



FUB

Örebro län

Nummer 3
2024



Här i tidningen kan ni läsa reportage och om aktiviteter i länets föreningar!

KOM IHÅG att anmäla dig! När du anmäler dig och betalar

KOM IHÅG att tala om vem det är för och för vilken aktivitet!

Uppge gärna en kontaktperson och ett telefonnummer. Du är välkommen!



Hej alla FUB:are i Örebro län!

Vilken sommar det har varit och nu närmar sig hösten! När du läser detta har både lägret på Hjälmgården och resan till Skansen varit och jag hoppas att du hittat någon rolig aktivitet att delta i under sommaren. Här kommer reportage och inbjudningar!

Glädjande är att Jan Larsson i Sydnärke föreningen blivit invald i **Inre Ringen Sverige** som har sitt första möte i september. Vi önskar Janne Lycka till!

OCH! Här kommer en uppmaning till alla GODE MÅN! Om du har angivit din egen adress till Riksförbundet FUB så ber jag Dig se till att din huvudman som är medlem i FUB får den här tidningen från FUB Örebro län.

Tacksam för den hjälpen! Vi kommer ihåg vad vår symbol med den yttre och den inre ringen betyder! Här kommer också en hälsning från Riksförbundet FUB.

Carin Fremling, ordförande Örebro länsförbund av FUB

En viktig höst för FUB - en hälsning från förbundsordförande Anders Lago

Hoppas du liksom jag haft en bra sommar. När jag skriver detta i början av augusti planerar jag för hösten, både vad jag själv ska göra och vad vi inom FUB behöver lyfta fram. Båda listorna blir tyvärr långa. Framför allt handlar mina tankar om det tuffa läget för många som har en intellektuell funktionsnedsättning. Många kommuner drar ned på insatserna och en del gör försämringar för de som bor på servicebostäder och gruppboende. Tyvärr får många med IF avslag på insatser som hade varit självklara för några år sedan.

FUB behövs mer än någonsin. Det är ingen annan än vi som kommer att ta kampen för våra medlemmar och målgrupp. Jag är därför mycket glad att du som läser detta är en av dem som är aktiv och engagerad i FUB. Tack för ditt engagemang! Vi är många medlemmar och många aktiva inom FUB, men vi behöver bli fler. Värva gärna en ny medlem i höst.



Även om vi gör mycket på nationell nivå, är det FUB:s lokalföreningar/länsförbund som är grunden i vår organisation. Det är föreningarna som bevakar kommunerna och deras LSS-verksamhet. Det är också lokalföreningarna/länsförbunden som genomför i stort sett alla aktiviteter för våra medlemmar. **I många kommuner är FUB den självklara samlingsplatsen för personer med IF och deras anhöriga.**

I våras fick vi inom FUB en hel del nya styrelseledamöter, både i förbundsstyrelsen, i styrelsen för Inre Ringen Sverige, regionalt och lokalt. Jag vill hälsa er nya speciellt välkomna till en viktig och intressant höst inom FUB. Till styrelsen i Riksförbundet välkomnar vi tre nya ersättare: **Fredrik Seidel, Martin Hagberg** och **Ylva Wretås**.

Det är ofta jobbigt och otacksamt att arbeta ideellt. Men om inte du och jag är beredda att göra det, så förlorar barn, ungdomar och vuxna med IF en viktig röst. Du och alla andra styrelseledamöter gör ett mycket viktigt jobb. Och idag behövs vi som sagt mer än någonsin.

Jag funderar ofta på hur vi inom FUB kan bli ännu bättre. Har du idéer och förslag, hör gärna av dig till mig: anders.lago@fub.se

Med denna hälsning vill jag även passa på att önska dig som aktiv och ideellt engagerad en fin höst i det viktiga arbete som du och din lokalförening/länsförbund gör! Med gemensamma krafter ser vi till att förbättra samhället för personer med IF, och deras anhöriga, till att bli ett inkluderat sådant där rätten till att leva som man vill säkerställs och respekteras.

*Anders Lago,
Förbundsordförande FUB*

Onsdagen den 24 juli var det FUB:s dag i Hästhagen.



Alla FUB medlemmar fick en glassbiljett att ta med till kiosken för att välja sin glass. Vi delade ut 48 glass biljetter. Jag hade egenmäktigt höjt värdet till 54 kronor. Då kunde det räcka till en kaffe och en kula glass (eller tre kulor glass).

Det var 50 personer från Inre ringen som gick tipspromenaden. De fick vara med på lottdragningen med fina vinster från FUB:s Webbutik. Dessutom kunde man spela minigolf, grilla korv eller hamburgare vilket många gjorde.

