



DUV

DE
UTVECKLINGSSTÖRDAS
VÄL I
VASANEJDEN

Medlemsblad 03/17



Innehåll

Ledare	s. 3
Syskonträffar.....	s. 4
Disco och Föräldrträffar.....	s. 5
Lätt Läst Mässa.....	s. 6
Boken om mig.....	s. 7
Dansgala på Norrvalla.....	s. 8
Självständighetsfest Finland 100 år.....	s. 9
Soppdag.....	s. 10
Höstens motionskampanj.....	s. 11-13
Fritidsprogram hösten 2017.....	s. 14-19
Info för dig som deltar i fritidsverksamheten.....	s. 20
Aktuellt från FDUV och Lärum.....	s. 21-22
Vasa stads idrott för specialgrupper.....	s. 23

Telefon: 040-5434556

E-post: vasanejden@duv.fi

Webbplats: www.vasanejden.duv.fi

Nu är de flesta tillbaka i skolor och arbeten efter sommarlov och semestrar.

Kvällarna har redan blivit mörka och det är dags att ta på reflexvästen då man rör sig på vägarna.

I detta medlemsblad finns massor med aktiviteter för hösten.
Kom ihåg att anmäla er i tid till det ni vill delta i.
På sidan 20 finns regler för dig som deltar i kursverksamheten.

Motionskampanjen pågår hela oktober månad, och nu ska alla ut och röra på sig!
Skicka in det ifyllda motionskortet så har du chans att vinna ett pris.

Den 7 oktober är det DUV-dansgala på Norrvalla klockan 17-21. Om man vill dansa längre får man fortsätta dansa på Norrvallas egen dansgala.

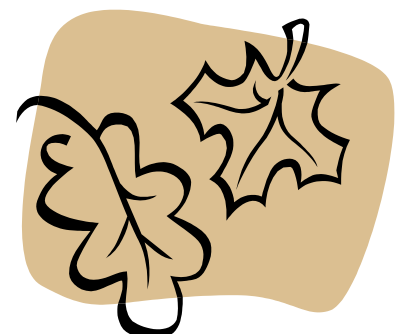
På söndagen den 5 november hålls soppdagen i Arbetscentralens utrymmen på Gneisvägen i Stenhaga.
Höstens lotteri ordnas i vanlig ordning.

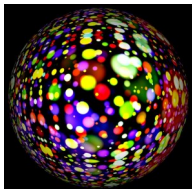
Disco med föräldraträff hålls den 19 oktober på Folkhälsanhuset.
Ytterligare en föräldraträff med mat och bowling hålls den 14 november.

Ta kontakt om du funderar över något eller har ideer om verksamheten!
Jag är säkrast anträffbar på kansliet på onsdagar, men du kan alltid ringa eller maila åt mig!

Ha en skön höst!

Christina Mannfolk
Verksamhetsledare





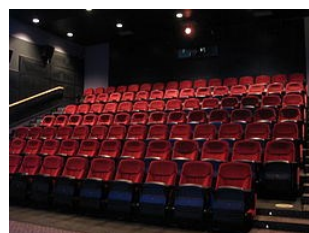
SYSKONTRÄFFAR

för barn i förskole- och skolåldern

- När:** Tisdagar den 19.9, 17.10, 14.11 och 12.12 kl. 17.30-19.30
- För vem:** Syskon till personer med funktionsnedsättning.
- Anmälning:** vasanejden@duv.fi, 040 543 4556 senast 13.9.
- Ledare:** ?
- Kostnad:** 15 €

Första träffen den 19 september hålls på DUV:s kansli.

Då planerar vi tillsammans vad vi vill göra under höstens träffar.



DISCO och föräldraträff

För vem: För skolbarn med funktionsnedsättning.

När: Torsdagen den 19 oktober kl. 17.30-19.30

Var: Eksalen, Folkhälsanhuset Wasa

Kostnad: 3 euro

Anmälning: Senast den 16 oktober till Christina Mannfolk, vasanejden@duv.fi
eller 040 543 4556

Samtidigt ordnas en träff för föräldrar, oberoende om du har barn på discot eller ej, i kafferummet. Kaffeavgift för föräldrar 2 €.

