



Hej alla medlemmar,
Det nya året har rivstartat och FUB Södra Roslagen bjuder alla på ståuppkomik från upphovsmannen till "Fadern, Sonen och Försäkringskassan", Eric Löwenthal. Eric som har en son med funktionshinder berättar om hur livet är när man skall navigera bland tjänstemän och politiker för att hjälpa sitt barn.
Missa inte detta den 18 februari klockan 18 på Träffpunkten i Vallentuna.

Hälsningar Jörgen
Ordförande i FUB i Södra Roslagen

Innehållsförteckning

Aktiviteter framöver.....	2
FUB dans – Fryshuset, 14 februari - Shine	2
Föreställning med Eric Löwenthal – FUB bjuder sina medlemmar.....	2
Kallelse till årsmöte, 18 februari 2025	3
Trubadurafton Café Måsen – Åkersberga, 19 februari.....	3
Lill-lördag – Vallentuna, 5 mars	3
Att föra samtal om sexualitet och relationer med ditt vuxna barn – RFSU	3
Funkisfestivalen – semifinaler 1 och 2 april	4
Utflykt till Roslagen 18 maj.....	4
Nyheter, tips och affischer.....	5
Prenumerera på HejaOlika.se.....	5
Fritidsnätet – information om fritidsaktiviteter	5

Anhörigstöd i kommunerna.....	5
Vill du ha kontakt med oss i FUB i Södra Roslagen.....	6
Kallelse till årsmöte 18 februari	7
Café Måsen våren 2025.....	8
Inbjudan sommarutflykt, 18 maj.....	9
Anmälan sommarutflykt, 18 maj	10
Att föra samtal om sexualitet och relationer med ditt vuxna barn – RFSU	11
FUB danserna på Fryshuset våren 2025	12

Aktiviteter framöver

FUB dans – Fryshuset, 14 februari - Shine

Tid: Fredagen den 14 februari kl 18:30 till 22:00

Plats: Fryshuset, Mårtensdalsgatan 6, Stockholm

Pris: 175 kr

Fri entré för personal/ledsagare

Medlemmar i FUB kan köpa förköpsbiljetter i häften om 5 biljetter för 600 kr (120 kr/biljett)

Betalning sker med kort, swish eller förköpsbiljett. Förköpsbiljetter kan köpas i kassan eller beställas via kansliet.

Ansvarig: Mia Söderbärj, FUB i Stockholm, Tel: 08-16 46 74

Affisch med vårens alla datum finns på sidan 12



Föreställning med Eric Löwenthal – FUB bjuder sina medlemmar

Tid: tisdagen den 18 februari kl 18:00

Plats: Träffpunkten, Allévägen 10, Vallentuna

FUB bjuder på fika mellan 18:00 till 18:30

Därefter kommer Erics föreställning

Eric är ståupp-komiker och är känd för sin föreställning "FADERN – I Faderns, sonens och Försäkringskassans namn." Där beskrivs ett i grunden ömtåligt ämne, att vara pappa till en pojke med grav, intellektuell funktionsnedsättning i form av en skattfylld show som är både livsbejakande och fördomsbefriande. Sällan är humor mer på allvar. Sällan är allvar mer underhållande roligt!

Vi inom FUB känner förmodligen Eric bäst som regelbunden krönikör i tidningen UNIK. Är du inte redan medlem i FUB så fixa detta på studs!

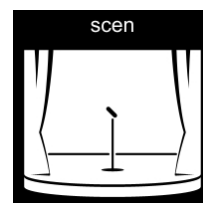
Du behöver också anmäla dig, eftersom antalet platser är begränsat.

Anmälan görs till Ann Sjölander (ann.sjolander@sodraroslagen.fub.se)

070-888 53 16

Om du får förhinder MÅSTE du avanmäla dig.