Räknar vi in oss själva och annan personal var vi säkert ca 100 personer. Glädjande var att vi fick några nya medlemmar och att några verksamheter förlagt sin dag i Hästhagen.

Regnet höll sig nästan borta, så jag hoppas att alla fick en bra dag.



Från Ordförande i Örebro



Hej!

Jag hoppas att alla har fått med sig några fina minnen från sommaren 2024. För mig är det ett fint minne att vi var så många som kunde träffas i Hästhagen den 24 juli. Reportage och bilder finns på annan plats i den här tidningen.

Ett annat minne är Förbundsstämman som riksförbundet ordnade i början av juni. Det är roligt och intressant att träffa FUB:are från andra delar av Sverige. Alla var överens om att kommunerna gör allt snålare bedömningar och det blir tyvärr svårt att få rättigheter beviljade enligt LSS. Många frågar efter bättre juridiskt stöd för att kunna överklaga negativa beslut. Bengt Westerberg var med när lagen kom för 30 år sedan. Han tycker att lagen nu är så urholkad att vi behöver få en helt ny lag.

I vår kommun menar de styrande politikerna att det måste sparas många miljoner även på LSS-verksamheten. FUB anser att "Goda levnadsvillkor" ska styra LSS-verksamheten och inte kommunens ekonomi. Förvaltningens tjänstemän genomför en rad förändringar för att minska kostnaderna. Jag har tidigare skrivit om att antalet timvikarier ska minska betydligt. Har ni märkt av det på era boenden? Jag vill gärna att ni hör av er till mig om ni inte har fått delta i sommaraktiviteter för att det inte har funnits personal som kan följa med. Eva Borgström på Riksförbundet samlar in exempel på situationer där våra personer inte har fått åka på läger/eller semester med hänvisning till den nya förordningen om dygnsvila för personal. Hör gärna av er till henne om ni har blivit drabbade. eva.borgstrom@fub.se

På Nämnden för funktionsstöd i juni fick vi information om att de som arbetar inom verksamheten och har tillräcklig utbildning ska kallas för stödassistenter. Alla tidigare benämningar ska upphöra.

I höst fortsätter vi att samarbeta med Bio Roxy. En lördag eftermiddag i september blir det en visning bara för oss i FUB, "Sommartider". En härlig film om Per Gessle och Gyllene tider. Det hoppas vi blir en film med glad musik för alla.

Den 14 oktober visar Roxy "Det kunde ha varit vi" för allmänheten. En dokumentärfilm som Glada Hudik har spelat in. I filmen lyfts många mörka sidor ur vår historia. "Vi kan inte förändra det förflutna, men vetenskapen om vår historia kan hjälpa oss att bygga en bättre framtid", säger Pär Johansson på Glada Hudikteatern. Vi har vi fått 40 gratisbiljetter. Intresserade kan anmäla sig för en gratisbiljett. Vi planerar även att bjuda in politiker till den visningen.

Till sist en liten påminnelse om att vi behöver bli fler medlemmar i FUB. Anmäl gärna alla i familjen – det kostar bara 60 kronor per år för en familjemedlem – och ni behöver inte ens bo på samma adress! <https://www.fub.se/om-fub/medlem/>

Hoppas att alla får ett fint slut på sommaren och en skön höst!

Hälsningar

Margareta Wiklund



Och den 19 augusti bjöd FUB Karskoga/Degerfors in till Jumbo Run, traditionsenligt den 3:e helgen i Augusti.

Åke Norén spelade livemusik, gästerna bjöds på åktur med motorcyklar och det serverades landgång i Degerfors folkets park.



Jumbo Run är en social aktivitet till stor glädje för både Sidvagnsklubbens och FUB:s medlemmar. Vi sidvagnsåkare får dela med oss av vår hobby och fritidsverksamhet till en medmänniska, som i sin tur får en upplevelse som ofta beskrivs som en riktig höjdpunkt i deras liv. Frågan är om inte passagerarnas glädje ger oss mer tillbaka. Har man en gång deltagit i ett Jumbo run vill man inte gärna undvara den glädjen.



Ibland går tiden väldigt fort, lite för fort!

Här kommer några bilder från FUB Karlskoga/Degerfors dans i april som inte kom med i förra numret av vår tidning.

Men bättre sent än aldrig!



PARAFOTBOLL

Fotboll är för alla!

Alla är olika

Norrgårdens Highland Cattle dagen.

Det kom ca 60 besökare i det vackra sommarvädret.

Vi åkte traktorvagn in till kossorna och gav dom godis det var spännande.

I ladan var det musik och lite dans.

