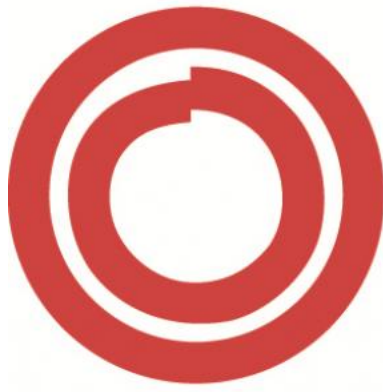




FUB

Örebro län



Nummer 3
2026



FUB

**"Klart Adam ska vara på
stranden i sommar.
Det är ju bara att åka dit."**

För många är det en självklar del av sommaren – att packa en väska, hoppa på cykeln och bada vid stranden en varm sommardag. Men för barn, unga och vuxna med intellektuell funktionsnedsättning ser verkligheten ofta annorlunda ut. Det som för dig är en enkel utflykt kan kräva mycket stöd för någon annan. Det stödet måste man ansöka om. Vänta på. Och allt för ofta få avslag på. Det kan vara skillnaden mellan att få åka till stranden eller att bli kvar hemma.

Rätten till goda levnadsvillkor borde vara lika självklar för alla. Riksförbundet FUB arbetar för det. För att fler ska få möjlighet att leva som andra.

Tack vare stöd från Svenska Postkodlotteriet – och alla som har en lott – kan vi fortsätta driva på för ett mer jämlikt samhälle.



GODA SIDOR #39

Med Postkodlotteriet är du med och stödjer 62 ideella organisationer. I år har vi till exempel delat ut 140 miljoner till organisationer som arbetar med hälsa och forskning. Under sommaren får dessutom alla 62 en helsida i den här tidningen. För när fler goda röster får höras, kan ännu mer gott bli gjort. Tack för att du gör det möjligt.

**POSTKOD
LOTTERIET**

Åldersgräns 18 år. Stödlinjen.se

Riksförbundet FUB
och

FUB Örebro län
med lokalföreningar i

**FUB Sydnärke-
Hallsberg**

**FUB Karskoga-
Degefors**

FUB Örebro

arbetar också för
rätten till goda
levnadsvillkor för
barn, unga och vuxna
med intellektuell
funktionsnedsättning
IF.

**Tack till Er alla som
stödjer vårt arbete
genom medlemskap
eller deltagande i
Postkodlotteriet.**

FUB Örebro län

Mellringevägen 120 B
703 53 Örebro
orebrolan@fub.se

Det här är FUB
Örebro läns styrelse
2026

Ledamöter

Ordförande Carin Fremling
tel: 070-299 64 04

Örebro

carin.fremling@nuinternet.com

Vice ordförande
Ulf Gustavsson
tel: 070-538 22 60

Karlskoga- Degerfors

fugmontage@telia.com

Mova Lind
tel: 076-279 52 54

Sydnärke

movalind@hotmail.com

Margareta Wiklund
tel: 070-347 51 84

Örebro

l.wiklund@gmail.com

Gudrun Isén
tel: 073-504 53 15

Örebro

gudrunisen@gmail.com

Hans Laius
tel: 070-525 92 53

Sydnärke

hans.laius@alleskolan.eu

Lena Bergstedt
tel: 073-141 55 98

Karlskoga-Degerfors

bergstedtlena@gmail.com

Suppleanter

Veikko Linko
tel: 072-007 19 10

Sydnärke

veikkosbil@outlook.com

Gunnel Berggren
tel: 070-662 1029

Örebro

gunnel_berggren@hotmail.se

Annelie Wilhemsson
tel: 070-715 73 72

Karlskoga-Degersfors

wilhemssonannelie@gmail.com

Magnus Olsson
tel: 070-396 55 11

Sydnärke

smurfa30@hotmail.com

Kassör utom styrelsen

Marie Sörfelt
tel: 070-681 97 60

marie@turon.se

Ö-ringen
2026

Den Inre FUB
ringen

Ö-ringen 2026 i Örebro län

Ordförande: Jan Larsson Sydnärke
tel: 073-923 70 65 eriljam@gmail.com

Vice ordförande: Emelie Lindahl Örebro
tel: 070-307 36 89 emelielindahl@hotmail.com

Sekreterare: Oliver Pettersson Karlskoga/Degerfors

Ledamöter:

Ola Liljeholm Örebro

Sandra Johansson Karlskoga/Degerfors

Tobias Linko Sydnärke

Suppleanter:

Dennis Elsgard Örebro

Moa Gustavsson Karlskoga/Degerfors

Bo Olofsson (handledare Malin Olsson) Sydnärke

Handledare för Ö-ringen:
Lotta Larsdotter Karlsson lotta.karlsson@fub.se

FUB Örebro län





Nu när sommaren snart är över hoppas vi att ni haft en fin sommar. Och att ni som pojken på framsidan har kunnat njuta av sol och bad.

Många av våra medlemmar har också deltagit i våra olika aktiviteter i sommar. Nu ser vi fram emot en lång skön och varm höst. När jag skriver detta är vi 800 medlemmar i FUB Örebro län!

Alla är lika viktiga och UNIKA som vårt Riksförbunds tidning heter.

I den här tidningen för Örebro län kommer information om höstens aktiviteter och lite bilder och reportage om det som varit under sommaren.

