

# Välkommen till våra Aktiviteter

## Hösten 2024



# Hej! Här är vi i aktivitetskommittén.



**Susanne**



**Jenny**



**Michéle**



**Ida**



**Magnus**



**Monika**



**Manuela**



**Anna**





## **Barngruppen**

**Barngruppen välkomnar er till  
lekträffar under året!**

**Vid några tillfällen kommer vi att ha  
träffar för barnfamiljer.**

**Håll utkik på vår Facebook sida efter tider!**

**FUB Mark - barn och ungdom,**

**Vi träffas i FUB-huset Kinnavägen 25 i Örby.**

**Vill du bli inbjuden i vår Messenger grupp så kan ni  
skicka ett meddelande till:**

**FUB Mark barn och ungdom**

**Vi bjuder på fika!**

**Välkomna!**

**Kontakt: Ellinor 0763-37 28 80  
Michéle 0725-31 32 39**



# Ungdomsgruppen

## ”FUB Young Funkis”



**Vi är ett gäng glada ungdomar som hittar på olika saker tillsammans som till exempel.**

**Laga mat ihop, går på bio, åker på olika utflykter.**

**Vi träffas några gånger per termin.**

**Vi brukar träffas i FUB–huset Kinnavägen 25 i Örby.**

**Vårt mål är att ha kul tillsammans och få många goda vänner.**

**Vi gör aktiviteter som kräver att man kan ta sig fram för egen del.**

**Vill du eller ni veta mer så hör av er till :**

**Ansvarig: Jenny Palm 0703-917002**

**Jenny.palm@mark.se**





## **LSS– Studiecirkel**

Välkomna att delta i vår studiecirkel där vi lär oss om LSS-Lagen och FN-konventionen för funktionsnedsatta.

Det går att börja när man vill.

**Onsdagarna**

**4 september**

**25 september**

**16 oktober**

**6 november**

**27 november**

**Klockan 18:00-20:00**

För mer information och anmälan ring till:

Inger Caudwell 0760-17 19 53





## Välkomna på våran Höstbingo!

Som sponsras av:

Handen Assistans  
OMSORG MED OMTANKE



Det kostar 20 kr. per bricka för medlemmar.

Icke medlemmar betalar 40kr.

Alla med bricka vinner minst ett pris.

Vi är i FUB huset på Kinnavägen 25 i Örby.

Ingen anmälan behövs Bara kom å ha kul!

**Söndagen 8 september**

**Kl. 15-17**

**Söndagen 6 oktober**

**Kl. 15-17**

**Varmt välkomna!**

Ansvarig: Manuela Larsson

Monika Holl





# Funkisgympa

Alla kan gympa och dansa.



**Hjippie! Kom och gympa med oss!  
Vi är i Stommenskolans idrottshall.**

**Torsdagar mellan 16:30 -17:30**

**Vi startar 3 oktober**

Efteråt kan de som vill duscha.

Det är rullstolsvänligt.

Alla åldrar är välkomna.

Vi dansar, gympar och rör oss efter vår förmåga.

Hoppas vi blir ett härligt gäng killar och tjejer.

**Välkomna ingen anmälan behövs.**

Busshållsplats finns precis utanför.

**Kontaktperson: Jenny Palm 0703-917002**

**Ledare: Monika Holl och Jenny Palm**



# Välkomna !



## Funkisfest I MARK 2024

**28 SEPTEMBER KUNSKAPENS HUS, SKENE**

**FRI ENTRÉ! FUNKISFEST 14.00 – 17.00**

START KL.14.00 MED INVIGNINGSTAL SAMT  
UTDELNING AV UTMÄRKELSEN ÅRETS ELDSJÄL INOM FUNKTIONSRÄTTSFRÅGOR.

MUSIK PÅ LILLA CAFÉSCENEN MED SIGN UP OCH DANSBANDSKUNGEN  
MATTIAS HOLMGREN FRÅN BARBADOS!

**SIGN UP 14.30 OCH SIGN UP MED MATHIAS HOLMGREN 16.00**

### AKTIVITETER

ANSIKTSMÅLNING, FOTA DIG PÅ RÖDA MATTAN, KORV MED BRÖD,  
SOCKERVADD, MALINS CAFÉ, PROVA PÅ PARASPORTER,  
FUNKTIONSRÄTT MARK HAR FLERA ROLIGA AKTIVITER, UMO INFORMERAR,  
RÄDDNINGSTJÄNSTEN ÄR PÅ PLATS MELLAN 13.00 -15.00  
OCH MYCKET MER....