Vi åt hemgjorda hamburgare från gården och fikabordet fylldes på hela dagen.

Alla djuren blev klappade både hundar, katter och papegojor.

Många badade också i poolen.

Tack alla som kom och hade roligt med oss!



INBJUDAN

PARA MOVE DAY 8 SEPTEMBER

EN DAG MED PARADROTT, RÖRELSE OCH HÄLSA I FOKUS

VAR: ADOLFSBERGS KYRKA, GLOMMAN 127

Uppvisning av
assistenthunden
Albus kl 13.40!

NÄR: 8 SEPTEMBER KL. 13-15.30

PROGRAM KL. 13-15

Föredrag, uppvisning av assistenthunden Albus, montrar med flera olika aktörer inom funkis/paraverksamhet, "Ta-dig-fram-som-du-kan"-loppet, tipspromenad, hoppborg, utställning i kyrkan

SERVERING av Smoothie, frukt, bars, varmkorv, vatten, kaffe/te

AVSLUTNING KL 15-15.30 Gudstjänst med showgrupp

under ledning av Charlotte Ollward, präst Daniel Keber, musiker Titti Ångman.

FÖREDRAG:

13.15-13.30 LENA-MARIE HAGMAN - PARALYMPIER

14-14.15 LENNART JANSSON - ÖREBRO PARASPORT

14.30-14.45 DENNIS JUNGE - PARAHANDBOLL / BOWLING



Vid frågor, kontakta Daniel Keber: daniel.keber@svenskakyrkan.se

Svenska kyrkan 
ÖREBRO
ADOLFSBERGS FÖRSAMLING



Ordföranden i Sydnärkes FUB har ordet.

Hallsberg 2024-08-18

Hallå på er alla!

När detta skrivs så är det söndagsmorgon på Hjälmgårdslägret och några kanske fortfarande sussar gott i era små stugor och sängar med Barbados låt "Kom hem" fortfarande i öronen.

Du gav mig löften, du gav mig svek

Kom hem, vi börjar om igen

Du gav mig kärlek, men jag var vek

Vi glömmer allt, där ute är det så kallt

Jag hade känslor, det visste du om

Kom hem, försök på nytt igen

Drömmar så stora, du gick när jag kom

Jag ger dig allt om du vill vara min vän

Visste ni att Sydnärkes FUB detta år 2024 firar 60 år som förening, en hög ålder men föreningen har åldrats på ett bra sätt tillsammans med er alla. Detta jubileumsår på Hjälmgården bjöd oss på bästa vädret, bredaste utbudet på aktiviteter som verkligen fångade alla, underbart god mat, härliga samtal med vänner i en underbar miljö under det att vi åt glass, åkte flotte, målade tavlor, gjorde pappersblommor, graverade smycken, virkade hjärtan, spelade kubb, plockepinn, Yatzy, kastade ringar, spelade bordtennis, kollade på Judo, klättrade upp för kyrkväggen, sköt luftgevär, gick tipspromenad, badade, fiskade, åkte raggbilar, vann badlakan, kassar och vackra nyckelringar.

Vi såg en styrelsemedlem ramla i sjön på fredag och ordförande ramla på land när repet till flotten gick av. Vi kramades på dansgolvet under sista dansen, åt nattmacka, upptäckte att du kanske glömt tandborsten eller pyjamasen. Vi slogs med mygg i stugan som luktade gott och rent men ändå inte som hemma. Detta innan du kunde somna skönt, kanske vaggad till söms av Hjälmarens vågor som slog mot stranden i den ljumma natten. Kanske ljud då även i öronen Barbados "Du gav mig löften, du gav mig svek..."

Vad gör en ordförande i Sydnärkes FUB, vad kan ni ha mig (och alla andra styrelsemedlemmar) till när jag väl står på benen, inte ligger i sjön likt farbror Melker eller trassar med rep på flotten? Jo det är era tankar, funderingar och idéer som ger mig och oss meningsfulla uppgifter att jobba med, utan er blir det blir det svårare för oss att hitta rätt saker att jobba med, utan er inget FUB.

Årets Hjälmgårdsläger och i samtal med er kära medlemmar så har jag fått uppslag på några viktiga punkter som faktiskt gör mig ledsen. Det är saker som begränsar er möjlighet att leva "ett liv som alla andra" vilket inte alls är okej! Det är på tok för många "andra" både knasiga regler men även obetänksamma människor som styr vad som kommer att bli era "fria val" och som faktiskt gör att det "där ute är det så kallt". Återigen med en textrad från Barbados "Kom hem" som blivit en norm.