Det är val i september, då vi väljer vilka som ska få våra röster för att styra i våra kommuner, i vår region Örebro och i Sveriges Riksdag.

Den 6 september ordnar vi en Demokratidag i Brunnsparken i Örebro dit vi hoppas att många vill komma för att prata om demokrati och rättigheter. **Kom ihåg att anmäla dig!**

Hälsar
Carin
ordförande
FUB
Örebro län



INBJUDAN



KONFERENS & RESTAURANG SVALAN

Brunnsparken Örebro

Demokratidag för hela länet söndagen den 6 september klockan 10 – 16

Söndagen den 13 september är det val i Sverige. Det är många av FUB:s medlemmar som inte röstade i förra valet. Kom och lär dig mer, så kan vi bli fler som röstar i år. Då har vi chans att vara med och påverka!

Den här dagen

- ska vi ha trevligt
- prata om demokrati och rättigheter
- prata om hur det går till att rösta.
- ska vi titta på några korta filmer,
- äta god lunch
- göra någon aktivitet,
- sjunga med **Lennie B** och
- dricka kaffe

Vi hoppas att du vill vara med!

Kostnad: GRATIS!!!

Anmäl dig till helenahasslinge@hotmail.com eller sms 070-282 57 77 senast den 30 augusti. Säg till om du behöver specialkost!

Välkomna önskar Örebro länsförbund av FUB och Ö-ringen!

Sön 23 augusti

INBJUDAN

Finns det biologisk mångfald i Kumla?

Vi går en Stadsvandring med tema "Naturen". Det går bra att åka rullstol eller gå med rullator.

Välkommen på en lugn tur där Kumlas biolog berättar om

- naturen i staden
- kommunens arbete med att vårda naturen och ger tips

Tid: klockan 10 – 12

Samling: Goda Rums parkering. Ta med lite matsäck - det finns möjligheter att sitta ner och äta matsäck i närheten.

Det behövs ingen anmälan. Har du frågor kan du ringa till Anki Rauseus 072- 546 01 05

Välkomna önskar

Hopajola, Länsstyrelsen, Kumla kommun, Studieförbundet och FUB Örebro



Kumla kommun



Sydnärkes FUB
inbjuder till en dag i Hallsberg

Den 12 september mellan 12.00-15.00

För att spela bowling och äta gott.

INBJUDAN



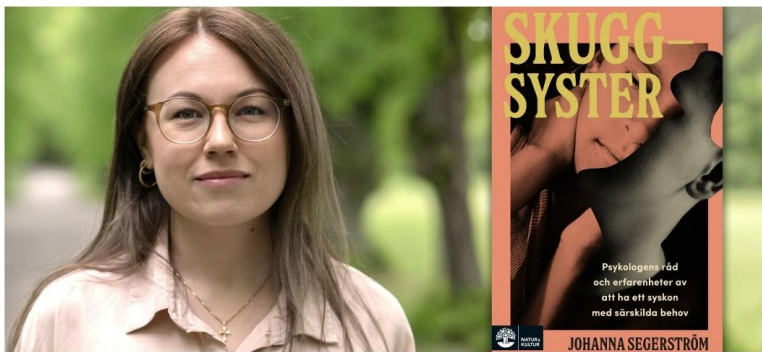
Anmäl er till Eva på sydnarke-hallsberg@fub.se

Senast 6 september.

Uppge om ni har någon allergi vid anmälan

Kostnad för alla 100:-

Adress till bowlinghallen är
Nygatan 1
Hallsberg



Välkomna!

En kväll om skuggsyskon

Tisdag den 6 oktober är det den nationella anhörigdagen. Detta vill SV Örebro län uppmärksamma med en föreläsning av Johanna Segerström. Johanna är skuggsyskon, psykolog och författare till boken *Skuggsystem*.

Vad händer med personer som växer upp i skuggan av ett syskon med särskilda behov? Många lär sig tidigt att ta ansvar, att känna av andras behov – och att tysta sina egna. Vad gör det med självbilden, relationerna och livet som helhet? Johanna kommer under kvällen att dela med sig av sina erfarenheter som syskon till någon med särskilda behov samt ge råd utifrån sin roll som psykolog till andra syskon, till föräldrar och yrkesverksamma som möter anhöriga. Välkommen!

Dag, tid och plats

Tisdag 6 oktober kl 17:30-19:00

Studieförbundet Vuxenskolan, Fabriksgatan 8 Örebro

Praktisk information

Det är begränsat antal platser. Anmäl dig via hemsida (se QRkod), e-post orebrolan@sv.se eller telefon 019-611 94 80 senast den 2 oktober. Vid frågor kontakta Maria Östby, maria.ostby@sv.se eller 072-220 72 39. Föreläsningen ingår i *En månad för livet* 10 september - 10 oktober 2026.

Bild: Fotograf Anna Drvnik



I höst startar vi upp FUNKISDANS på Knut Söberg Dansstudio igen!

- 15/9 kl 17-19
- Vi övar både takt och roliga danskombinationer till populär musik i olika dansstilar.
- Allt efter egna förutsättningar och med stort fokus på rörelseglädje!



HELA VÄGEN TILL FRAMTIDEN.

