

FUB-Bladet

Borlänge



Nr 1

Februari 2026

FUB Borlänge Kvarnforsplan 2, 784 66 BORLÄNGE - 076-142 00 07
<https://www.fub.se/lokal/fub-borlange> - borlange@fub.se

Aktiviteter i detta medlemsblad		Tid	Sidan
Årsmöte		4/3	3
Kör	Torsdagar	26/2 (start)	4
Prova-på dans		28/2	4
Bowling	Fredagar	27/2 (start)	5
Kreativ verkstad	Söndagar	8/3 (start)	6
Påskpyssel och påskgodis Djurås		14/3	6
Påskpyssel och påskgodis Borlänge		21/3	6
Bad i Multibassängen	Måndagar		7
Skidåkning Nybro	Lördagar		8
Parafotboll		mars (start)	8
Maskeraddisco		11/4	9
Inre ringen		15/2 (start)	10
Länsdanser 2026	Lördagar		11



Styrelse och arbetsgrupper i FUB Borlänge

Ordförande	Anette Nilsson
Vice ordförande	Patrik Hinders
Kassör	Thord Öberg
Ledamot	Lars Norell
Ledamot	Oskar Adamsson
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, Thord Öberg, Patrik Hinders
- Samverkan Gagnefs kommun Lars Norell, Pernilla Berglund
- Kontakt skolan Oskar Adamsson, Patrik Hinders, Astrid Seter
- Kontakt habiliteringen Astrid Seter, Pernilla Berglund
- Funktionsrätt Borlänge Thord Öberg, Sebastian Karlberg, Patrik Hinders
- Gårdsrådet Käran Astrid Seter, Patrik Hinders
- Aktivitetsgrupp/Barn-och ungdomsgrupp Patrik Hinders, Oskar Adamsson, Hans Norrgård, Astrid Seter
- Inre Ringen Göran Andersson, Astrid Seter, Margareta Erlandsson
- Medlemsblad Thord Öberg, Patrik Hinders
- Länsdans Astrid Seter, Patrik Hinders

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

Vi finns nu på



Facebook

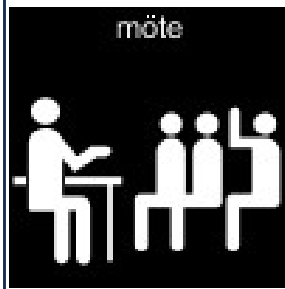


Instagram



Webben (hemsida)

Sök: FUB Borlänge
så hittar du oss



Årsmöte

FUB Borlänge

Onsdag 4 mars

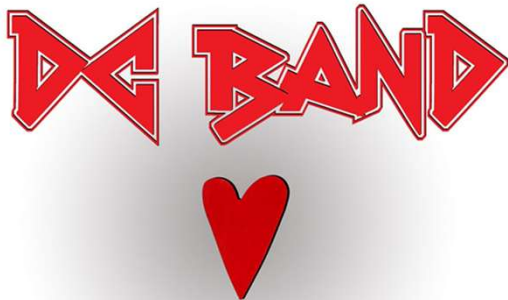
Klockan 18.00

Forum – Kvarnsveden

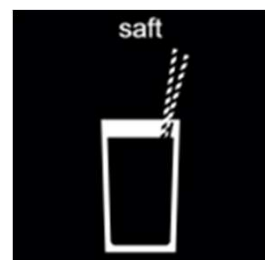


Mötesordförande: Anton Krigsman

(Anton är ordförande i FRID Dalarna som är regionens organ för samverkan med funktionsrättsföreningarna)



Efter årsmötet fikar vi med smörgåstårter och lyssnar på fantastiska DC Band



FUB:s vision

Ett samhälle, en värld, där personer med intellektuell funktionsnedsättning kan leva ett liv som alla andra

Alla kan sjunga Var med i vår kör

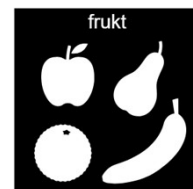
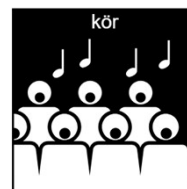
Vi sjunger torsdagar 17.30 – 18.30
i Studieförbundet Vuxenskolas lokaler

Anmäl dig på telefon **076-142 00 07**
innan du kommer första gången.

Du kan börja när du vill

Vi sjunger

26/2	5/3	2/4	7/5
	12/3	Uppehåll 9/4	14/5
	19/3	16/4	
	26/3	Uppehåll 23/4	
		30/4	



Studieförbundet Vuxenskolas lokaler hittar du på Skomakargatan
bredvid Friskis o Svettis

Gratis prova på dans för FUB medlemmar.