Men nu fokuserar vi på textraden "Kom hem, vi börjar om igen", vi skippar "löften och svek", vi tar nya tag! Vilket innebär något så självklart att vi alla ser till att huvudmannen får sin FUB tidning så att huvudmannen tillsammans med sin personal som känner huvudmannen bäst kan göra sina egna fria val och planera sitt liv.

Ibland kan det handla om en adressändring så hör av er!





Sen har vi regeln om 11 timmar dygnsvila som i praktiken innebär att personer tvingas välja mellan att sitta i matsalen vid det stora panoramafönstret på Hjälmgården och äta frukost! Att få berätta att du inte sovit en blund för att personalen snarkade och att dressa upp dig i guldhatt och krama din vän ända tills sista takten klingat ut och vråla "Jag ger dig allt om du vill vara min vän"!

I dag ser det inte ut så längre. Men jag tänker inte finna mig i att mötas av "Jag har inte fått min tidning", jag står över den här aktiviteten (med gråt i halsen), att inte X´s får motta rungade applåder under prisutdelningen för att X redan måst lämna festen. Eller av tankar som ger en orolig sömn, inte på grund av myggen i huset utan funderingar vem som hjälper mig i morgon?

Till oss normalstörda vill jag bara framföra att vi måste förstå att vi framför oss har en enormt tapper grupp av väldigt fina människor, som är oerhört tåliga och tacksamma för minsta lilla. Samtidigt är allt så skört så skört som finaste kristall vilket vi måste beakta i varje beslut vi tar som rör denna grupp och naturligtvis alla människor som vi är satta att värna om. Vi är redskapet som ska trygga det fria valet och rörelsefriheten för denna grupp, inte tvinga på dem våra val, det gäller att förstå det!

Jag har i uppgift att till Riks FUB rapportera hur jag uppfattar att dessa regler och beslut påverkar er vardag och framför allt er möjlighet till lite guldkant på era liv. Det lätta är att rapportera om de som ni idag tvingas välja bort, det ni inte ges tillträde till att få uppleva, resor, sista dansen, prisutdelningar, myggiga stugor med myggbett som påminner oss länge om hur trevligt vi hade, minnen för livet.

Det som är än tuffare och svårare att peka på är vad som händer med personers utveckling av självkänsla och självförtroende i sin resa mot att bli en självständig människa och personlighet om man fråntas möjligheten till egna val. Ett exempel kan vara att när man klivit in i en på Hjälmgården framkörd raggabil kunna vinka lite kaxigt till sin assistent och säga "du kan stanna kvar här, drick lite kaffe du, gör vad du vill jag fixar det här helt själv, då växer personen, eller "jag klättrade ända upp till taket, jag fixade det, YES!!!!!!!!!!!!!"

Tänker att vi tar oss alla en funderare och kommer fram till samma sak, det snabbar upp processen betydligt. I min brevlåda ligger min FUB-tidning så jag i god tid ges möjlighet att kunna planera och göra de val som jag önskar ska forma mitt liv och min personlighet. Jag bestämmer själv om jag önskar "extra allt" de få gånger per år som det inträffar, jag ska inte behöva vara tapper och med gråten i halsen uttrycka "jag hoppar över" för att rädda min egen självkänsla och värdighet, det är ovärdigt!

Här kommer sensommarhälsning från Hjälmgården och ett stort tack till er alla för ett fantastiskt arbete både före och under lägret. Även ett stort tack till er alla för att jag får hänga med er och att ni så öppet låter mig ta del av era tankar, jag ska förvalta dom väl!

Hans Laius

Ordförande i Sydnärkes FUB



LEK
SKOJ
&
GOD
MAT



♡♡ FINA ♡♡
HJÄLMARGÅRDEN
2024



Välkommen att se filmen **Sommartider** på bio!

När: Lördag 14 september kl. 15.00

Var: Bio Roxy, Olaigatan 19, Örebro.

Filmen är ett drama och en musikal som handlar om när popgruppen Gyllene tider började spela tillsammans på 80-talet. Det är en charmig och romantisk film med mycket musik.

INBJUDAN



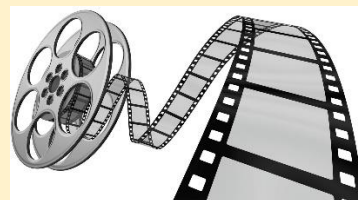
Kostnad: 50 kr/person för medlemmar i FUB och för ledsagare, 100 kr/person för övriga.

