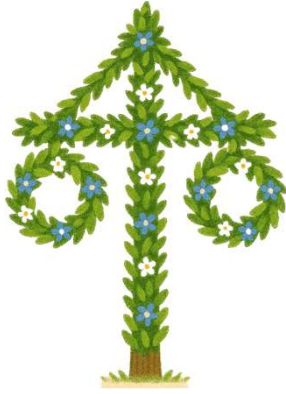


# FUB-Bladet

## Borlänge



*Nr 2*

*Maj 2025*

**FUB Borlänge** Kvarnforsplan 2, 784 66 BORLÄNGE - 076-142 00 07  
<https://www.fub.se/lokal/fub-borlange> - [fubpost@hotmail.se](mailto:fubpost@hotmail.se)

*RT90 Torsång  
Länsdans  
Sommarfest  
Tomteland  
Pyssel/Musik  
Funkisvasan  
Bada  
Simskola*



*Aktivitetsvecka  
Ridning  
Tipspromenad  
Grill  
Pyssel/Musik  
Lek och skratta  
Utflykt på hjul*

FUB-Bladet skickas ut till medlemmar i FUB Borlänge fyra gånger per år.  
För att vara med på aktiviteterna ska du vara medlem i FUB Borlänge.  
Enklast blir du medlem genom att gå in på <https://www.fub.se/om-fub/bli-medlem/>  
Om du tycker adressen är krånglig, klicka dig vidare från <https://www.fub.se/>  
Du kan också ringa **076-142 00 07** så hjälper vi dig

## Styrelse och arbetsgrupper i FUB Borlänge

Ordförande	Anette Nilsson
Vice ordförande	Patrik Hinders
Kassör	Thord Öberg
Ledamot	Oskar Adamsson
Ledamot	Lars Norell
Ledamot	Ellinor Persson Norström
Ledamot	Pernilla Berglund
Ledamot	Sebastian Karlberg
Suppleant	Hans Norrgård

Föräldrarådgivaren adjungeras till styrelsen och är sekreterare  
Föräldrarådgivare Astrid Seter

Revisor	Sven-Olov Zetterström
Revisor	Bo Norlén

### Representanter i arbetsgrupper:

Samverkan Borlänge kommun	Anette Nilsson, Astrid Seter, Patrik Hinders, Thord Öberg
Kontakt skolan	Oskar Adamsson, Patrik Hinders, Astrid Seter
Samverkan Gagnef kommun	Lars Norell, Pernilla Berglund
Kontakt Borlänge habilitering	Astrid Seter, Pernilla Berglund
Funktionsrätt Borlänge	Anette Nilsson, Thord Öberg
Gårdsrådet Kärnan	Astrid Seter, Patrik Hinders
Klippan Borlänge	Margareta Erlandsson, Astrid Seter
Aktivitetsgrupp	Patrik Hinders, Oskar Adamsson, Hans Norrgård, Astrid Seter
Inre Ringen	Göran Andersson, Astrid Seter
Övriga grupper	Styrelsen tar upp frågan om och när den är aktuell.

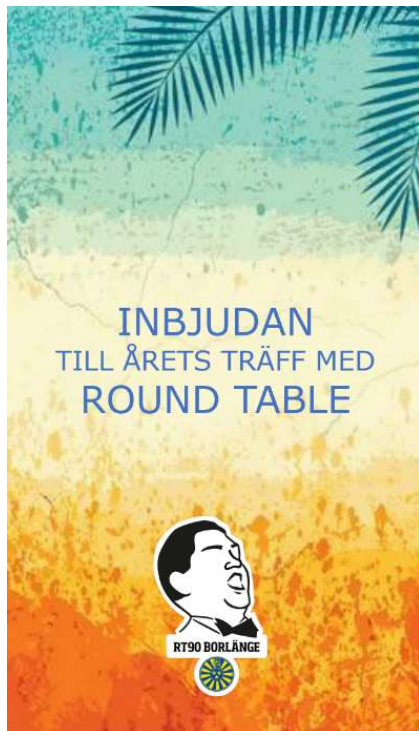
**Telefonnummer till kansliet: 076-142 00 07.** Föräldrarådgivaren träffar du i **vår lokal i Forum i Kvarnsveden**. Ring och kolla först om hon är där. Kom upp och ta en fika. Vi har lokal på övervåningen.