Efter Erics föreställning börjar FUB Södra Roslagens årsmöte cirka kl 19



Kallelse till årsmöte, 18 februari 2025

Tid: tisdagen den 18 februari kl 19:00 – 20:15

Plats: Träffpunkten, Allévägen 10, Vallentuna

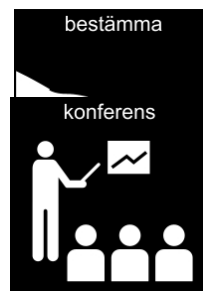
Alla handlingar som t ex verksamhetsberättelse med ekonomisk berättelse delas ut på årsmötet. De kommer också att skickas ut via e-post till de medlemmar vi har e-postadress till.

Dessutom kommer de att finnas på vår hemsida

www.fub.se/lokal/fub-sodra-roslagen/fran-arsmoten/ efter den 1 februari. Vill någon ha material utskickat per post går det bra att ringa Ann Sjölander på telefon 070-888 53 16

Kallelse sidan 7

Välkommen!



Trubadurafteon Café Måsen – Åkersberga, 19 februari

Tid: Onsdagen den 19 februari kl 18 till 20

Plats: Knopens lokaler på Smedbyvägen 2, Åkersberga

Musik och samvaro.

Fika till självkostnadspris.

Välkomna hälsar Bibbi och Dessan.

Telefon: Bibbi 070-835 66 62

Affisch finns på sidan 8



Lill-lördag – Vallentuna, 5 mars

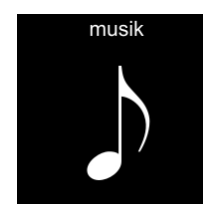
Tid: Onsdagen den 5 mars kl 13:30 – 15:00

Plats: Mathiasgården, Kyrkvägen 4, Vallentuna

Musik, dans och rörelse för dig som har en funktionsnedsättning och som är i behov av personal/ledsagare.

Kom, lyssna och rör dig till musik och umgås med andra. Fika för 30 kr betalas kontant eller med swish.

Ingen kostnad eller anmälan.



/Kultur och fritidsförvaltningen i Vallentuna samt Vallentuna församling

Att föra samtal om sexualitet och relationer med ditt vuxna barn – RFSU kommer

Tid: torsdagen den 20 mars, kl 18:30 till 20:30

Plats: Grindtorpskyrkan, Grindtorps skolgränd 4, Täby

Syftet med föreläsningen är att du som förälder ska bli rustad och trygg i att föra samtal om sexualitet, relationer och kroppen med dina vuxna barn. Du kommer få veta om rättigheter, normer, ömsesidighet, frisk-och riskfaktorer.



Föreläsarna Malin Lorensen och Fanny Lundgren är projektledare för RFSU Stockholms sexualupplysning för personer med IF och/eller autism.

Anmälan senast 13 mars till Ann Sjölander,
ann.sjolander@sodraroslagen.fub.se eller på telefon 070-888 53 16.

Vid förhinder MÅSTE avbokning göras till ovanstående. Meddela allergier eller matpreferenser vid anmälan. Aktiviteten är kostnadsfri.

Affisch på sidan 11

Funkisfestivalen – semifinaler 1 och 2 april

Tid: tisdagen den 1 april och onsdagen den 2 april

Plats: Nalen, Regeringsgatan 74, Stockholm

Vinnarna från våra kommuner kommer att delta i semifinalerna men det är inte klart vilken av dagarna ännu. Du kan bevaka på Funkisglädjes hemsida.

<https://funkisgladje.se/funkisfestivalen/>

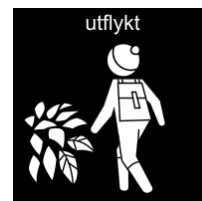
Utflykt till Roslagen 18 maj

Tid: söndagen den 18 maj, kl 10:30 – 15:00

Plats: Naturreservat Tranvik utanför Norrtälje

Välkommen att hänga med på utflykt till Sveriges Funktionshindrades Friluft & Fiskeförning, SFFF. Här kommer vi att kunna:

- åka båt
- fiska
- bada
- spela kubb
- gå på tipspromenad (med fina priser)
- grilla hamburgare
- ha kul tillsammans



Du kan åka med oss i buss eller komma dit själv. Bussens avgångstider och hållplatser bestäms när vi fått in anmälningarna.

Vill du följa med?

Anmälan görs till ann.sjolander@sodraroslagen.fub.se eller på telefon 070-888 53 16 **senast den 1 maj**.