Dans anpassat för personer med
funktionsnedsättning, både sittande och gående.

Lördag 28 februari kl 10-11,
på Dala dansstudio.
Hantverkargatan 12 (f d Dollarstore)

Alla åldrar är välkomna och vid behov av assistent
eller anhörig så är de självklart välkomna att delta.

Det kommer att bli olika danser så som till exempel
bugg och disco. Efter dansen bjuds det på fika.

Ingen anmälan behövs.



Alla kan bowla. Vi fortsätter med två tider.

FUB Borlänge fortsätter med den populära bowlingen.
Två tider varje fredag under vintern/våren

Vi spelar			
27/2	6/3	10/4	8/5
	13/3	17/4	15/5
	20/3	24/4	22/5
	27/3		



Vi har bokat två tider varje vecka. Du väljer om du vill spela klockan 16 – 17 med **samling klockan 15.45** eller klockan 17 – 18 med **samling klockan 16.45**

Den tid du väljer gäller alla gånger.

Du som vill vara med och spela ska vara medlem i FUB Borlänge.
Du ska ha betalat medlemsavgiften för att få vara med.

Kostnad 275 kronor för de 11 gångerna.

Anmälan till 076-142 00 07 (först till kvarn gäller).

Du som vill lämna återbud eller anmäla dig för ett provspel ringer 076-142 00 07 och anmäler detta



FUB:s vision

Ett samhälle, en värld, där personer med
intellektuell funktionsnedsättning
kan leva ett liv som alla andra

Kreativ verkstad

Vill du sy, brodera, måla eller hålla på med pärlor?

Då är du välkommen till vår lokal i Forum, Kvarnforsplan 2 i Kvarnsveden

8
mars

Söndag 8 mars
14 – 16

22
mars

Söndag 22 mars
14 – 16

12
april

Söndag 12 april
14 – 16

26
april

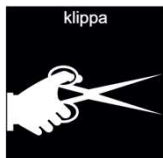
Söndag 26 april
14 – 16

3
maj

Söndag 3 maj
14 – 16

10
maj

Söndag 10 maj
14 – 16



Anmälan: **076-142 00 07**

Påskpyssel och Påskgodis

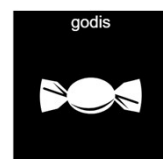
14
mars

Lördag 14 mars
14 – 16

Vi pysslar och
gör vårt eget påskgodis.

Bethelgården, Östtjärna 145 Djurås

Ingen anmälan – bara kom



Påskpyssel och Påskgodis

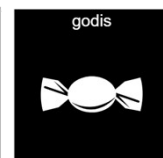
21
mars

Lördag 21 mars
14 – 17

Vi pysslar och
gör vårt eget påskgodis.

Fritidsgården Knuten i Kvarnsveden

Ingen anmälan – bara kom



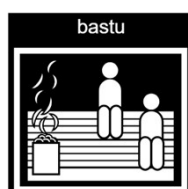
Medlem i FUB kan bada i Maserhallens Multibassäng måndagar kl 15.00 – 19.00 Vi badar 12 januari - 8 juni



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 (öppen vardagar 7.30 – 16, fredagar till 15).
- Personlig assistent, ledsagare, kontaktperson eller annan som behövs som stöd och hjälp 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), P-skiva gäller och max 3 timmar. Ny stor parkering finns på baksidan och där krävs ingen P-skiva. Där finns också handikapparkering i anslutning till entrén.

OBS! Nya badkort från och med 2026. De hämtas ut i Funktionsrätts reception i Forum i Kvarnsveden



Häftiga bilar, båtar och mycket annat brukar vi kunna testa när Round Table bjuder till träff i Torsång. I år planerar de träffen till 19 juni. Läs mer i nästa medlemsblad



Åk skidor i Nybrobacken

Under vintersäsongen har IFK Borlänge Alpin en grupp för personer med funktionsnedsättning som tränar och trivs tillsammans.

Lördagar kl 10 – 15 finns det möjlighet att prova på för den som inte redan är med i gruppen. Det finns tillgång till hjälpmedel som gör att alla kan delta.

Ring 070 – 588 13 76 första gången och kolla att någon kan ta emot dig.



BIK United har ett lag i parafotboll. De börjar sin träning i mars. Vill du veta mer eller vara med? Skicka ett sms till 070-265 70 45 och berätta det.

