttrycka en önskan om att regionerna i större utsträckning involverade funktionsrättsrörelsen i arbetet med personcentrerad vård i hela landet!

Karin Törnblom
Ombudsman
FUB Stockholms län
karin.tornblom@fub.se



Självkänsla

Inflytande i vardagen stärker självkänslan hos personer med intellektuella funktionsnedsättningar. Därför skapar vi tillsammans en tillvaro där du är med och bestämmer i såväl stora som små frågor. Hos oss bor du i egen lägenhet, men du får alltid det stöd du behöver för att kunna leva som du vill. Inga konstigheter egentligen. Det är bara så – som det borde vara.



Nu har vi flera lediga LSS-lägenheter i Vallentuna och Täby!
Besök oss på www.ersta.se/lss

ERSTA LSS DRIVS AV ERSTA DIAKONI, EN IDÉBUREN AKTÖR
SOM ÅTERINVESTERAR VINSTEN I VERKSAMHETEN.


ERSTA
LSS

Runt Länet

FUB Stockholm



Äventyrsbad för hela familjen

Lördag 25 november har vi hyrt hela Vilundabadet i Upplands Väsby.

Mellan klockan 18.00 och 21.00 är anläggningen öppen bara för RBU och FUB, men stängt för allmänheten. Alla åldrar är välkomna.

Avgift:

Barn 0-4 år: gratis

Barn från 5 år, ungdomar och vuxna: 50 kr/person

Assistenter/ledsagare: gratis (men köper eventuellt fika/mat på egen bekostnad)

I priset ingår entré och tillgång till anläggningens alla bassänger inklusive äventyrsbadet. Dessutom ingår fika och mat (pannkakor alternativt korv) för alla i familjen. Ni får fika/matbiljetter som ni löser in i badets café någo gång mellan 18.00-20.00. Assisterter köper sin eget fika/mat. Vi har inga möjligheter att erbjuda specialkost.

Vi har tillgång till alla bassänger i anläggningen samt äventyrsbad med vattenrutschbana, strömbassäng och Fritt Fall under tiden 18.00-20.00. Fram till 21.00 är omklädningsrum, duschar och bastu öppna.

Anmälan görs senast den 20 november till:

kontakt@stockholm.rbu.se

I anmälan ska du uppge:

- Antal barn och barnens åldrar
- Antal vuxna (föräldrar)
- Antal assistenter/ledsagare
- Mail och mobilnummer till en vuxen.

Läs mer om badet på:

www.medley.se/vara-anlaggningar/vilundabadet/bad

Studiecirkel om LSS, god man och ekonomi för föräldrar och anhöriga medlemmar i FUB

Har du en tonåring eller ung vuxen som omfattas av LSS och är intresserad av att veta mer om vad det är som gäller när man är myndig?

Vi bjuder in till en studiecirkel där vi går igenom vad vårdnadshavare behöver tänka på för myndiga och unga vuxna såsom:

- Innehåll i LSS
- Fullmakt
- God man
- Ekonomi
- Egen bostad
- Vad kan vårdnadshavare påverka?

Tillsammans tittar vi närmare in på ovan områden, lär oss mer om lagstiftningen och om vilka förutsättningar som finns.

Cirkeln leds av en cirkelledare och vi bjuder in föreläsare till något/några av tillfällena. Stort utrymme kommer att ges till diskussion och reflektion med närstående i liknande situation.

Vi träffas vid sex tillfällen:

Måndagar den 23 oktober och 6, 13, 20 och 27 november, samt den 4 december.

Tid: Klockan 17.00 - 19.15

Plats: Brännkyrkagatan 91

Avgift: 600 kr för medlemmar i FUB

Cirkeln är ett samarbete mellan FUB Sthlm och Studieförbundet Vuxenskolan i Stockholm.

Anmälan görs senast deb 30 september 2023.

Har du frågor kontakta Bengt Lyngbäck:

070-6591650

bengt@fubstockholm.se

Begränsat antal platser, tidig anmälan ger företräde.

Inbjudan till Ung i FUB Stockholm hösten 2023

Är du mellan 16–25 år? Välkommen att delta i Ung i FUB Stockholm.

Vårt mål är att erbjuda deltagarna meningsfulla aktiviteter i ett sammanhang där alla kan umgås och utveckla sin självständighet med kompisar. Deltagarna handlar i närliggande affär och lagar mat själva med stöd av ledarna.