Den 7 oktober genomförs för andra gången mässan "Hela vägen till framtiden", som ett sätt att stötta ungdomar i anpassad gymnasieskola och deras anhöriga i nästa kliv efter gymnasiet. Och du är välkommen!

Att gå från att vara ungdom till att bli vuxen är många gånger ett stort steg. Flytta hemifrån, börja studera eller arbeta, skapa nya relationer och i större utsträckning fatta egna beslut. En ny vardag ska ta form.

För unga med funktionsnedsättning är klivet ut i vuxenvärlden än större, jämfört med andra jämnåriga. Genom mässan vill vi underlätta och ge likvärdiga förutsättningar att klara de här förändringarna, oavsett funktionsnedsättning.

Mässan ska ge vägledning och svar på viktiga frågor inom områdena sysselsättning, boende, ekonomi, hälsa, fritid och olika stödsatser.

Det är också ett tillfälle att få inblick i hur andra aktörer, verksamheter och organisationers arbetar för den här målgruppen; att ställa frågor, knyta kontakter och mingla!

Varmt välkommen!

En del i ett större koncept

Mässan är en del i ett större arbete som börjar i den anpassade gymnasieskolan. Mässan genomförs genom ett samarbete mellan Anpassad gymnasieskola, Funktionsstödsområdet inom Örebro kommun och Habiliteringen inom Region Örebro län, med stöd av civilsamhället.

**Till dig
som möter ungdomar
som ska sluta
Anpassad gymnasieskola
och deras anhöriga**

Datum: 7 oktober

Tid: 15.00-18.00

Plats: Kulturkvartret, Volymen och Akusiken

Målgrupp: Primär målgrupp är ungdomar i anpassad gymnasieskola och deras anhöriga.

Vi välkomnar också medarbetare inom berörda verksamheter, personer i civilsamhället och politiker.

Kostnadsfritt

Ingen anmälan krävs

Frågor: Kontakta Studie- och yrkesvägledaren (SYV) på Anpassad gymnasieskola på **tel. 073-022 24 20**.

Eller mejla till:

helavagentillframtiden@orebro.se

På nästa sida kan du se de utställare som du möter på mässan.

Oss kan du träffa på mässan HELA VÄGEN TILL FRAMTIDEN:

SYSSELSÄTTNING

Arbetsförmedlingen

Lärvux och lärlingsutbildning.

Örebro kommun

Fellingsbro folkhögskola

Stiftelsen Activa

Örebro kommun:

- Utredningsenheten LSS/Sol (Daglig verksamhet)
- Samordningsteamet, LSS-vägledare, daglig verksamhet
- Samordningsteamet, boendesamordnare

STÖDSATSER

Örebro kommun:

- Anhörigcentrum
- Överförmyndarkansliet (God man och förvaltare)
- Utredningsenheten LSS/Sol (Kontaktperson, Ledsagarservice, Kortfidsboende)
- LSS Fritid

Serviceresor, Region Örebro län

Funkoleket i Haga

BOENDE

Örebro kommun:

- Boendestöd, utförare
- Bostad med särskild service, utförare
- Utredningsenheten LSS/Sol (Boendestöd och Bostad med särskild service)
- Samordningsteamet, boendesamordnare

HÄLSA

Region Örebro län:

- Habiliteringen
- SMO i Kumla (Samordnat medicinskt omhändertagande)
- Folkandvården
- Centrum för hjälpmedel – SPRIDA
- Kommunikationscenter

FRTID

Örebro kommun:

- Aktivitetshuset Haga
- Funktionsmella och Funktionsmar

Örebro Bibliotek

Studieförbundet Vuxenskolan

Tegelbruket

Friskis & Svellets

RF-SISU (Riksidrottsförbundet och SISU Idrottsutbildarna)

Föreningen Autism Örebro län

Föreningen FUB (För och med personer med intellektuell funktionsnedsättning)

Föreningen DHB Flex (För familjer med barn som är döva, hörselskadade eller har språkstörning med ytterligare funktionsnedsättning)

EKONOMI

EKSAM (Råd och stöd kring privatekonomi)

Försäkringskassan



Sommarutflykt och grillning i Sommaro den 15 juni

Vi träffades ett tiotal deltagare en skön försommarkväll i Sommaro. Det är så nära stan men kändes som vi var ute på landet. Hopajola guidade oss, Anki Rauseus och Lars Johansson.

FUB:s ”informations tält” var på plats, toppen.

Vi promenerade och lyssnade efter fåglar. Vi hörde ganska många och Lars berättade så bra om de olika arterna. Vi hörde även korpen.

När vi kom tillbaka efter promenaden var grillen tänd och vi kunde börja grilla, så gott och mysigt. Sedan ”lekte” vi, Anki lät oss gissa på olika fåglar, det blev så många olika gissningar och härliga skratt.



En kyrka med alla

Funkisglädje, gemenskap och andlighet

En gång i månaden möts vi för att fira en enklare form av gudstjänst tillsammans i Lillåns församlingshem. Delaktighet är viktigt för oss.