FUB:s vision

Ett samhälle, en värld, där personer med intellektuell funktionsnedsättning kan leva ett liv som alla andra



Maskeraddisco

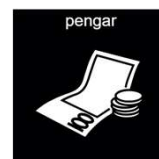
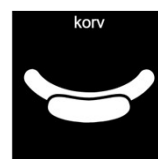
Lördag 11 april kl 16 – 20

Knutens fritidsgård i Kvarnsveden

Fika och korv 50 kronor

Anmälan till 076-142 00 07

Senast 5 april



Vilka aktiviteter vill du att vi ska ordna?

Vi vill och vi försöker ordna aktiviteter som ska passa alla våra medlemmar. Men vi vet att vi kan bli bättre.

Har du förslag på aktiviteter som du tycker vi ska ordna?

Ring **076-142 00 07** och berätta

 INRE RINGEN

Inre Ringen finns i hela Sverige och är en del av FUB.

Inre Ringen finns för våra medlemmar med intellektuell funktionsnedsättning. Inom Inre Ringen arbetar man med egna frågor, idéer och aktiviteter.

Inre Ringen ger medlemmarna en chans att lära känna nya personer och göra roliga saker tillsammans!

Inre Ringen Borlänge har sin första täff **15/2 10.00 - 12.00** i vår lokal i **Forum i Kvarnsveden**

Första träffen kommer att ta upp kontaktperson, ledsagare, boendestöd, tillgänglighetsvandring och frågor som medlemmarna tar med sig.

Fika kommer att finnas.



Gå aldrig ensam på ett möte med kommun, försäkringskassa eller andra myndigheter.

Sök alltid insats i den omfattning som du anser att du har behov av

Låt dig inte påverkas om handläggare i kommunen eller annan "tipsar" om att det inte är någon mening att du söker en insats över en viss omfattning. "Det är ingen mening att du söker mer än timmar. Ingen får mer".

Du ska alltid söka den insats och i den omfattning du anser dig behöva. Det är nödvändigt för möjligheten att överklaga och viktig information om vi i FUB ska kunna påverka kommunens beslutsfattare.



Riksförbundet FUB har skrivit en rapport om LSS-bostad. Många personer med intellektuell funktionsnedsättning (IF) bor i en bostad enligt LSS.

Rapporten utgår ifrån en enkät som riksförbundet skickade ut. I enkäten svarade anhöriga och ställföreträdare på frågor om LSS-bostad.

Nationellt kompetenscentrum anhöriga, Nka, anordnar ett webinarium utifrån FUB:s boenderapport torsdag 26 februari kl 15.30 – 16.45

På NKA:s webb (<https://anhoriga.se/>) kan du läsa mer om webinariet och om hur du anmäler dig.

Länsdans 2026

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: 140 kronor

Lördag 24 januari

Avesta – Avestaparken
Orkester:

Lördag 29 augusti

Mora – Östnors Bystuga
Orkester: Johnnys Gäng

Lördag 21 februari

Hedemora – Folkets Park
Orkester: Chikita

Lördag 26 september

Säter – Säterdalen
DJ (Discjockey)

Lördag 21 mars

Ludvika – Ludvika Folkets Hus
Orkester: Willys Washroom

Lördag 24 oktober

Smedjebacken –
Orkester: Reminders

Lördag 25 april

Dala Järna – Församlingshemmet
Orkester: Johnnys gäng

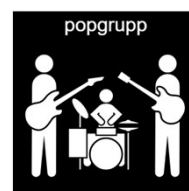
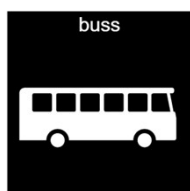
Lördag 21 november

Falun –
Orkester: Popnix

Lördag 16 maj

Borlänge – Cozmoz
Orkester: Popnix

X Innebär att vi inte fått besked om orkester. Vi kompletterar när vi vet (i första hand på webben – hemsidan).



Är du **syskon** och vill prata med någon som själv har den erfarenheten, kan du ringa föräldrarådgivaren. Astrid är själv ett sådant syskon.

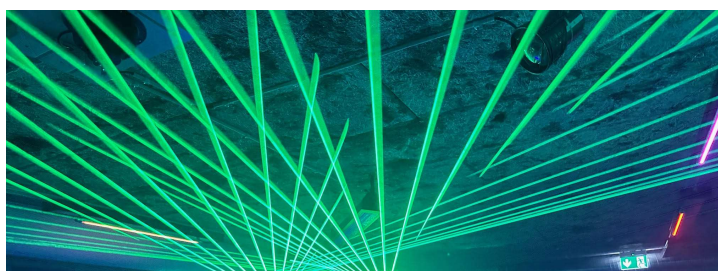
Du kan ringa: 076-142 00 07



Kören vid julfesten



Bowling



Disco



Karaoke



DC Band



Sommarfesten

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