Förutom att laga mat gör vi ibland aktiviteter utanför FUB Stockholms lokal som till exempel: gå på disco, spela bowling, spela minigolf eller ha picknick.

I lokalen finns också möjlighet att lyssna på musik, spela spel och pyssla.

Vi utgår från deltagarnas intresse och önskemål i planeringen av innehåll på träffarna.

Ledarna finns som stöd för gruppen i alla aktiviteter. Våra aktiviteter kräver en viss självständighet och vi har begränsade möjligheter att fungera som individuellt stöd. Om du har behov av individuellt stöd är du välkommen att ta med en stödperson.

Var: Vi träffas i FUB Stockholms lokaler på Brännkyrkagatan 91, nära Zinkensdamms tunnelbana.

När: Vi träffas två gånger i månaden oftast på tisdagar, mellan klockan 17.00-19.30.
Första gången vi ses är tisdag 12 september.

Pris: Deltagaravgiften är 500 kr/termin för FUB-medlemmar och 800 kr/termin för ickemedlemmar.
När vi gör aktiviteter utanför FUB sker det till självkostnadspris. Du får komma och prova på en gång innan du bestämmer dig för att vara med.

Kontakt: Vi som är ledare heter Thomas Larsson, Gittan Fagerström och Linn Fagerström.
För mer information, kontakta Gittan Fagerström:
gittan@fubstockholm.se

eller Stefan Fagerström:
stefan.fagerstrom@fubstockholm.se
0737 10 77 79

Kom och spela på Birka Bowling Välkomna att prova på en gång utan kostnad!

Plats: Birka Bowling, Birkagatan 16-18.
Telefonnummer dit är 08-30 50 10.

För att komma dit kan du välja att åka T-banans gröna linje till Sankt Eriksplan, blå buss nummer 3 och hållplats Sankt Eriksplan eller blå buss nummer 4 och hållplats Sankt Eriksplan.

Tid: Onsdagar eller torsdagar. Vi träffas klockan 16.45, börjar spela klockan 17.00 och slutar spela klockan 18.00.

Pris: 800 kr/termin för medlemmar i FUB och 1 100 kr/termin för icke-medlemmar.

Ledare: Jonas von Hofsten och Lotta Adolfsson.
Övriga ledare är Elin, Ida, Houssein och Pia.

Är du intresserad eller har frågor:

För mer information, kontakta Stefan Fagerström på FUB Stockholms kansli, vardagar mellan klockan 09.00-16.00 på telefon 0737 10 77 79, eller skicka ett mail till: info@fubstockholm.se

Har du frågor till bowlingledarna kontaktar du Jonas von Hofsten på e-post:
jonas.von.hofsten@fubstockholm.se

Kom och gympa i Matteusskolan Gympa till musik. Välkomna att prova på en gång utan kostnad!

Plats: Matteusskolans gymnastiksal, Vanadisvägen 16 i Vasastan.

Tid: Måndagar klockan 18.00-19.00.

Pris: 600 kr/termin för medlemmar i FUB och 900 kr/termin för icke-medlemmar.

Ledare: Lotta, Ida och Elin Adolfsson.

Är du intresserad eller har frågor:

Kontakta Lotta Adolfsson på telefon: 0706 18 88 06, alternativt Stefan Fagerström på FUB Stockholms kansli, vardagar mellan klockan 09.00-16.00 på telefon 0737 10 77 79, eller via e-post till: info@fubstockholm.se.

Runt Länet

Fullt ös på FUB Stockholms sommarkryssning



Tusse med den glada kryssningsgästen.

En vacker junidag gick över 200 FUB:are ombord på Vikingbåten Cinderella. Alla bar på en goodiebag.

En stor buffé med jättegod mat och dryck stod uppdukad för oss. Mätta och belåtna kunde vi sedan upptäcka båtens alla nöjen. Kvällen avslutades med underhållning av Tusse som tog väl hand om oss.

Dag två hade vi hela den stora danssalongen Etage för oss själva. Stora bord stod uppdukade med härliga ost- och skinkmackor, kaffe och frukt. Detta eftersom det inte fanns frukost på den här kryssningen.



Dans och allsång till härlig musik.



Folksamling vid prisbordet. Stort tack till Diana som knåpat ihop fina sagofigurer.