Datum hösten 2026

- 23/8** Lillåns församlingshem (adress: Kyrkvägen 4 A)
27/9 **10-årsjubileum! Kl. 14.30 - 18.00**
Gudstjänst i Hovsta kyrka. (adress: Kyrkvägen 4),
Fika och musik i Lillåns församlingshem
25/10 Lillåns församlingshem
22/11 Julavslutning i Hovsta kyrka (adress: Kyrkvägen 4),

Tider: 14.30 - 16.30

- Kl. 14.30 Gudstjänsten börjar
Fikagemenskap, samtal och pyssel
”Öppen scen”. Egna sånger och berättelser
Kl. 16.30 Vi avslutar

Välkommen!

Kontakt: Laila Berglund, Axbergs församling,
laila.berglund2@svenskakyrkan.se, tel: 019-20 93 32



Hitta till församlingshemmet i Lillån och Hovsta kyrka



Ordförande i SydNärke har ordet

Hej på er, vilken härlig sommar vi fick och har! Hannes och jag har nyss kommit hem från en tur till Astrid Lindgrens Värld och Skåne så han pratar bara skånska nu. :)



Jag hoppas att ni kunnat delta på någon av alla roligheter som FUB fixat under sommaren och när detta skrivs så står Hjälmgårdsläget näst på tur.

Har ni orkat följa med i allt som sägs inför valet den 13 september? Jag tycker att Funktionsrätt Sverige ställde bra frågor till de olika partierna om och hur dom tänker satsa på vår grupp inför nästa mandatperiod. Gå in på funktionsratt.se och kolla vilka frågor som dom ställde och hur partierna svarade, en del klart och tydligt andra mer luddigt!

Riks FUB ber oss alla att noga bevaka den nedmontering av LSS lagen som nu sker och det trassel det ställer till för oss alla som tillhör vår grupp. FUB Riks ber oss att höra av oss och berätta om någon får avslag på LSS ansökningar eller får ett tidsbegränsade beslut på sin insats. Vill man kanske skriva en egen debattartikel så finns det en mall i "Kraftsamling" på www.fub.se Man kan också gå runt till valstugorna och ställa dom frågor som vi är proffs på att ställa men politikerna är dåligt pålästa på för att kanske väcka andra tankar i deras huvuden. Mer om detta på vår demokratidag i den den 6 september på Svalan i Brunnsparcken. Den kan ni läsa mer om på sidan 3.

Blev vi ihågkomna denna sommar, jag tänker på halveringen av priset på pendlarkorten, blev det även en halverad kostnad för er/oss som åker färdtjänst? Jasså inte, vad konstigt!!!!

Kom ihåg att vi rullar lite klot på Bowlinghallen i Hallsberg den 12 september mellan 12 och 15.

Vi ses och hörs, sensommarkramar Hans



Som vanligt bjöd Sydnärke in till en Ländans i Vretstorpsparken 14 juni.

Vi var runt 100 personer som trotsade regnet och kom.

Det småregnade under dagen men inne i kupolen var det full fart.

Det dansades och sjöngs med i låtarna, som vanligt var det Anna-Malin och grabbarna som spelade.

Under eftermiddagen så kom det smörgås och kaffe. De smakade otroligt gott och alla njöt.

Senare fick Peter spela med bandet. Han är så duktig på trummor.

Vi hade en fin eftermiddag, men lite tråkigt att inte färdtjänsten hittar fast de getts en ordentlig beskrivning.



Norrgården den 26 juni 2026

Vi hälsades varmt välkomna ut till Norrgården där det stod uppdukad med hamburgare, kaffe med hembakade godsaker och även popcorn och kyllda drycker.

Vädret var verkligen med oss denna dag så vi satt utomhus men höll oss mest i skugga.

Vi åt och njöt av vädret innan Lennie B spelade live musik inne i ladan. Därefter följde flera av oss med ut i kohagen med Magnus som körde traktor framför vagnen. Magnus berättade om djuren och hur dom klarar av att vara ute året runt.

Många passade på att svalka av sig i poolen eller sitta i skuggan med hundarna som ville vara med oss överallt.

Stort Tack till Malin och Magnus som öppnar upp sin gård för besök och tack till Syd Närke FUB och Eva för fixet och inbjudan.



Och det har varit både Specialomloppet och Olle-loppet!

Inte alla dagar har vädret varit lika vackert men några har kämpat på ändå.

Så visst kan man trivas även om vädret inte är soligt!



Tack för "Olle-loppet."

Regnet stod som spön i backen, men några tappra FUB:are ställde ändå upp i årets Ollelopp i Hästhagen.

Stort tack till Örebro läns parasportförbund för det trevliga motionsloppet. Speciellt tack för goda hamburgare och den innehållsrika goodiebagen!

Vi hoppas det blir ett nytt lopp nästa sommar!



Föreningarnas Dag och Nationaldagen 6 juni 2026.

FUB Örebro:s första tillfälle var att synas tillsammans med 60 andra föreningar under Föreningarnas Dag på Nationaldagen som firades i Stadsparken.

Vi hade eget tält med dukat bord med FUB synligt och informerade passerade besökare om FUB och vi fick sälja våra nya Medlems T-shirts.

Under dagen fick vi underhållning från stora scenen av; Lindyhope, Glanshammars Folkdansgille, Haneul, Rockrullarna och Tal av Jan Zetterqvist före utdelning av Årets Föreningspris som gick till Fenix 019, vi hälsar Grattis!

Stort tack till Ella och Dennis som hjälpte till under aktiviteten



Velodromloppet på Gelleråsen Arena i Karlskoga 13 juni 2026.