Anmälan till Nina

på mail: ninahdal@hotmail.se

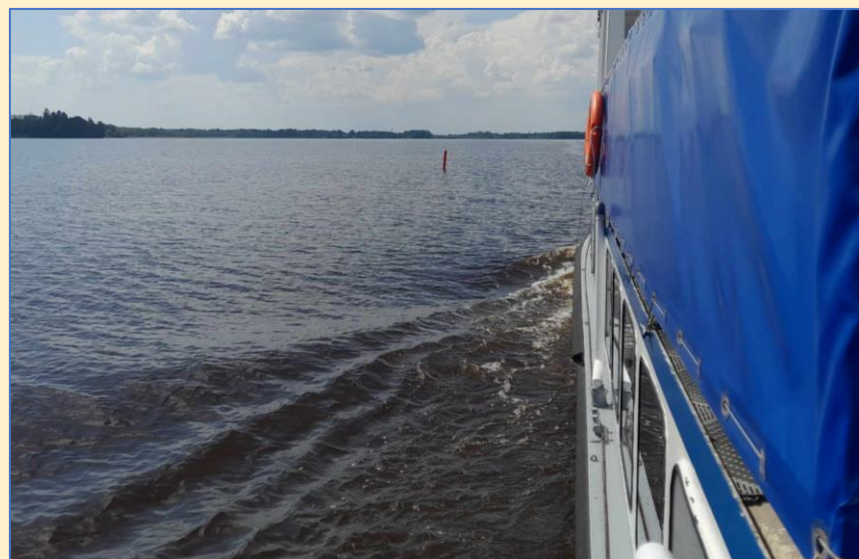
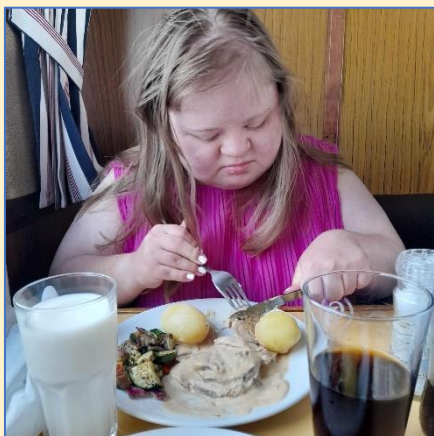
eller

sms 0700 213834



Den 1 juni åkte 55 personer med FUB på båtresa med båten Lagerbjelke.

Vi hade en trevlig eftermiddag tillsammans med fint väder. Vi åt god mat, umgicks med varandra och fick samtidigt lyssna på en trubadur som spelade och sjöng många bra låtar för oss. Väl tillbaka i hamn verkade de flesta nöjda och tyckte att det blev en lyckad resa.



TJUSIGA BILAR PÅ BÄSTA HJÄLMARGÅRDSLÄGRET!





INBJUDAN

Den 30 september firar vi att LSS har funnits i 30 år!

Lokal: Föreningarnas hus, Slottsgatan 13. Örebro

Tid: 17.30 – ca 20.00

17.30 Vi äter soppa tillsammans



18.15 Liv Nordström från Mälardalens universitet berättar om olika planer. Vilken plan är bäst för dig? SIP? Individuell plan, IVP, enlig LSS? Genomförandeplan? Vårdplan? Vad är skillnaden? Varför gör man planer?

19.15 Fika med LSS-tårta

Ingen kostnad

Anmälan till Helena Hasslinge på sms 070 282 57 77 eller mail helenahasslinge@hotmail.com. Skriv ditt namn och hur många ni kommer. Anmäl senast den 22 september. Vi kan högst vara 50 personer.

VÄLKOMNA önskar FUB Örebro!



TIPSPROMENAD PYSEL OCH GODA VÄNNER!



Körfest!

Kom och fira Kristinas 40 år som körledare,
tillsammans med hennes 7 körer & gästartist

Kristina
Algotsson



Roger
Pontare



13 oktober kl. 17:00
Alléskolans Aula
Hallsberg

Konferencier:
Håkan Isacsson

Körer:
Sonorakören
Gilleskören
Anuskakören
Kristina & Gänget
Liv & Lust
Vårat gäng
Trivselsångarna

Musiker:
Kristina Algotsson: Piano
Staffan Karlsson: Bas
Anders Borehed: Gitarr
Håkan Isacsson: Piano, Gitarr
Arvid Niemelä: Trummor

Studie
främjandet

INBJUDAN

**Sydnärkes FUB firar 60 år!
Därför har vi köpt in 30 stycken
biljetter till en körkonsert i höst!**

Konserten är söndagen den 13 oktober
klockan 17.

Det är först till kvarn som gäller och max en
personal som sällskap.

Biljetterna kostar 100: - per person och
även för personalen.