Om du får förhinder vill vi ha din avbokning snarast så att någon annan kan få din plats.

Mer info och anmälningsblankett finns på sidan 9 och 10

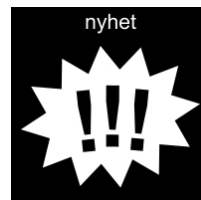
Nyheter, tips och affischer

Prenumerera på HejaOlika.se

HejaOlika.se är Sveriges ledande oberoende webbtidning om funktionsrättsfrågor och funktionshinderspolitik. Webbtidningen startades 2006.

Tidningen grundades av Valter Bengtsson, som fortfarande är dess ägare och chefredaktör.

Den är mycket läsvärd om man är det minsta intresserad av vad som händer inom det här området. Den är gratis och de har också tagit fram mycket bra material som till exempel "LSS skolan" av Harald Strand. Du kan prenumerera genom att gå in på deras hemsida.



Fritidsnätet – information om fritidsaktiviteter

Fritidsnätet – aktiviteter för dig som behöver extra stöd

Här finns aktiviteter samlade från hela Stockholms län.

Det går att söka efter kommun, typ av aktivitet och funktionsnedsättning.

Du hittar dit genom www.fritidsnätet.se



Anhörigstöd i kommunerna

Kommunerna har ett lagstadgat krav att ge stöd till anhöriga som vårdar närstående. Detta gäller förstås även anhöriga till personer med intellektuella funktionshinder.

Danderyd

Kontakta kommunens anhörigkonsulent på:

Telefon: 08-568 919 26

Mail: anhorigstod@danderyd.se

Anhörigkonsulenten heter Mikael Nylander

Hemsida: <https://www.danderyd.se/omsorg-och-socialt-stod/anhorigstod/anhorigkonsulent/>

Täby

Kontakta kommunens anhörigkonsulent på:

Telefon: 08-555 596 25 (växel)

Mail: annamaria.bostrom@taby.se

Anhörigkonsulenten heter Anna-Maria Boström

Hemsida: <https://www.taby.se/anhorigstod>

Vallentuna

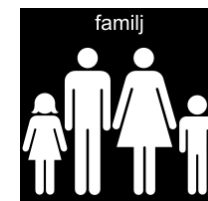
Kontakta kommunens anhörigkonsulent på:

Telefon: 08 587 854 31

Mail: anhorigstod@vallentuna.se

Anhörigkonsulenten heter Karin Sundin

Hemsida: <https://www.vallentuna.se/omsorg-och-hjalp/anhoriga-och-frivilliga/anhorigstod-avlastning/>



Vaxholm

Kontakta stadens anhörigkonsulent på:

Telefon: 08-522 426 53

Mail: gunilla.savenmark@vaxholm.se

Anhörigkonsumenten heter Gunilla Sävenmark

Hemsida: <https://www.vaxholm.se/omsorg--stod/hallbart-aldrande/anhorigstod>

Österåker

Kontakta kommunens anhörigkonsulenter på telefon:

Annette Lannebjer: 08-540 811 11

Otto Garp: 08-540 816 81

Mail: anhorigstod@osteraker.se

Hemsida:

<https://www.osteraker.se/omsorgstod/anhorigstod>.
<https://www.osteraker.se/omsorgstod/anhorigstod.html>

Vill du ha kontakt med oss i FUB i Södra Roslagen

Det finns en kontaktperson i varje kommun men du kan förstås alltid ringa någon i styrelsen.