Plötsligt sprang Elvis in på scenen och började sjunga. Nej, det var inte den riktiga Elvis utan vår egen Sören som underhöll oss med en musikfrågesport. Ibland var frågorna väldigt kluriga. Alla var duktiga och vann någonting, så kön till prisbordet var lång.

Sedan dansade vi och sjöng allsång under Sörens säkra ledning.

Nu väntade en härlig brunch i den stora matsalen. Allt smakade gott och efter desserten gjorde kanske många ett sista besök i taxfree-butiken eller satt bara och lyssnade på musik en stund.

Trötta och glada kom vi hem igen till Stockholm. Vi kramades och tackade varandra för ännu en lyckad FUB-kryssning.

Text och bild: Eva & Mia Söderbärj



Vår ständige underhållare Sören.

Debattartikel: Som djur i bur

– Jag tänker på djur i bur, sa en av FUB:s medlemmar efter att ha sett en del av föreställningen. En annan reagerade med: – Kalla mig gärna för idiot, men rör inte mina mänskliga rättigheter!

I dagens gruppboenden förekommer kränkningar som i alltför hög utsträckning påminner om Vipeholm och inskränkningar av de rättigheter som LSS – lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade – ska garantera. Redan 2015 larmade IVO – som har tillsynsansvar – om att de såg ”en tillbakagång mot större institutioner”.

I höst sätter Stadsteatern upp Vipeholm – tiden före framtiden. Pjäsen är en stark skildring av 40-talets samhälle och människosyn, och drabbar åskådaren med stor kraft, oavsett vem som tittar.

Det svenska samhället har utvecklats sedan experimenten på Vipeholm, och insatserna för personer med funktionsnedsättning har förbättrats på många sätt. Trots detta finns det oroande likheter mellan hur människor med IF – intellektuell funktionsnedsättning – behandlades på Vipeholmsanstalten och dagens omsorg och stöd för denna målgrupp.

Avsikten med särskilt boende för människor med IF är bland annat att erbjuda individen stöd och gemenskap med omvårdnad, fritidsverksamhet och kulturella aktiviteter. Dessvärre är de boende i dag utelämnade till ett liv med stora begränsningar med ett standardiserat stöd som inte möter den enskildes behov.

Detsamma gäller sysselsättning och arbete som i många fall liknar verksamheten vid de stora institutionerna från förr. I dag sysselsätts nästan 40 000 personer inom DV – daglig verksamhet. För många fungerar det bra, men det finns också stora brister, som exempelvis möjlighet till delaktighet och inflytande till villkor och ersättning. När det är som sämst segregerar och isolerar DV personer med funktionsnedsättning från samhället.

Människor med IF är fångade i fattigdom utan att själva kunna påverka sin ekonomi. Det är inte ovanligt att utgiften för enbart boende med råge överstiger inkomsten. Många lever på existensminimum, och många tvingas förlita sig på att närstående har möjlighet att skjuta till pengar för att få ett drägligt liv.

FN:s kommitté för rättigheter för personer med funktionsnedsättning har riktat skarp kritik mot delar av det svenska DV-systemet. Kritiken handlar om att säkerställa att alla former av daglig verksamhet och sysselsättning är i linje med konventionens grundläggande principer och inte i segregerade institutioner.

Inom ramen för LSS garanteras individen rättigheten till inflytande över sitt liv, något de i dag ofta berövas. De flesta kommuner känner inte till att det i enlighet med LSS §10 finns krav på att erbjuda individuell plan. Precis som de intagna på Vipeholmsanstalten saknade insyn och information, har personer med funktionsnedsättning generellt inte någon fullständig medbestämmanderätt över sin vardag, över vilket stöd och omsorg de vill ha och behöver.