I Alléskolans Aula kommer ca 100+ sångare samlas och sjunga tillsammans för att fira körledaren Kristina Algotsson som firar 40 år som körledare.

Roger Pontare kommer även gästsjunga på konserten vilket kommer bli otroligt roligt!

Kostnad: 100 kronor

Betalning: Swish – 1233769387 eller bankgiro 496-5208



123-376 93 87

Körfest



Plats: Alléskolans Aula, Hallsberg

Datum: 13 oktober

Samling innan: 16.15 vid Ica parkeringen för utdelning av biljetter

Tid: 17.00 (börjar konserten)

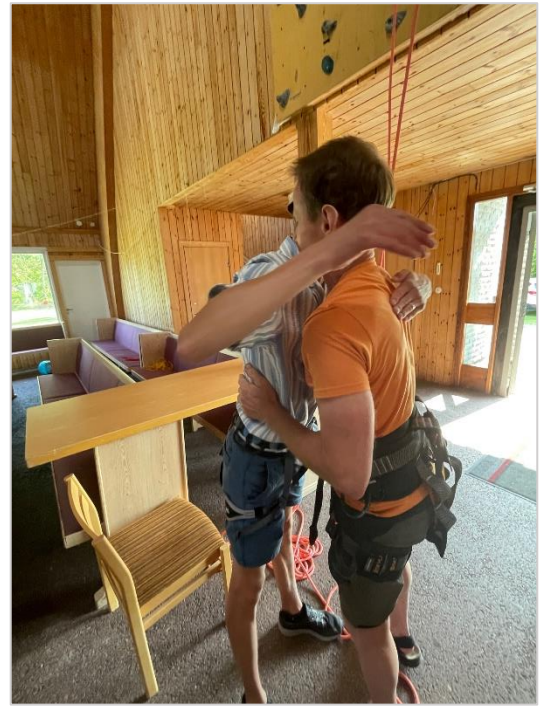
Anmäl er till Eva Bjernerheim på mejl evalundgren53@hotmail.com
och berätta om någon personal ska följa med

Sista anmälningsdag är den 30 september





Vilken LYCKA!
och jag hade
aldrig klättrat
förut!



Stor hoppmatta är också
våldigt kul!



FUB Örebro har **40 gratisbiljetter**
föreställningen av



INBJUDAN



För dig /
— **För mig** —
/ **För oss!**

En dokumentär om en mörk tid i svensk historia. Vi får följa med folkära Ida, Emma och Pär från Glada Hudik-teatern på en resa genom historien. Den bjuder på starka upplevelser och stora känslor, allt från tårar till skratt.

”Jag tror att de som ser filmen kommer att gråta jättemycket. Den är gripande och väcker många känslor. Vi grät ibland då vi spelade in filmen, då allt kändes så verkligt. Vi gör filmen för att hedra de som drabbades och för att berätta deras historia, säger Emma Örtlund, skådespelare i Glada Hudik-teatern.”
Filmen som är en dokumentär, är inte gjord för att peka ut syndabockar. I stället är syftet att vi som lever idag ska fundera kring hur vi själva agerar och tänker om andra människor. Målet är att få människor att vilja vara med och bidra till ett samhälle som är mer inkluderande.

Här kan du läsa mer om filmen <https://gladahudikteatern.se/aktuellt/det-kunde-varit-vi-en-dokumentarfilm-om-en-mork-tid-i-svensk-historia/>

Biljetterna gäller till föreställningen den 14 oktober klockan 18.30

Boka din biljett via mail till Sandra Larsson, sandra_larsson664@hotmail.com.

Biljetterna finns sedan att hämta ut innan föreställningen på Bio Roxy.

Träningsbingo på Hälsobro

Tänk att det kan vara så roligt att träna! Vi var en grupp träningsugna killar och tjejer som mötte upp på Hälsobro för träningsbingo. Vi gjorde knäböj, cyklade, rodde och provade många andra redskap. Varje test blev ett kryss på Bingobricken. Det gick fort att få till en Bingorad. Därefter fick vi prova på att träna i grupp. Det var jätteroligt. Efter träningen fick vi frukt och dricka och priser delades ut. Tack Hälsobro för en trevlig kväll!



FUB Örebro på besök på Biblioteket

En fin kväll i juni var FUB inbjudna till Stadsbiblioteket i Örebro. Biblioteket finns nu i nya Kulturkvarteret. Vi var bara fem från FUB som gick runt i lokalerna och tittade på fina läshörnor, arbetsplatser och så alla böcker. Det var Maja och Matilda från Biblioteket som informerade om allt kul som finns där. Vi kommer få en ny inbjudan senare i höst. Hoppas att fler vill komma med då!