Kontaktpersoner i kommunerna

Danderyd: Ann Epstein, tel: 070-630 63 07

ann@epsteinutveckling.se

Täby: Marie Pertoft, tel: 070-200 05 11

marie.pertoft@hotmail.com

Vallentuna: Irene Öhgren, tel: 070-916 22 74

ui.ohgren@gmail.com

Vaxholm: Tina Bendelin, tel: 070-611 25 00

bendelinarrangemang@hotmail.com

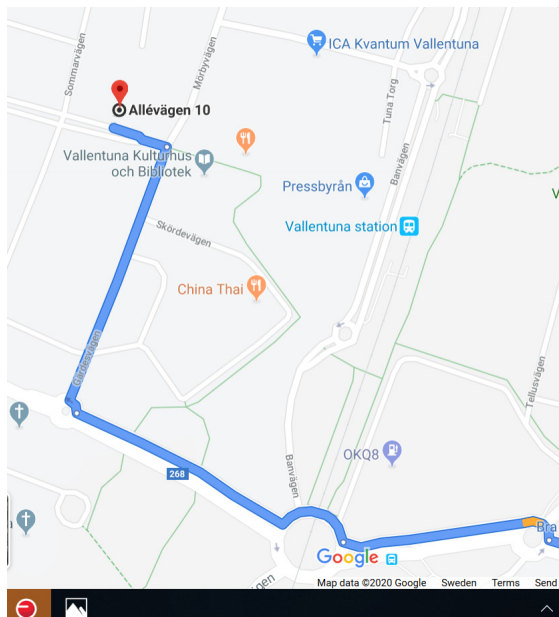
Österåker: Jörgen Johansson, 070-754 08 53

jorgen.johansson@nui.se

Årsmöte 2025

Tid: *tisdagen den 18 februari 2025 kl. 18:15-ca 20:15*

Plats: *Träffpunkten, Allévägen 10, Vallentuna*



Ni som kommer med buss eller tåg kan ta sikte mot torget och biblioteket som ni ska gå förbi.

Parkering finns utanför lokalen men man måste gå in och hämta ett parkeringstillstånd.

Program

18:15 **Vi bjuder på kaffe/the mm.**

18:30 **FADERN med Eric Löwenthal**
Vi får en kortversion av den prisbelönade
humorföreläsningen
OBS anmälan krävs till föreläsningen



ca 19:15 **Årsmöte enligt dagordning på nästa sida**

Alla handlingar som t ex verksamhetsberättelse med ekonomisk berättelse delas ut på årsmötet. De kommer också att skickas ut via e-post till de medlemmar vi har e-postadress till. Dessutom kommer de att finnas på vår hemsida efter den 1 februari på www.fub.se/sodra-roslagen Vill någon ha material utskickat per post går det bra att ringa Ann Sjölander på telefon 070-888 53 16

Frågor: ann.sjolander@sodraroslagen.fub.se eller 070-888 53 16

Välkommen!

Café Måsen

för funktionsnedsatta



Knopens lokaler på Smedbyvägen 2
Åkersberga



Våren 2025
Fri entré
Öppet
18:00-20:00
Fika att köpa

19:e Februari Trubadurafton

26:e Mars Trubadurafton

23:e April Trubadurafton

28:e Maj Vårbingo och
trubadurafton

Välkomna önskar Bibbi och Dessan

Tfn. Bibbi 070-835 66 62



SOMMARUTFLYKT

KOSTNADSFRI

18 maj 2025

**SFFF, TRANVIK NATURRESERVAT
UTANFÖR NORRTÄLJE**

KLOCKAN 10:30-15:00

**MAT, DRYCK, BÅTRESA,
TIPSPROMENAD MED MERA**

**ÅK MED BUSS ELLER
KOM MED EGEN BIL**

Anmälan:

ann.sjolander@sodraroslagen.fub.se

Eventuell avbokning görs också till Ann

Anmälan SFFF, 18 maj 2025

Namn _____

Stödperson/Medföljare namn _____

E-post _____

Telefon / Mobilnummer _____

☐

Rullstol

☐

Ja tack till lunch (hamburgare):

☐

Hamburgertallrik (Skriv antal i rutan)

☐

Specialkost: _____

☐

Vi vill åka med buss från _____

☐

Antal personer (skriv i rutan hur många)

☐

Vi kommer med egen bil till SFFF, Braxenvägen 5, Norrtälje

☐

Jag är medlem i FUB Södra Roslagen

☐

Jag vill bli medlem i FUB Södra Roslagen. **Bg 5552-8541: 300 kronor**

Jag är medlem i annan FUB förening. Vilken? _____
Och får följa med i mån av plats.