Susanne Tuure från FDUV kommer 17.30-18.30 och informerar om flyttningsförberedelser och boendeservice i Österbotten.



FÖRÄLDRATRÄFF

För vem: Föräldrar till personer med funktionshinder

Vad: Möjlighet till diskussion och utbyte av erfarenheter

När: Tisdagen den 21 november kl. 18.00—20.30

Var: Cinema bowling/Rosso (Rewell center 2:a vån) Vi börjar med bowling kl.18-19 (kom 17.45 så ni hinner prova ut skor) och äter efteråt en bit mat.

Kostnad: Var och en betalar maten själv. Föreningen betalar bowlingen.

Anmälning: Senast den 8 november till Christina Mannfolk, vasanejden@duv.fi
eller 040 543 4556



Du är välkommen på

Lätt Läst Mässa med nattvard

Lördag 30 sept. 2017 kl. 14.00!

Plats: Smedsby Församlingsgård, Niklasvägen 3

Omsorgsprästen ***Ben Thilman*** från Borgå stift

Arrangör: Korsholms prosteri

- ♦ Lätt Läst Mässa är lätt att förstå
- ♦ Vi sjunger sånger och psalmer med stödtecken
- ♦ Det bjuds på kaffe/te och tårta
- ♦ **Anmälan senast 25.9**, så att tårtan räcker åt alla 😊

Gör din anmälan till:

diakon Hanna-Maria Hakala i Korsholms svenska församling,
tfn: 044 322 67 07 eller hanna-maria.hakala@evl.fi

eller

diakon Anne Bjurbäck i Vasa svenska församling,
tfn: 044 480 83 62 eller anne-christine.bjurback@evl.fi



Boken om mig – i Vasa med omnejd



Datero, Folkhälsans Datatek och DUV i Vasanejden samarbetar och visar olika verktyg att göra en egen "Boken om mig". Den kan användas som e-bok på pekplatta eller som utprintad version.

Personer som har svårt att uttrycka sig kan med hjälp av en dylik e-bok samla väsentlig information om sig själva. Vad är tex viktigt att få hjälp med för att vardagen ska fungera så bra som möjligt. Samlad information som kan vara bra tex. för en vikarie i ett daghem, i en skola eller på ett boende.

Boken om mig utformas individuellt enligt vars och ens eget ställningstagande.

Nu har du / ni möjligheten att träffas i Vasa och få handledning och tips hur ni som familj eller som självständig person kan göra detta.



Du behöver ha med dig en pekplatta med appen Book Creator nedladdad (ca 5 €)

Vi kan vid behov hjälpa med nedladdningen. Det finns några pekplattor som kan lånas under kursen om man vill vara med, men inte just nu har någon egen.

Här kan du titta på förslag från ett bokupplägg: https://youtu.be/i0_mi2BqLs

NÄR: **Träff I torsd 21.09.2017 kl. 17:30-20:00**
 Träff II torsd 12.10.2017 kl. 17:30-20:00
 Träff III torsd 02.11.2017 kl. 17:30-20:00

VAR: DUV-kansliet Storalånggatan 60 i Vasa

Sista anmälningsdag fredag 15.09.2017

till e-post: siv-britt.haggman@folkhalsan.fi
eller camilla.ronnholm@datero.fi

tel: 050 5400265
tel: 044 9715449

Är det något du funderar över så tag gärna kontakt!



DATERO
KT-förslagsgruppen



folkhälsan
Folkhälsans Datatek Vasa



DUV
DUV VASA
DUV VASA
DUV VASA

7 oktober 2017 kl. 17–21

DANSGALA

på Norrvalla i Vörå

Pris: 10 €

Kl. 17–21



Kl. 21 →



Norrvallas egna dansgala bjuder upp till dans kl. 21 till banden Tommys och Tomas Fantz.

Frågor kring skjuts i Österbotten?