INBJUDAN



Per Håkans orkester är tillbaka igen!

Vi kan dansa disco, pardans och långdans.

Var: Regnbågen, Brunnsparken, Örebro

OBS! Bilar och bussar lämnar och hämtar vid entrén inne i Brunnsparken.

När: Lördagen den 26 oktober klockan 14.30 – 17.00

Insläpp från 14.00

Entre: 100 kronor, (personal/ledsagare gratis) Betala med jämna pengar, tack!

- Eller swish 123 500 82 06 (FUB Örebro) skriv namn på deltagare och 28 okt.

Anmäl till militza.sall@fub.se

eller tel 0723 7150 36 (må-fredag klockan 15-17)

Anmäl senast den 21 oktober.

Fika och korv finns att köpa. Ta med medlemskortet så får du en fika gratis!

Gäller hela länet! (Har du tappat bort det, tittar vi i vårt register)

Välkomna önskar FUB Örebro
och Örebro Länsförbund av FUB



INBJUDAN

**Kul på höstlovet
för dig mellan 15 – 30 år**

FUB- Örebro planerar aktiviteter på höstlovet i samverkan med Busenkelt.
Mer information kommer att finnas på vår Facebook
och på vår hemsida <https://www.fub.se/lokal/fub-orebro/>

Har du frågor kan du ringa 072-327 83 00 eller maila info@mvonhalsa.se



Jesper Henricson (till vänster) och Måns von Stedingk har tillsammans startat företaget Busenkelt som fokuserar på motion, bus och skratt för barn och unga med intellektuell funktionsnedsättning.

Bild: Helene Berzelius NA



En kyrka med alla

Den här fina bilden av solrosor är målad av Fredrik på Hjälmgårdsläggret 2024. Den är på det här numrets framsida.

Här kommer några bilder från våravslutningen med "En kyrka med alla" i Hovsta kyrka. På golvet ser ni solrosplanter som vi sådde en månad tidigare.

I höst träffas vi den 29 september, 27 oktober och 24 november. Välkomna med!



Tips från Ella:



Den 19 oktober 2024 är det dags igen för Örebro kommuns Funkismello, Det är 10 år sedan första gången. Med åren har festivalen blivit allt större. Första gångerna var det Funkismello på Kraften. Sedan har det även varit på Nya teatern, Brunnsparken för att nu de senaste åren landat på Conventum. Det är roligt med Mello för oss funkisar, säger Ella. Det är många bra dansare och kul att Tobbe hjälper till med att skriva en del låtar. Även Fredagskören fyller 10 år.

Tack alla som arbetar för att dessa aktiviteter ska få fortsätta. Det är kul med musik!

Boka in i kalendern! Söndag 8 dec kl. 15.00

Datum: Söndag 8 dec Kl. 15.00
Plats: Karolinska Gymnasiet Örebro
Biljetter: 100 Kr (Julfika Ingår)



Efter julkonserten bjuder orkestern in till en hejdundrande dansfest för alla som är sugna!
Jul-sväng på dansgolvet! Välkomna!

Mer information kommer i nästa tidning.....

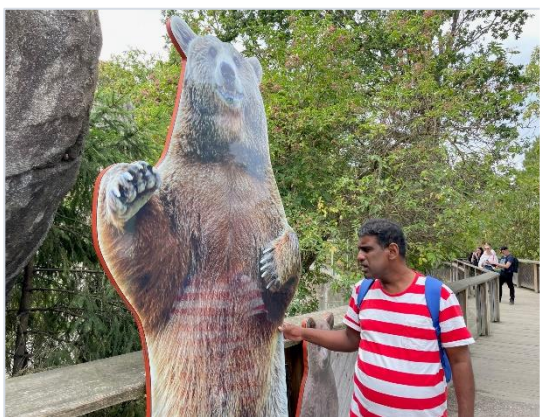


Skansen för alla 21 augusti 2024

Vi var ca 40 personer från hela länet som tog bussen till Skansen. Den här dagen anordnas varje år på Skansen i Stockholm. Det är bland andra FUB Stockholm och FUB Stockholms län som ordnar en gratisdag för sina medlemmar. I år fick vi vara med. Det var full fart.

Utställningar, Friskis och Sveltis, dans och långa promenader bland djur och gamla hus.

När regnet kom efter en vacker dag åkte vi hem till Örebro igen. Här har vi fångat några av deltagarna från Örebro län på bild och chauffören som skjutsade oss dit.





INBJUDAN

Nu är det dags igen!

Den 10 november blir höstens modevisning med kläder från Megahuset

Lokal: Olaus Petri församlingshem, Olaus Petri kyrkogatan 4, Örebro.