Vi var 6 stycken motorintresserade som satta oss på morgonen i en minibuss mot Sveriges största entusiasthelg för historiska bilar och motorcyklar med över 250 startande ekipage! I årets upplaga av Velodromloppet kryddades evenemanget med flera spektakulära uppvisningar på banan. Formel 1 körning med Nico Rosbergs Williams från 2008, Formel 3 uppvisning med Eje Elgh. Vi såg historiska racerbilar i nostalgins tecken. Racingbilar ända tillbaks till 1930 talet och fram till 2000 talet, uppvisning med historiska tävlingsmotorcyklar i samma tidsspänn, säljare av nostalgi, musikuppträdande, bilutställning från klubbar.

Vi han även med att se Peter Kumlins "handikapp lopp" för bilar byggda mellan 1920-1946 så kallade förkrigsbilar, Peters är från 1946 en fantastisk vacker MG.

Vi hade en fin dag med blandad väderlek men vi var förberedda.

Vill du följa med oss nästa år på liknande aktivitet mejla oss redan nu orebro@fub.se



Från ordförande i Örebro

Hej!



Jag hoppas att ni har haft fina sommark dagar och att det fortfarande finns chans till sommarupplevelser.

På framsidan på tidningen ser ni den annons som Riksförbundet FUB hade i Dagens nyheter för någon vecka sedan. Det är inte så enkelt för den som har en intellektuell funktionsnedsättning att få nya sommarupplevelser. Förra året var det många av er som bor i grupp- eller servicebostad som nekades stöd av personal för att övernatta på en resa eller läger.

Under året har vi i styrelsen påtalat den här bristen både för förvaltningens ledning och ansvariga politiker. Vi skrev direkt till nämnden och frågade om man ska vara hänvisad till sin egen bostad året runt. Frågan kom upp på nämndens sammanträde den 22 maj. I en skrivelse till protokollet står det att ”det finns en samstämmighet mellan tjänstemän och politiker att det inte kan vara rimligt att inte kunna resa med övernattning. Vi ska göra så mycket som är möjligt inom rimliga gränser för att lösa resor med en övernattning.” Jag blir så glad när jag nu hör från er, att ni har varit på olika resor med övernattning i sommar. Då känns det värt att fortsätta påverka de som bestämmer.

Ställ dina frågor till oss!
Vi vill ha dina åsikter och tips,
mejla oss eller träffa oss”

orebro@fub.se

Bristerna i olika delar av LSS-verksamheten syns i stora delar av Sverige. Riksförbundet kraftsamlar och återkopplar till regeringen och riksdagens politiker hur det ser ut i landet. På riksnivå är politikerna överens om att personer som tillhör personkretsen i LSS ska få det stöd de behöver. Tyvärr tycks inte deras kolleger i kommunerna ha samma uppfattning utan fortsätter med att spara. Nu uppmanar riksförbundet oss i lokalföreningarna att på olika sätt agera på lokal och regional nivå. Vi måste få en återupprättelse av LSS.

Som ni säkert vet är det en stor omorganisation av hela socialförvaltningen i Örebro. Den nya organisationen ska träda ikraft vid årsskiftet. Det vi vet i nuläget är att Stefan Nilsson som hittills varit områdeschef för Funktionsnedsättning blir biträdande förvaltningsdirektör och Elisabeth Ullefors blir den nya verksamhetschefen. Vi håller tummarna för att den nya organisationen kommer att fungera bra och ger bra stöd till vår ”Inre ring.”

Till sist hoppas jag att så många som bara kan, går och röstar i valet till kommun, region och riksdag. Det är viktigt att vara delaktig och utnyttja sin rösträtt. Du ska rösta på det parti **du** tror blir bäst. Fråga din gode man eller personal om du är osäker på hur du gör för att rösta.

”Alla får rösta” som Funk is Up sjunger i sin nya video. Lyssna på den, den är bra!

Hälsningar

Margareta Wiklund



Allsång på Skansen den 21 juli.



Oh vilket härligt gäng som åkte till allsång på Skansen, bussen var fullsatt. Fint väder fick vi. Några timmar innan allsången på Skansen började åt vi lunch, glass, kollade på djuren och de gamla fina husen. En stor herrgård från Hallsberg, Skogaholms herrgård har de flyttat bit för bit till Skansen, fantastiskt.

Sedan bänkade vi oss framför scenen på Solliden för att se generalrepetitionen av allsången. Är man på generalrepetitionen får man klappa och heja lite extra mycket och öva på rörelser "Gå upp och prova dina vingar" härligt med rörelser till.

Pernilla Wahlgren tog plats på scenen med många härliga gäster. Vi fick höra och se Soundtrack of Our lives, Familjen, rapparen Stor med Anna Carolina, Fanny Avonne, Svullo, spelad av Fredrik Lexfors. Tyvärr fick vi inte se Cat Stevens (Youssef), hans röst behövde vila inför kvällens föreställning. Men så kul att få uppleva allsången i verkligheten som så många av oss sett på TV.



Hälsningar från Karlskoga-Degerfors FUB

Söndag den 13 september är det val i Sverige.
Alla som har fyllt 18 år har rösträtt.