Kontakta din DUV-förening eller Tina Holms, tina.holms@fduv.fi, 040 567 92 57.

Arrangörer:





Självständighetsfest

lördagen den 2 december klockan 17-21 på Carpella,.

Kom med och fira att Finland varit självständigt i 100 år.

- Dans till Wasa Groove Unit
- Tal
- Mingelmat

Inträde 10 €

Anmäl dig senast den 20 november till
annika.martin@fduv.fi
eller 050 302 78 88



DUV:s soppdag

Söndagen den 5 november ordnar DUV sin traditionella soppdag och basar på Kårkullas **Arbetscentral** på Gneisgränd 1 G i Vasa.

Både kött- och klimpsoppa serveras mellan **klockan 11.30 och 14.00.**

Pris: Soppa **8 €** för vuxna / **5 €** för barn

vill man köpa soppa med hem kostar den **10 € / liter**, ta med kärl att ta hem soppan i!

Kaffe och bakelse **2 €**

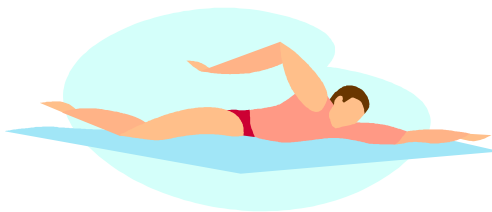
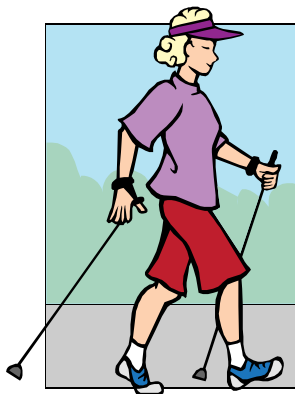
Lotterivinster samt saker att sälja på basaren mottages med tacksamhet!

Produkter från Hantverket finns till salu under basaren.

Kontakta Christina på DUV-kansliet om du vill hjälpa till!

Telefon 040 5434556 eller e-post vasanejden@duv.fi





Jag deltar i motionskampanjen som pågår **1-31 oktober 2017**

Namn: _____

Adress: _____

Telefon: _____

Regler:

- Du får sätta högst ETT kryss per ruta då du motionerat.
- Du får kryssa i att du använt trapporna istället för hissen om du använt trapporna VARJE GÅNG under en dag istället för att ta hissen.
- På de tomma raderna kan du själv fylla i sådan motion som inte redan finns på listan.
- Bland alla som motionerat minst fem gånger i veckan utlottas ett Tropiclandia-besök och hygienprodukter.
- Ge eller sänd ditt motionskort till Christina Mannfolk, DUV i Vasanejden, Storalånggatan 60, 65100 Vasa SENAST måndagen den 14 november 2017.



Fritidsverksamhet hösten 2017

Drama DUVorna

Drama DUVorna är en teatergrupp för personer med utvecklingsstörning. Drama DUVorna ordnas i samarbete med Arbis i Vasa. Vi arbetar mycket kring teaterns grundelement, vilket utvecklar ens uttrycksförmåga, koncentration, fantasi och samarbetsförmåga.

Hur ofta? Måndagar; **11.9, 18.9, 25.9, 2.10, 9.10, 16.10, 23.10, 30.10, 6.11, 13.11, 20.11** (fortsätter på vårterminen 2018)

Tid? Klockan 14.30–16.00

Var? Kasern 11, Tupa 2/Teatteri, Östra Kaserntorget 7-9

Deltagare? Max 16 personer

Ledare? Alexandra Mangs och Daniela Mård

Anmälning? Till Arbis fr.o.m. 17.8 kl.18.00 på anmälningsblanketten på webbplatsen www.vasa.fi/arbis eller på telefonnummer 06-325 35 01

Kostnad? 73 euro (Arbis skickar räkning)



Äntligen onsdag!

Killgrupp för tonåringar och ungdomar. Under träffarna sysslar vi med olika inom- och utomhusaktiviteter enligt deltagarnas önskemål.