Tid: 14.30 – ca 17.00

Kostnad: 30 kronor för medlemmar och personal. 50 kronor för övriga. Betala med kontanter eller swish på plats.

Som vanligt blir det något att äta och dricka. Så klart får du också en gratislott med chans på fina vinster!

Anmälan till Nina på mail ninahdal@hotmail.se eller sms 070 021 3834 senast den 3 november.

VÄLKOMNA!



Vill du vara mannekäng?

Ring till Margareta Wiklund 0703 475 184

Vi behöver 8 mannekänger. Anmäl senast 30 oktober



Till medlemmarna i hela Örebro län

Vi vill uppmuntra alla att uppdatera sina uppgifter hos Riksförbundet!

FUB växer med medlemmar och vi blir allt fler och fler! Redan under årets första månader **växte vi med över 1000 medlemmar i hela Sverige**. Detta är fantastiskt!

Men för att vi ska kunna nå ut med aktuell medlemsinformation krävs det att vi också har rätt uppgifter i våra system. Vi ser nu att vi saknar mailadresser till en stor skara medlemmar och därför ber vi nu om hjälp.

Vi uppmuntrar våra medlemmar att uppdatera sina kontaktuppgifter till oss på [Mina Sidor](#). På så sätt har både lokalföreningar/länsförbund och Riksförbundet rätta och aktuella uppgifter till våra medlemmar och kan därför säkerställa att information och kommunikation når fram.

Har du frågor kring detta?

Kontakta: fub@fub.se

VÅRAT GÄNGS PROGRAM HÖSTEN 2024

- 25/9** Start med dans o fika
- 2/10** Alfred Nobels Björkborn, Film?
- 9/10** Bingo
- 16/10** Tomas Augustssons orkester spelar
- 23/10** Bordtennis
- 30/10** BO spelar för oss
- 6/11** Tomas Augustssons orkester spelar
- 13/11** Dans, korv med bröd
- 20/11** Rita o Måla
- 27/11** Pizza-afton Alfred Nobels Björkborn
- 4/12** Femkamp
- 11/12** Avslutning, ev med Lucia

Alla aktiviteter är på
KÄLLAR'N
som ligger i Folkets
hus i Karlskoga.
Om det in anges
något annat.

FUB Karlskoga Degerfors besöker Vårat gäng den 6/11



Här några bilder
från
fotbollsmatchen
som var den 29 juni.
Degerfors tog emot
Sandviken på Stora
Valla. Degerfors IF
vann med 4-1.

**Aktiviteter i Lokalföreningen
FUB Karlskoga Degerfors
hösten 2024**

INBJUDAN



Halloween disco!

26 oktober kl 18:00-21:00 i föreningslokalen **Skrantatorget**

Ingen anmälan behövs

Vi bjuder på fika, popcorn och dryck

Kom gärna utklädd! så äter vi, dansar och umgås



Medlemsmöte!

26 november kl 18:00-19:30 i föreningslokalen **Skrantatorget**

Kom och berätta vilka aktiviteter du gillar och önskar att vi gör

FUB bjuder på korv m bröd och läsk/soft

Ingen anmälan behövs, det är bara att dyka upp 😊

AVSÄNDARE
 Örebro Länsförbund FUB
 Mellringevägen 120 B
 703 53 Örebro

Para Move	8 september	Inbjudan s.9
FUB Örebro Bio Roxy filmen Sommartider	14 september	Inbjudan s.13
Karlskoga/ Degerfors Vårat gäng första träffen	25 september	Alla datum s.26
FUB Örebro En kyrka med alla	29 september	Alla datum s.22
FUB Örebro Vi irar LSS 30 år	30 september	Inbjudan s.15
Sydnärke Körfest	13 oktober	Inbjudan 17
FUB Örebro Bio Roxy filmen Det kunde varit vi	14 oktober	Inbjudan s.19
Mello Örebro	19 oktober	Info s.23
FUB Örebro Dans i Brunssparken	26 oktober	Inbjudan s.21
FUB Karlskoga/Degerfors Halloween disco	26 oktober	Inbjudan s.27
FUB Örebro En kyrka med alla	27 oktober	Alla datum s.22
FUB Örebro Kul på höstlovet	28 oktober	Inbjudan s.22
FUB Örebro Modevisning	10 november	Inbudan s.25
FUB Örebro En kyrka med alla	24 november	Alla datum s.22
FUB Karlskoga/Degerfors Medlemsmöte	26 november	Inbjudan s.27
FUB Örebro Julunderhållning	8 december	Info s.23

KALENDER



FUB