Dagens samhälle har potentialen att omvandla tidigare mörka kapitel till en plattform för förändring och framsteg. FUB Stockholm vill:

1. Att LSS ska efterlevas och individuell anpassning förstärkas. Omsorg - och stödinsatser måste vara individuellt anpassade för att möta varje persons unika behov och önskemål. Utgå ifrån LSS lagstiftningen om att leva ett liv som andra i hela livscykeln – omsorg, boende, arbete, sysselsättning, etc.
2. Att inflytande och delaktighet ska främjas. Personer med funktionsnedsättningar måste inkluderas i beslut som gäller deras egna liv oavsett insats och utförare. Rätten till självbestämmande och delaktighet måste prioriteras.
3. Att verksamheter utvärderas och övervakas regelbundet. För att säkerställa att de uppfyller kvalitetsstandarder och respekterar mänskliga rättigheter.
4. LSS-inspektion - tillsynsbehovet för LSS-verksamheter långt större än vad Inspektionen för vård och omsorg, IVO, klarar av att möta. Det är allvarligt att IVO fortsatt är en synnerligen underfinansierad myndighet utan krav på att granska anmälningar från enskilda, den grupp som kanske bäst känner till missförhållanden och som även är mest angelägen om att synliggöra dem. Konsekvenserna för de personer som utsätts för våld, övergrepp och andra allvarliga missförhållanden är förödande.
5. Att etikkommittéer införs. Institutioner och organisationer som arbetar med människor med funktions-

Runt Länet

nedsättningar bör etablera etikkommittéer för att säkerställa att etiska riktlinjer efterlevs. Ge uppdraget till det nyetablerade MR-institutet.

Den 14 januari 2009 ratificerade Sverige FN:s konvention om rättigheter för personer med funktionsnedsättning. FN har kritiserat Sverige och rekommenderat att vidta åtgärder för att säkerställa att

daglig verksamhet och sysselsättning för personer med funktionsnedsättningar är i linje med konventionens principer. Detta inkluderar att främja inkludering och integration, erbjuda meningsfulla och utvecklande arbetsmöjligheter, och säkerställa att personer med funktionsnedsättningar har möjlighet att vara delaktiga med inflytande över sina egna liv och beslut.

Om Vipeholmsexperimenten

Vipeholmsexperimenten, som genomfördes under 1940–1950-talen på Vipeholmsanstalten i Lund, är en mörk episod i Sveriges medicinska historia. Experimentet syftade till att studera sambandet mellan sockerintag och kariesutveckling, och de utfördes på människor med intellektuell funktionsnedsättning utan deras samtycke eller skydd. Genom extremt överdriven sockerkonsumtion provocerade man fram karies på de intagna, vilket ledde till allvarlig tandohälsa och karies som resulterade i stort lidande och omfattande skador. Experimenten har länge stått som en symbol för oetisk medicinsk forskning och kränkning av de mest grundläggande mänskliga rättigheterna. Med stöd i tvångsvård och utan etiska principer undersöktes och behandlades de då så kallade idioterna, obildbara och sinnesslöa på den statliga anstalten Vipeholm.

Förutom att Stockholms Stadsteater sätter upp Vipeholm – tiden innan framtiden har anstalten under senare tid uppmärksamats i böcker, radiodokumentärer och filmer som beskrivit och avslöjat verksamhetens avsaknad av forskningsetik och mänskliga rättigheter. För 15 år sedan skildrade läkaren och den före detta överinspektören på Medicinalstyrelsen och senare Socialstyrelsen, Karl Grunewald, den mörka historien om hur samhället såg på och behandlade människor med intellektuell funktionsnedsättning i boken "Från Idiot till medborgare." Elin Bommenel hade några år tidigare skrivit sin doktorsavhandling "Sockerförsöket" där hon undersökte experimentet som ingick i kariesprovokationen åren 47–49. Experimenten var sprungna ur en undersökning som gjordes på uppdrag av regeringen som hade gett Medicinalstyrelsen uppgiften att klargöra orsakerna till karies.

Av:

Monica Lönnström Billgren
Ordförande FUB Stockholm

Krister Ekberg
Inre Ringen Stockholm

Carl-Henrik Arosenius
Ordförande Autism Stockholms län

Kontaktperson: Bengt Lyngbäck
bengt@fubstockholm.se

Höstens danser på Fryshuset

Adress: Fryshuset, Mårtensdalsgatan 6.

Tid: Klockan 18.30–22.00. Kassen öppnar 18.00!

Pris: 100 kr för 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:

13 oktober
Ayla med band

27 oktober
Hollyz

10 november
Effect

8 december
Shine





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.

FUB Södertälje-Nykvarn

Månadsdisco hösten 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

Onsdagscafé hösten 2023

Plats: Allaktivitetshuset, Barrtorpsvägen 1A.
Ingång ovanplan.