Hur ofta? En onsdag i månaden med start den **13.9**. Övriga träffar **11.10, 8.11 och 13.12**

Tid? Klockan 18.00–21.00

Var? På höstens första träff samlas vi först på DUV-kansliet och diskuterar höstens aktiviteter.

Deltagare? Max 8 personer

Ledare? Jonas Udd

Anmälning? Till DUV:s kansli, senast den 11 september.

Kostnad? 15 euro (Christina skickar räkning)



LaBandet

Bandverksamhet för dig med lindrig utvecklingsstörning. Vi spelar och sjunger svängig musik tillsammans. Ta gärna med eget instrument. LaBandet ordnas i samarbete med Arbis i Vasa.

Hur ofta? Varje onsdag; **13.9, 20.9, 27.9, 4.10, 11.10, 18.10, 25.10, 1.11, 8.11, 15.11, 22.11, 29.11** (fortsätter på våren 2018)

Tid? Klockan 17.15-18.15

Var? Arbis 20 (datasal)

Deltagare? Max 10 personer

Ledare? Peter Enroth och Martin Sjöblom

Anmälning? Till Arbis fr.o.m 17.8 kl.18.00 på anmälningssblanketten på webbplats:

www.vaasa.fi/arbis eller på telefonnummer: 06-325 35 01

Kostnad? 39 euro (Arbis skickar räkning)



Simskola på Norrvalla

Simningen på Norrvalla i Vörå är till för både barn och ungdomar. Varje deltagare bör ha en stödperson eller förälder med sig.

Vi söker en simlärare, och tills vi får tag i en så får man fara och simma på egen hand. Vi meddelar så fort vi får tag i en lärare.

Hur ofta? Lördagar; **23.9, 7.10, 14.10, 28.10, 11.11, 18.11, 25.11 och 2.12**

Tid? Klockan 10.00-11.00 (aktiv tid i bassängen)

Var? I terapibassängen på Norrvalla i Vörå

Deltagare? Max 20 personer (inklusive stödperson/förälder)

Ledare? ?

Anmälning? Senast den 19.9 till DUV-kansliet

Kostnad? 50 euro (Christina skickar räkning)



Samtalsgrupperna

Samtalsgrupper ordnas i samarbete med församlingarna i Kvevlax, Smedsby, Malax och Vasa för alla DUV:s medlemmar. I samtalsgrupperna är det samtalet och diskussionen som står i fokus. Syftet med samtalsgrupperna är att medlemmarna skall kunna prata om allt mellan himmel och jord och kunna veta att allt stannar inom den gruppen. Därför rekommenderas det att ingen personal från boende eller anhörig är med på samtalsgrupperna. Att dricka kaffe/te och äta något smått hör också till.

Malax: Börjar onsdagen 20.9. kl 17.15 i Kyrkhemmet. Var tredje vecka. Kontakta Britt-Helen Flemming för närmare information! Hennes telefonnummer är: 365 45 72



Smedsby: Startdatum tisdagen den 19 september klockan 18.30-20.00 i församlingsgården i Smedsby, Niklasvägen 3. Varannan tisdag jämna veckor. Har du frågor kontakta Li Ollil-Nylund eller Hanna-Maria Hakala på telefon 044-356 0530.

Vasa: Ledare Anne Bjurbäck (tel. 044-4808362). Varannan onsdag, udda veckor, med start onsdagen den 13 september kl. 18.00-19.30 i Brändö församlingsgård.



Äntligen onsdag för tjejer!

Tjejgrupp för ungdomar. Vi sysslar med olika inom-och utomhusaktiviteter enligt deltagarnas intressen och önskemål.

Hur ofta? En onsdag i månaden med start den **20.9**. Övriga datum **18.10, 15.11 och 13.12**.

Tid? Klockan 18.00–21.00

Var? På höstens första träff samlas vi på DUV-kansliet och planerar höstens program och pysslar.