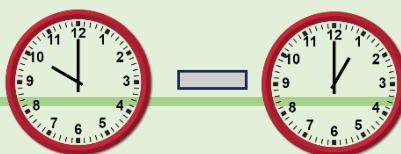
År 1989 var det år som alla vuxna fick rösträtt i Sverige då omyndigförklaringen togs bort.

Det är din rätt att få vara med och bestämma vilka politiker som ska styra i kommunen, regionen och riksdagen.

Alla som har rösträtt kommer få ett röstkort. På röstkortet står det vilka val du har rätt att rösta i. På röstkortet står det också i vilken vallokal du ska rösta i.

Lördag 5 september kommer Lena och Lotta från FUB Karlskoga-Degerfors finnas på Alfred Nobels torg i Karlskoga och hjälpa dig att ställa frågor till de olika partierna som finns i Karlskoga kommun.

Vi startar utanför Karlskoga bibliotek klockan 10.00 och vi avslutar klockan 13.00.



Du kanske har frågor och funderingar över hur politikerna bestämmer över saker i kommunen som du vill ha svar på.

Vi kommer ha tid att hjälpa dig att fråga och hjälpa till att förklara för politikerna.



Lena och Lotta kommer ha FUB loggan på sig så du vet vem du ska leta efter.



Succédag i Hästhagen

I år blev vår sommarfest i Hästhagen en riktigt bra dag. Solen sken hela dagen, så i år fick vi leta efter skön skugga. Monica och Fredrik sjöng härliga sommarlåtar, Lena från Friskis fick gå ned från den varma scenen och ledde gympa i skuggan. Men vilka entusiaster som följde med i hela det glada gympapasset till glada melodier!

Tipspromenaden fick vi korta av och placera i lite skuggigare delar. Margaretha Carlsson hade gjort kluriga frågor. Alla som svarade på frågorna fick hämta pris från det innehållsrika prisbordet. Gunnel hade ett roligt uppdrag att dela ut glassbiljetter till alla FUB-medlemmar. Det blev lång kö till glasskiosken! Grillen var varm hela dagen.

Vi fick besök av ordförande i funktionsstödsnämnden, Gunhild Wallin och hennes partikamrat Jessica Falk Edetun.

Båda skrev på Facebook efteråt att de hade haft en trevlig dag tillsammans med oss.



INBJUDAN

Excess orkester



DANS den 3 oktober 2026

Regnbågens dansbana i Brunnsparken, Örebro.

Klockan 14.30 – 16:45. Insläpp från 14.00.

Bilar och bussar lämnar vid Regnbågens entré inne i Brunnsparken.

Entré: 150 kronor, (personal och ledsagare gratis).

Betala med jämna pengar eller swisha till 123 500 8206 Skriv 3 oktober och vem det avser



Du kan också betala in på Bg 461-5365

Anmäl till **Helena Hasslinge** Sms på telefon 070-2825777 eller
helenahasslinge@hotmail.com Anmäl senast den 28 september.

VÄLKOMNA önskar FUB Örebro och Länsförbundet FUB i Örebro län

Två viktiga KLIPP ur senaste UNIK Lättläst om INRE Ringen Sveriges nya styrelse.
Där Janne från vår Ö-Ringen ingår. Heja Janne! Du har hans mejladress och tel.nr på sidan 2
Individuell plan enligt LSS, det är din egen plan!

Här kan du läsa mer om LSS och IP

[Varsågod, gratis e-bok med hela LSS-skolan 2026](#)

Aktuellt #3/2026

1 Inre Ringen Sverige har valt ny styrelse



Mattias Melin, FUB Jönköping
Jenny Gustavsson, FUB Motala
Lucas Sköldberg, FUB Växjö
Anna Wändesjö, FUB Kalmarbygden
Elin Vesterlund, FUB Sundsvall
Jens Persson, FUB Stockholm
Jan Larsson, FUB Sydnärke-Hallsberg

På Inre Ringen Sveriges riksstämma valdes en ny styrelse.

De ska leda Inre Ringen till nästa stämma.

Inre Ringen Sverige har haft riksstämma.

Då träffades medlemmar från hela landet i Stockholm på ett möte. På mötet bestämde man vad Inre Ringen ska jobba med.

På riksstämman valde man också vilka som sitter i styrelsen för Inre Ringen Sverige.

Tre nya personer valdes in:
Lucas Sköldberg, 34 år från Växjö.
Anna Wändesjö, 50 år från Kalmar.
Och Jens Persson, 52 år från Tyresö.

Elin Vesterlund är styrelsens ordförande.
Mattias Melin är vice ordförande.
Markus Petersson, Gunilla Karlsson och Kristine Petersson slutade i styrelsen och blev tackade för sitt jobb.

2 Fler kan använda individuell plan

Alla som bor i en LSS-bostad kan skriva ner hur man vill leva i en individuell plan. Då blir det lättare att få rätt hjälp och stöd. Men nästan ingen gör det.

En individuell plan (IP) kan göra att den som bor i en LSS-bostad får rätt stöd och hjälp.

Det står i lagen att alla som har LSS-beslut ska få en individuell plan om man vill.

I en individuell plan får man hjälp att skriva vad man tycker är viktigt och hur man vill leva.

FUB i Stockholm tycker att fler ska ha en sådan plan. FUB har gjort en hemsida med lättläst information om individuell plan.