### SPONSORER

FRANZÉNS, SALVIA BLOMMOR, FLYGFRAKT, ICA KVANTUM MAT I MARK, FK BYGG, OLLE WINTER,  
KOMMUNAL, RINGREPARATIONER AB, HANDEN ASSISTANS, TVÅ SKYTTLAR, LIBERALERNA I MARK



FRI ENTRÉ! FÖR MER INFO 0771-502020 VI RESERVERAR OSS FÖR EVENTUELLA ÄNDRINGAR I PROGRAMMET.





**Detta får man bara inte missa!!**

Fredagen den 1 november.

Klockan 18:00-21:00

Vi är på kunskapens hus i Caféet.

Vi har en DJ som spelar blandad musik.

Alla får dansa och det finns en kiosk där man kan köpa lättare mat och lite annat gott.

Anmäl dig **senast** den **måndag 28 oktober**.

Man får gärna klä ut sig. Vi lottar ut lite fina priser.

Gratis inträde.

Ansvariga:

Jenny Palm 0703-917002

Manuela Larsson 0733-950003



Vi sponsrar denna aktivitet:

Handen Assistans  
OMSORG MED OMTANKE





## JULFEST!

FUB-huset fyller 10 år!

Vi firar med julfest i huset

**Lördagen 7 december kl. 14:00-16:30**

Det serveras jultallrik och go´fika!

Vi hoppas att lucia kommer och sjunger.

Kostnad 100 kr.

**Anmäl** dig med för- och efternamn och ev. specialkost till  
Susanne på SMS **senast 25 november.**

**Susanne: 0708-426427**

Vi sponsrars av:

**Särnmark.**  
Personlig assistans





# JULGRANSPLUNDRING

Välkomna på julgransplundring

Lördagen 11 januari 2025

kl. 15:00-18:00



Det kommer att vara musikunderhållning / allsång.  
Vi serverar Gröt, kaffe, the, julmust och pepparkaka.

Tomten kommer med överraskning.

**Anmäl** dig med för- och efternamn och ev. specialkost till

Lis-Britt 0703- 27 73 07

Anna-Carin 0733-58 72 08

**Senast 3 januari 2025.**

Vi sponsras av:

**Särnmark.**  
Personlig assistans

# VI VILL GÄRNA HA VOLONTÄRER!

**Känner du att du vill vara med och hjälpa till på våra aktiviteter och evenemang?**

**Eller du kanske har en ide om aktivitet man kan göra.**

**Hör gärna av er till nedanstående kontaktpersoner så kan de guida er**

**Elinor 0763-372880**

**Susanne 0708-426427**





## Information.

Vårt FUB hus ligger på  
**Kinnavägen 25 i Örby.**



För att se aktuella aktiviteter kan du gå in på  
hemsidan eller på våra sociala medier.

På hemsidan finns telefonnummer till alla i  
styrelsen samt till ansvariga för de olika aktiviteterna.  
Dessa hittar du under fliken bilagor.

[Www.fub.se/mark](http://www.fub.se/mark)

Följ och gilla oss på facebook: FUB MARK  
och FUB MARK– barn och ungdom.



Instagram: [fub.mark](https://www.instagram.com/fub.mark)



Vi har swish 123 19 353 37



Vill du bli medlem se nästa sida av denna folder.  
Vill du ha information kan du ringa eller maila till:

Ordförande.

Ellinor Ejserholm, 0763-372880

[Ellinor.FUBmark@outlook.com](mailto:Ellinor.FUBmark@outlook.com)



Visste du att ett medlemskap i FUB bara kostar 60 kronor per år för familjemedlemmar?

## Värva en vän eller familjemedlem till FUB!

*Ju fler vi är i FUB, desto starkare blir vi.*

FUB arbetar för ett samhälle för alla och goda levnadsvillkor för personer med intellektuell funktionsnedsättning. När vi är fler blir vår röst starkare och vi får större möjlighet att påverka och förbättra livsvillkoren för alla.

Att vara medlem i FUB kostar 300 kronor per år för huvudmedlem och 60 kronor per år för familjemedlem. Visst känner du en eller flera som vill bli medlem och visa att de också tror på mänskliga rättigheter för alla?

Det finns flera sätt att bli medlem på:

1. Betala med en av Swish-koderna här nere. Skriv personnummer (inklusive de fyra sista siffrorna) och hela namnet på den som vill bli medlem i meddelanderutan. Den som blir familjemedlem skriver också huvudmedlemmets Personnummer i meddelanderutan.
2. Fyll i formuläret på [www.fub.se/bli-medlem](http://www.fub.se/bli-medlem)
3. Eller ring 08-508 866 00.



Huvudmedlem  
300 kr.



Swish. Betala enkelt.

Familjemedlem  
60 kr.



Swish. Betala enkelt.