### Tanken med LSS

Målet med Lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade (LSS) är att personer med intellektuell funktionsnedsättning, autism eller omfattande funktionsnedsättningar ska kunna leva som andra.

Lagen ger rätt till stöd och särskild service för att uppfylla målet. I LSS står det att den som har LSS-insatser ska få goda levnadsvillkor (7 §).





**Round Table Borlänge** har nöjet att bjuda in sina vänner i FUB Borlänge på en trevlig dag tillsammans. Vi ser fram emot att anordna en dag ute vid vackra **Torsångs hembygdsgård.**

Likt traditionen bjuder kommer fräsiga bilar, båtar och mycket annat att kunna testas.

Lika traditionsenligt bjuder vi på läckerheter från grillen.

Frågan vi alla ställer oss redan nu är vilka som kommer att få gräddpajerna i ansiktet vid pajkastningen

**Datum:** Lördagen den 14 juni 2025

**Tid:** kl 11:00 – 14:00

**Plats:** Torsångs Hembygdsgård

**Medtag:** Sol, glatt humör och hungriga magar

**Anmälan görs till 076 – 142 00 07**

Vi önskar ditt svar senast **9 juni.**



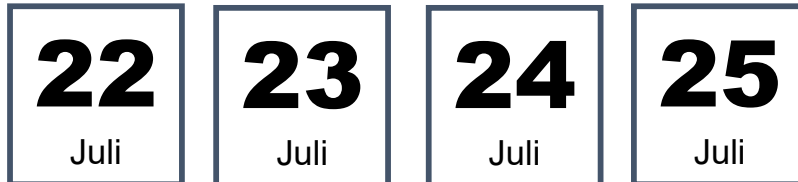
**HJÄRTLIGT VÄLKOMNA ÖNSKAR  
RT90 BORLÄNGE**



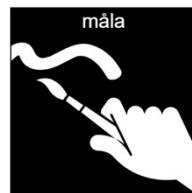
## 22 – 25 juli kör vi en Borlänge-/Gagnefvecka med aktiviteter fyra dagar

Det finns aktiviteter under veckan som du som medlem i FUB Borlänge kan välja bland. Du kan naturligtvis delta i alla aktiviteter om du vill.

Du måste anmäla dig till de aktiviteter du vill delta i. Det gör du på telefon **076 – 142 00 07** senast 19 juli. Tänk också på att lämna återbud om du inte kan delta i en aktivitet som du anmält dig till. Det gör du på samma telefon eller via samma mejl.



Tisdag 22 juli  
Gammelgården  
Kl 14 - 16



Musik/Målning/Fika i Gammelgården

Det kommer att finnas målargrejer och möjlighet att prova på målning

Karaoke och musik. Kom och sjung eller bara lyssna på bra musik

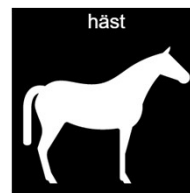
Kom ihåg att du måste anmäla dig om du vill delta eller komma och fika

Anmäl dig på **076 – 142 00 07**



**Onsdag 23 juli**  
**Mon, Djurås**  
**Kl 14 - 16**

**23**  
Juli



Prova ridning och träffa hästar i Mon (5 km väster om Djurås efter E16).  
Viktigt att du anmäler intresse tidigt om du vill rida då det finns begränsat  
med platser.

Kom ihåg att du måste anmäla dig om du vill delta eller komma och fika

Anmäl dig på **076 – 142 00 07**



**Torsdag 24 juli**  
**Sportfältet**  
Kl 14 - 16

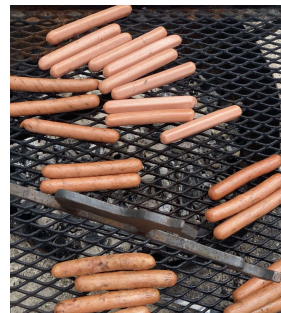


Tipspromenad med korvgrillning Sportfältet.