Det finns för person med LSS-insats, för handläggare och LSS-personal.

www.individuellplan.se





INBJUDAN



OKTOBERFEST!

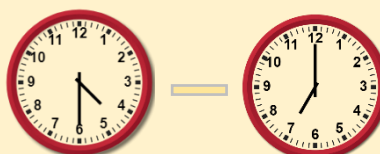
Välkomna åter till Schreibers garage!

18 oktober 2026, klockan 16.30 – ca 19.00

Adress Kåvivägen 15 i Lillån. Det här är en fest i en annorlunda lokal – allt är "second hand" och ger en känsla av garage.

Du får;

- Hamburgare, lättöl eller annan dricka
- Kaffe och kaka
- Musikuterhållning / allsång, Jonny Fagerman spelar



Kostnad 150 kronor för medlem och personal,
200 kronor för övriga.

Betala helst i förväg på BG 461-2365
eller swish 123-5008206
Skriv vem som avses



Bindande anmälan till helenahasslinge@hotmail.com
eller Sms 070-2825777 senast den 13 oktober

Vi ser fram emot ännu en mysig kväll i Garaget!





FREDAG
INCHECKNING
FRÅN KL 16
HVBÄCKEN
MÅL KL 18-19
LÄT PÅ
TERASSEN



LÖRDAG
ARVIVETER
TOSKORNS
RAGGARBILAR
GÅTT TÄCK
SITTLE
DANSCHILL
SANDRAZ
CATTIA
PILLORESDIN

LÖRDAG
FRUKOST:
KL. 8-9.30
LUNCH:
KL. 12.30
MIDDAG:
KL. 17
KVÄLLSMACKA:
KL. 20

SÖNDAG
FRUKOST:
KL. 8-9.30
STÄD AV RUM OCH
STUGOR
INLÄMNING AV
NYGLAR TILL MALIN
SENAST KL. 13
LUNCH KL. 12

HJÄLMARGÅRDEN!

Dagar fyllda av aktiviteter och samvaro.
Det var härligt väder! Flotten körde ut på
en ganska blåsigt Hjälmararen, alltid lika
spännande.
Många fick en åktur i fina raggarbilar.
Härliga Sandraz bjöd upp till dans.





TACK!
För i år
2026



FREDAGSKÖREN

Kören för dig som har en funktionsnedsättning.

Fredagar kl.15:00 - 16:00

(Om du åker färdtjänst, boka hämtning 16:00)

Plats: Hagakyrkan, Skäpplandsgatan 29, Örebro.

Deltagaravgift: 550kr/termin.

Första tillfället kan du vara med gratis för att prova på för att sedan bestämma dig om du vill vara med.

Anmälan görs till Studieförbundet Bilda, 019-601 53 50 eller på www.bilda.nu/fredagskoren
Det går bra att scanna QR-koden nedan för anmälan och mer information.

Scanna QR-koden
för mer info och anmälan:



Ledare: Malin Simonsson

hagakyrkan



Bilda

Barnens dag i city

Örebro city

Barnens dag är tillbaka i Örebro city!

Tillsammans med Behrn Fastigheter, Bogfelts, Princo Welins, Vågen och Krämarens förvandlar vi city till en härlig familjefest där barnen står i centrum! 🎈🌟

Se fram emot en dag fylld med roliga aktiviteter, spännande upplevelser och massor av glädje – och det bästa av allt, allt är helt gratis!

📅 Lördag 12 september

🕒 Kl. 10.00–15.00

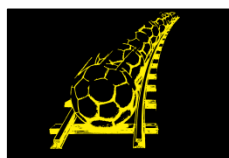
Information om aktiviteter kommer att publiceras löpande.

Välkomna!

Så till sist lite extra information



OBS! Det är tisdagen
den 18 augusti från
klockan 16:30-18:30
plats Ribbingsgatan 5



Premiärmatch för parahandbollen under Järnvägen Cup



Bild från HK Järnvägens hemsida

Lär dig mer om att rösta i valet

Kom och titta hur det går till

I september är det val i Sverige. Om du vill rösta men inte vet hur det går till kan du få lära dig mer om det. Vi ska inte prata om vad politiker tycker. Bara berätta om hur röstandet går till.

Kom och prova på att rösta den 18 augusti. På plats finns personer från FUB och Cecilia Lönn Elgstrand från Örebro läns bildningsförbund.

Du får se hur det ser ut i vallokalen. Vi visar dig hur du gör för att rösta och berättar om vad du behöver känna till om att rösta.

18 augusti

Tid

Kl. 16.30-18.30.

Plats

Ribbingsgatan 5. Daglig verksamhets lokaler på baksidan av socialförvaltnings hus.



Cecilia Lönn Elgstrand



Lördag 30 maj blir en milstolpe för HK Järnvägen. Då spelar föreningens parahandbollslag sin allra första match och det sker mitt under Järnvägen Cup, med 319 anmälda lag på plats i Hallsberg.

En egen dag i en av Sveriges största handbollshelger Järnvägen Cup är Sveriges fjärde största utomhusturnering i handboll och en av höjdpunkterna på året i Hallsberg. Under helgen 30–31 maj fylls planerna runt Alléskolan, Transtenskolan och Alléhallen med spelare i alla åldrar från klubbar runt om i landet. Mitt i den här handbollsfesten har HK Järnvägens parahandbollslag fått en egen plats på programmet och chansen att spela sin första match någonsin inför hemmapublik.