Deltagare? Max. 8 personer

Ledare? Elsa Sandås

Anmälan? Till DUV:s kansli senast 13.9

Kostnad? 15 euro (Christina skickar räkning)



Lördagsträffen

Lördagsträffen är verksamhet för vuxna med svår/djup utvecklingsstörning. På Lördagsträffen är vi i sinnesstimulerande utrymmen på Dagcenter, dricker saft och äter något gott.

Hur ofta?	Lördagar; 23.9, 21.10, 18.11, 9.12
Tid?	Klockan 13.00-15.00
Var?	Dagcenter, Magasingatan 12, 65100 Vasa
Deltagare?	Max 8 deltagare
Ledare?	Martin Sjöblom, Johanna Knipström, Elsa Sandås, Karin Stara och



Anmälning?	Till DUV:s kansli senast 20.9
Kostnad?	15 euro (Christina skickar räkning)

Kompisgrupp för tjejer och killar

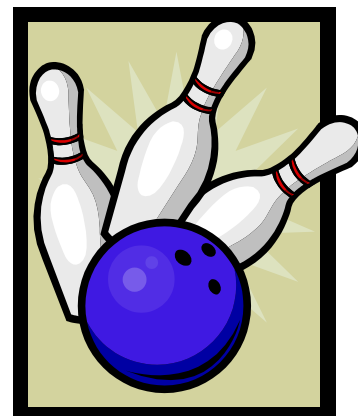
Kompisgrupp för tjejer och killar i åldrarna 10-17 år. Vi sysslar med olika inom-och utomhusaktiviteter utgående från gruppens önskemål, tex filmkväll, pysselkväll, bowling m.m.

Hur ofta?	Varannan torsdag udda veckor, med start den 14 september , t.o.m. 7.12
Tid?	Klockan 18.00–20.30
Var?	På höstens första träff samlas vi på DUV-kansliet på Storalånggatan 60 och planerar höstens aktiviteter.
Deltagare?	Max. 7 personer
Ledare?	Karin Stara
Anmälning?	Till DUV:s kansli senast 12.9
Kostnad?	30 euro (Christina skickar räkning)

Öppet Hus, grupp1 och grupp 2

Våra caféträffar som ordnas på lördagar kallar vi för Öppet Hus. Öppet Hus är för vuxna personer med lindrig/måttlig utvecklingsstörning.

- Hur ofta?** Lördagar **16.9, 14.10, 11.11, 25.11**
- Tid?** Grupp 1: Klockan 13.30–15.00
 Grupp 2: Klockan 15.00-16.30
- Var?** Se skilt program nere på sidan
- Deltagare?** Max 15 deltagare per grupp
- Ledare?** Fredrika Lillqvist och Josefine Snellman
- Anmälning?** Till DUV:s kansli senast 12 september
- Kostnad?** 15 euro (Christina skickar räkning)



Program för ÖppetHus hösten 2017

Deltagaravgiften för höstterminen 2017 är 15 euro (Christina skickar räkning).

I deltagaravgiften ingår kaffe/te med dopp och kostnader för programmet.

Grupp 1: klockan 13.30–15.00

Grupp 2: klockan 15.00-16.30

16.9 **Karaoke** på Folkhälsans dagcentral (Niklasvägen 1 i Smedsby)

14.10 **Bingo** på Folkhälsans dagcentral (Niklasvägen 1 i Smedsby)

11.11 **Bowling** i Cinema bowlinghall (Handelsesplanaden 18)

25.11 **Julpyssel** (Niklasvägen 1 i Smedsby)



Vattengymnastik



En vattengymnastikgrupp för vuxna personer med utvecklingsstörning planeras till Folkhälsans bassäng i Smedsby. Då vi fått klart med bassängtider och ledare skickar vi ut på mailinglistan och meddelar på hemsidan. Meddela till DUV-kansliet om du vill delta!

- Hur ofta ?** ?
- Tid?** ?
- Var?** Bassängen, Folkhälsan hus i Smedsby
- Deltagare?** Max 8 deltagare. Ta med egen stödperson.
- Ledare?** ?
- Anmälning?** Till DUV-kansliet, vasanejden@duv.fi, 040 543 4556.
- Kostnad?** 35 €



Istid i Targahallen

Istiden i Targahallen i Malax är för DUV i Vasanejdens medlemmar med familjer. Skinningen sker på egen hand och egen risk. Använd hjälm!