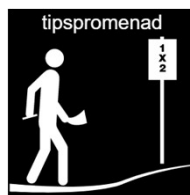
Samling vid omklädningsrummen ute på Sportfältet.

Kom ihåg att du måste anmäla dig om du vill delta eller komma och fika

Anmäl dig på **076 – 142 00 07**



**Fredag 25 juli**  
**Djurås**  
Kl 14 - 16



Vi går tipspromenad, spelar spel, grillar och fikar.

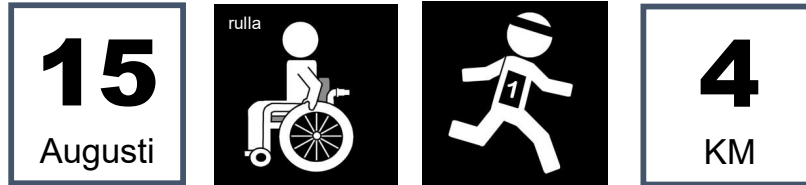
Samling vid lekparken bredvid COOP i Djurås

Kom ihåg att du måste anmäla dig om du vill delta eller komma och fika

Anmäl dig på **076 – 142 00 07**

# Funkisvasan

Fredag 15 augusti kl 14 –



Vill du vara med och springa eller rulla i mål under den klassiska målportalen i Mora?  
Anmäl dig på <https://www.vasaloppet.se/lopp/lopp/funkisvasan/> kostnad 205 kr.

Alla ordnar resan till Mora själv, så träffas vi där uppe.

**Ring 076 – 142 00 07 och berätta att du anmält dig**



# Följ med FUB Falun till Tomteland

Lördag 16 augusti kl 08 – 18



Följ med FUB Falun till Tomteland den 16 augusti.

Vi åker från Borlänge kl 08:00 och är tillbaka kl 18:00.

Kostnad 350kr per person inkl inträde. Ledsagare går in gratis. Lunch kostar cirka 150kr.

Det finns begränsat antal platser i bussen

**Anmälan senast 8 augusti till**

**076 – 142 00 07 (först till kvarn gäller)**



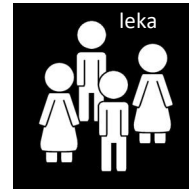
Inre Ringen finns för att vi som har en intellektuell funktionsnedsättning ska ha en egen plats där vi själva får göra vår röst hörd.



INRE RINGEN  
SVERIGE

## Lek och skratta

Söndag 31 augusti  
Sportfältet  
Kl 14 - 16

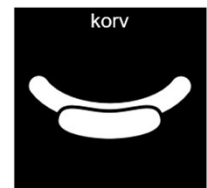


Genom enkla lekar och övningar kommer vi tillsammans med dina kompisar och vänner skratta och ha roligt.

**Anmälan senast 26 augusti till 076 – 142 00 07**

## Utflykt på hjul

Söndag 14 september  
Sportfältet  
Kl 14 - 16



Rulla, cykla eller gå till vårt utflyktsmål. Samling på Sportfältet kl 14:00

**Anmälan senast 10 september till 076 – 142 00 07**

### Tanken med LSS

Målet med Lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade (LSS) är att personer med intellektuell funktionsnedsättning, autism eller omfattande funktionsnedsättningar ska kunna leva som andra.

Lagen ger rätt till stöd och särskild service för att uppfylla målet. I LSS står det att den som har LSS-insatser ska få goda levnadsvillkor (7 §).