Anmälan fylls i och skickas till **ann.sjolander@sodraroslagen.fub.se**, senast 1 maj 2022. Det går bra att skicka ifylld anmälan digitalt, med mobilen (fotografera och messa) eller skannad. Eller ring till Ann Sjölander, 070-888 53 16.

Frågor? ann@epsteinutveckling.se eller 0706-306 307.

KÖSTNÄDSFRI FÖRELÄSNING

**20
mars**

Grindtorpskyrkan
18:30-20:30

Anmäl dig till:
ann.sjolander@sodraroslagen.fub.se
så vi vet hur många som ska ha fika.

Malin Lorensen är sociolog med många års erfarenhet av sexualupplysning och utbildning som projektledare inom RFSU.



Malin Lorensen

Fanny Lundgren är genusvetare och socionom med flera års erfarenhet från LSS-kollo och korttidsboende. Hon arbetar som projektledare inom sexualupplysning på RFSU.



Fanny Lundgren

Under föreläsningen kommer Malin och Fanny berätta om RFSU och hur de arbetar med SRHR, Sexuell och reproduktiv hälsa och rättigheter, för just personer med intellektuell funktionsnedsättning och/eller autism.

Syftet med föreläsningen är att du som förälder ska bli rustad och trygg i att föra samtal om sexualitet, relationer och kroppen med dina vuxna barn. Du kommer få veta om rättigheter, normer, ömsesidighet, frisk-och riskfaktorer.

Tillsammans är Malin och Fanny projektledare för RFSU Stockholms sexualupplysning för personer med IF och/eller autism. Verksamheten består av sexualupplysande pass på resursskola, anpassad skola, daglig verksamhet och andra träffpunkter, cafékvällar för personer över 18 år med IF och/eller autism samt utbildning för personal och föräldrar.



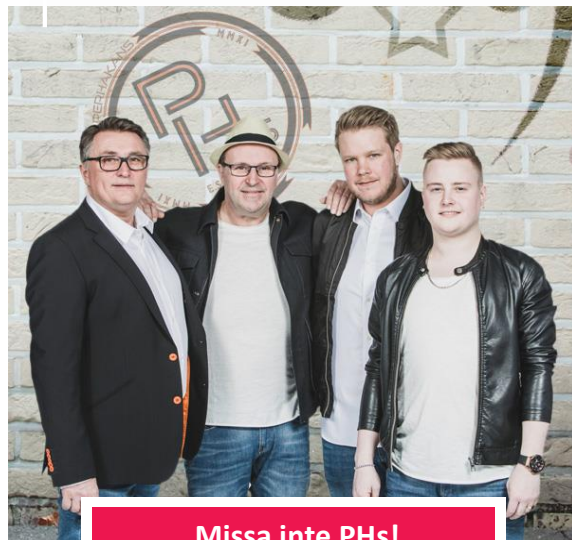
FUB
Södra Roslagen

Vårens danser på Fryshuset

2025

VÅRENS PROGRAM

17 Januari	Reminders
14 Februari	Shine
7 Mars	PHs
28 Mars	New Generation
11 April	Jive
9 Maj	Ayla med band



Missa inte PHs!
Spelar 7 Mars

INFORMATION

Pris

175 kr
Fri entré för personal/ledsagare
Medlemmar i FUB kan köpa
förköpsbiljetter
i häften om 5 biljetter för
600 kr (120 kr/biljett)

Tid

Klockan 18.30-22.00
Kassan öppnar 18.00!

*Betalning sker med kort, swish eller förköpsbiljett.
Förköpsbiljetter kan köpas i kassan eller beställas via
kansliet.*

Ansvarig

Namn: Mia Söderbärj
Tel: 08-16 46 74

Adress FRYSHUSET

Mårtensdalsgatan 6

*Vid borttappade föremål, kontakta FUB Stockholms kansli
info@fubstockholm.se eller 0737 10 77 79*



Missa inte NewGeneration!
Spelar 28 Mars



FUB Stockholm Kansli

Brännkyrkagatan 91
118 23 Stockholm

Kontakt

www.fubstockholm.se
info@fubstockholm.se

Öppettider

Vardagar 09.00 - 16.00

Telefon

08 - 600 16 74
073 - 710 77 79