Arboga parahandboll på besök
Som motståndare och gäster kommer Arboga parahandboll till Hallsberg. Dagen inleds med gemensam uppvärmning och träning innan det är dags för match. Eftersom det är HK Järnvägens första match någonsin kommer lagen eventuellt att mixas, Arboga är på plats för att visa hur en match går till och dela med sig av sin erfarenhet.

Första säsongen med parahandboll
Säsongen 25/26 är HK Järnvägens första med parahandboll, med regelbundna träningar i Alléhallen och en växande grupp aktiva. Verksamheten har vuxit fram i en tid då allt fler föreningar inom Handbollförbundet Mitt startar upp paraverksamhet och premiärmatchen är ett tydligt steg framåt för laget.

Välkommen på en releasefest där Örebro kommun och Studieförbundet Bilda Svealand firar alla fantastiska musikkapare.

På Kulturhuset onsdag den 20 november kl. 18

Releasefesten är på Kulturhuset i A-salen.

Adressen dit är: Järnvägsgränd 8 Örebro.

Tiden du ska ha koll på är kl. 18

NU SLÄPPER VI

FLERA NYA FUNKISLÅTAR!



Länsdans

Halloweendisco på Tunet i Degerfors

DJ finns på plats och spelar bra dansmusik.

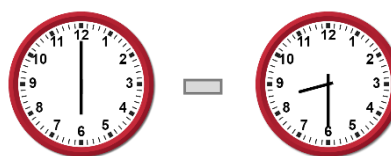
Lördag 31 oktober klockan 18.00-20.30

Kostnad 100 kr för medlemmar och medföljande stödpersoner.

Sätt på dig dansskorna kom och dansa loss.

I priset ingår

Pizzaslice, dricka, godis, popcorn, snacks och trevligt sällskap.



Anmälan till Annelie

wilhelmssonannelie@gmail.com eller tel 070-7157372



SOMMAR MINNE!

I fint väder men friska vindar samlades FUB Karlskoga-Degerfors för en utedag vid Gryten i Degerfors. Vi gick tipspromenad och fick finfina priser. Det grillades korv och vi hade en mysig lunch ihop.



Hopajola FUB Örebro 	Sidan 4	23 augusti kl 10-12	Goda rums parkering, Kumla (ta med matsäck)	Ingen anmälan, frågor Anki Rauseus 072-546 01 05
En kyrka med alla 	På sidan 7 alla datum!	23 augusti 14:30-16:30	Lillåns församlingshem Kyrkvägen 4A	Kontakt Laila Berglund 019-20 93 32
Öppet hus Funktionsrätt Örebro län 		29 augusti 14-16	BrukarHuset Mellringevägen 120 703 53 Örebro	FUB Örebro län deltar kansli@funktionsrattorebrolan.se Tel: 019-673 21 20
Val-vandring i Karlskoga 	Sidan 14	5 september 10-13	Vi börjar vid Karlskoga Bibliotek	
FUB Örebro läns Demokratidag 	Sidan 3	6 september 10-16	Svalan, Brunnsparken Örebro	Anmäl senast 30 augusti helenahasslinge@hotmail.com sms 070-282 57 77
Bowling FUB Sydnärke 	Sidan 4	12 september 12-15	Bowlinghallen Hallsberg	Anmäl till Eva senast 6 september sydnarke-hallsberg@fub.se
Barnens dag är tillbaka i Örebro city!	Sidan 21	12 september 10.00–15.00	Örebro city	FUB Örebro deltar med information
Funkisdans 	Sidan 5	Börjar 15 september 17-19	Knut Säborg Dansstudio	Stubbengatan 2, Örebro Telefon: 0723668585
Länsdans FUB Örebro 	Sidan 16	3 oktober 14:30-16:45	Brunnsparken, Örebro	Anmäl senast 28 september helenahasslinge@hotmail.com sms 070-282 57 77
Skuggsyskon 	Sidan 5	6 oktober 17:30-19:00	Studieförbundet Vuxenskolan Fabriksgatan 8 Örebro	Anmäl senast 2 oktober orebrolan@sv.se tel 019-611 94 80
Hela vägen till framtiden Örebro kommun 	Sidan 6	7 oktober 15-18	Kulturkvarteret Volymen och Akustiken	Ingen anmäl Kostnadsfritt
Oktober fest  	Sidan 18	18 oktober 16:30-19.00	Schriebers garage Kåvivägen 15 Örebro	Anmäl senast 13 oktober helenahasslinge@hotmail.com sms 070-282 57 77
Hallowendisco  	Sidan 22	31 oktober 18:00-20:30	Tunet i Degerfors	Anmälan till Annelie wilhelmssonannelie@gmail.com tel 070-7157372
Releasparty 	Sidan 21	20 november 18:00	Kulturhusets A-sal	
Tedans med Sandraz 	Sidan 5	22 november 14-18	Brunnsparken, Örebro	Offentligt evenemang

B

PP

Sverige, Port Payé



AVSÄNDARE

Örebro Länsförbund FUB

Mellringevägen 120 B

703 53 Örebro



Några bilder som skapades på Hjälmmargården.