Tid: Klockan 18.00-20.30

Datum:

4 oktober Hälsokväll

11 oktober Musikquiz

18 oktober Bingo/Disco

25 oktober Halloweenkväll

OBS! Inget Onsdagscafé 1 november

8 november Egna uppträdanden

15 november Femkamp

22 november Livemusik

29 november Julpyssel

6 december Lucia firande

Vi tar endast emot kontanter eller Swish.

Kontakta: 073-627 35 10 eller

fub.sodertalje.nykvarn@outlook.com

Hemsida: www.fub.se/sodertslje-nykvarn

Runt Länet

Danser på Trombon hösten 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.

Cafeterian är öppen mellan 18-20,30

För datum - se baksidan på denna tidning.

Orkestrar kan bytas ut av orsaker som vi inte kan rå över.

Kontakta: 073-627 35 10 eller

fub.sodertälje.nykvarn@outlook.com

Hemsida: www.fub.se/sodertälje-nykvarn

FUB Norrtälje



Den 7 oktober är det dags för FUB-dagen på Färsna gård i Norrtälje.

Vi bjuder på korv och fika. Ni kan åka traktor med tillgänglighetsanpassad vagn, titta på djur och gå tipspromenad. Men viktigast av allt är att vi träffas!

Det är gratis att delta.

Arrangemanget pågår klockan 11.00 - 14.00.

Vi uppskattar om ni anmäler er senast den 22 september till Ingrid Landin:

landiningrid@gmail.com

Välkomna!

Ingrid Landin

Ordförade FUB Norrtälje

landiningrid@gmail.com

FUB Södra Roslagen



Hänt i sommar

Försommarens höjdpunkt var utan tvekan vår Roslagsutflykt lördagen den 13 maj.

Vi var utanför Norrtälje, åkte båt, spelade kubb och gick promenad. Vädret var strålande och alla var så glada och positiva. Härligt att vara med.

Vi kommer att försöka ordna en liknande utflykt nästa år.



Mitt Vuxenliv

Den 21 augusti var vi nästan tjugo personer som firade Mitt Vuxenliv i Täby med dans, bubbel och snacks. Inte nog med det. Vi firade med personer från 30 platser till i Sverige. Vi kunde se varandra på storbildsskärm.

Mitt Vuxenliv handlar om att bli vuxen och vad det kan innebära. Vi fick se sketcher, lyssna på musik samtidigt som vi fick lära oss mer.

Vill du också lära dig mer kan du gå in på:

www.mittvuxenliv.se



Seglarläger

Under försommaren genomfördes första delen i ett projekt mellan Kryssarklubben och Täby IS Parasport. Det var ett seglarläger för personer med intellektuella funktionshinder.

Under några dagar fick deltagarna vara ute vid Malma kvarn på Värmdö och lära sig segla. Före kursen gick alla ledarna en utbildning om intellektuella funktionshinder. En kväll som Kajsa Råhlander höll i.



I september blir det ytterligare en testkurs. Därefter hoppas arrangörerna att det ska bli återkommande läger för målgruppen.

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

Irene Öhgren
070-916 22 74
ui.ohgren@gmail.com

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/vintern 2023

Datum	Aktivitet/band	Plats	Arrangör
13 oktober	Dans: Ayla med band	Fryshuset	FUB Stockholm
13 oktober	Dans: Gideons	Trombon	FUB Södertälje-Nykvarn
20 oktober	Dans: Linda & Company	ABF-huset	FUB Huddinge
27 oktober	Dans: Hollyz	Fryshuset	FUB Stockholm
27 oktober	Dans: Janne Martins	Trombon	FUB Södertälje-Nykvarn
27 oktober	Månadsdisco	Allaktivitetshuset	FUB Södertälje-Nykvarn
3 november	Dans: Yngves	Trombon	FUB Södertälje-Nykvarn
10 november	Dans: Effect	Fryshuset	FUB Stockholm
17 november	Dans: Time Machine	ABF-huset	FUB Huddinge
24 november	Dans: Jag & Du	Trombon	FUB Södertälje-Nykvarn
1 december	Månadsdisco	Allaktivitetshuset	FUB Södertälje-Nykvarn
8 december	Dans: Lina & Company	ABF-huset	FUB Huddinge
8 december	Dans: Stickanz	Trombon	FUB Södertälje-Nykvarn
8 december	Dans: Shine	Fryshuset	FUB Stockholm

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



Foto: flickr.com/
pjoyos/oscarvelazquez