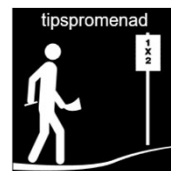
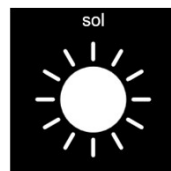
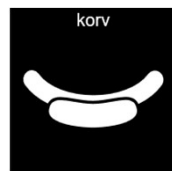
# FUB:s sommarfest på Gammelgården

Söndag 24 augusti kl 14 – 16

Om det regnar är vi i ladan



I år spelar DC-band på vår sommarfest



Efter att ha lyssnat på och kanske dansat lite till DC-band  
kan du gå en tipspromenad där du kan vinna fina priser  
FUB bjuder på fika och korv med bröd

**Anmälan senast 19 augusti till 076 – 142 00 07**

Ett stort tack för ert stöd till  
FUB Borlänge

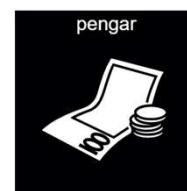
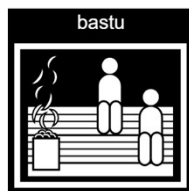


## Medlem i FUB kan bada i Maserhallens Multibassäng måndagar kl 15.00 – 19.00



Funktionsrätt Borlänge hyr Multibassängen måndagar 15 – 19. Därigenom har FUB:s medlemmar möjlighet att bada dessa tider. Badet kostar för närvarande 47 kronor per badtillfälle.

- Du måste ha giltigt badkort som kan hämtas i receptionen på Funktionsrätt Dalarna, Kvarnforsplan 2.
- Personlig assistent, ledsagare och kontaktperson till den som har beslut om sådan insats får följa med till badet utan badkort.
- Omklädningsrummen får disponeras 30 min före och 30 min efter bokad tid.
- Parkering sker på framsidan (mot Masergatan), eller på baksidan hallen. P-skiva gäller och max 3 timmar. Handikapparkering finns också på båda sidor Maserhallen



Sista badet våren 2025 är 2 juni (9 juni är badet stängt)

Sedan badar vi:

**2025-09-08 - 2025-12-15**

**2026-01-12 - 2026-06-08**

### Lyckoruset 2025

Lyckoruset är en heldagsupplevelse för dig med funktionsnedsättning, för dig som arbetar inom omsorg och för dig som vill vara med bara för att det är roligt. **24 maj blir det 7:e upplagan av Lyckoruset.**

Lyckoruset består av två motionslopp, 3 och 5 km. Loppen går på asfalterade banor inom Mora Parkens område och passar precis alla. Det finns också möjligheter att prova på en mängd olika aktiviteter.

Anmäl dig till Lyckoruset senast 21 maj!

Läs mer och anmäl dig på [www.iflyckan.se](http://www.iflyckan.se)

FUB Borlänge är inte inblandat i detta arrangemang

## Länsdansen 2025

I Kärnans Kontaktblad kan du se när och hur du kan anmäla dig till länsdanserna om du vill åka med deras buss

Tiden för samtliga danser är 18.00 - 22.00 Entré: 130 kronor

### Lördag 17 maj

Borlänge – Cozmoz

Orkester: PopNix

### Lördag 20 september

Säter - Säterdalen

Orkester: DJ (Discjockey)

**OBS! Dansen i Mora saknas i den tryckta versionen**

### Lördag 30 augusti

Mora - Östnors Bystuga

Orkester: Jonnys Gång

### Lördag 18 oktober

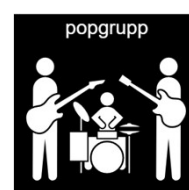
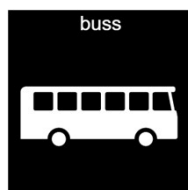
Smedjebacken

Orkester: Willys Washroom

### Lördag 23 november

Falun -

Orkester:



## Lär dig simma

eller om du kan simma

## bli en bättre och säkrare simmare



Genom Dalregementets IF kan du lära dig simma eller träna upp dig till en bättre simmare. De vänder sig till dig som har en funktionsnedsättning. De håller till i Faluns nya fina badhus. Simskolan är dagtid tisdagar. De använder en bana med trappa och hiss till vattnet.

Du kan anmäla dig till Anders Hansson genom e-post:

[anders.hansson@dalamedia.se](mailto:anders.hansson@dalamedia.se) Skriv: Namn, adress och telefonnummer.

Skriv också om du vill lära sig simma bli en bättre och säkrare simmare?

Den enda kostnaden är ett medlemskap i Dalregementets IF på 200 kronor.