- Hur ofta?** Söndagar; **1.10, 15.10, 29.10, 12.11, 26.11 och 10.12**
- Tid?** **Klockan 15.00-16.00** (aktiv tid i rinkens)
- Var?** I Targahallen, Idrottsvägen 4, Malax
- Deltagare?** För DUV i Vasanejdens medlemmar
- Anmälning?** Till Christina på DUV-kansliet, vasanejden@duv.fi, 040 543 4556 (för att få en uppfattning om hur många som utnyttjar möjligheten att skrinna)



Information åt dig som deltar i DUV:s fritidsverksamhet

-Anmäl dig inom utsatt tid.

-Om du ombeds meddela deltagande per tillfälle ska du göra det.
Antal ledare, biljetter m.m. kan vara beroende av det.

-Om du anmält dig till en kurs så faktureras avgiften av dig fastän du inte deltar, eftersom du tar upp en kursplats.

-Kursen börjar och slutar angivna klockslag om inte annat meddelats.
Kom i tid så inte hela gruppen måste vänta.

Om du kommer alldeles för tidigt är det risk att ingen ledare ännu kommit.

Våra ledare är på plats senast 15 minuter före utsatt tid.

-Skjutsar bör ordnas hemifrån/från boendet enligt angivna kurstider.

Om skjuts ska ordnas på annat vis bör överenskommas skilt så att inte onödiga väntetider uppstår för våra ledare.



Aktuellt från FDUV

- **Förmiddagsseminarium om Rätt till kärlek** fredagen den 22 september kl. 9-12: "Funktionshinder hejdar inte lusten"
Frågor kring kärlek, sexualitet och intellektuella funktionsnedsättningar med föreläsare Lotta Löfgren-Mårtenson från Sverige. Avgift 35 €. Anmälning senast 11.9 via fduv.fi/kalender. Mera information av Annika Martin, annika.martin@fduv.fi, 050 3027888.
- **Familjehelg Vardagskraft ordnas på Norrvalla** i Vörå 30.9-1.10. Sista anmälningdagen är den 8 september på blankett som finns på www.fduv.fi/kalender.
Kom och träffa andra familjer i samma situation, utbyt erfarenheter och njut av god mat. Mera information: Annika Martin, annika.martin@fduv.fi, 050 3027888.
- - **Steg för Stegs höstjippo** ordnas lördagen den 7 oktober kl. 11-16 på Norrvalla i Vörå.
Välkomna alla personer med utvecklingsstörning (gärna med stödperson eller assistent) och delta i minigolf, promenad på naturstig och simning. Avgift 10 €. Meddela Tina Holms, osterboten@stegforsteg.fi, 040 5679257 senast 28.9 om du deltar.
- - Lördagen den 21 oktober kl. 10-17 ordnas en **Karaträff för pappor** till barn med särskilda behov. Christoph Treier håller i trådarna på förmiddagen. Efter lunch blir det rekreation och möjlighet att simma och bada bastu. Mera information och anmälan senast 11.10 till Tina Holms, tina.holms@fduv.fi, 040 5679257
- **Må bra-dag för seniorer med utvecklingsstörning** på Norrvalla i Vörå 14-15 november. För seniorer som inte längre är på dagverksamhet eller jobb. På programmet finns lätt motion, avslappning, göra mat, spela bingo, dansa och sjunga. Pris 40 €. Mera information : Annika Martin, annika.martin@fduv.fi, 050 302 78 88.

Föreläsningstillfälle om personlig assistans och andra stödformer

för barn och unga, ordnas i Vasa lördagen den 18.11.

Föreläsare är Kirsi Maria Malmund, SAMS's juridiska ombud.

Marita Mäenpää håller i trådarna.

Information om tid och plats senare.

Nytt från Lärum:



- ⇒ Årskalender i liggande A4-format med en veckas dagar per uppslag.
- ⇒ Olika färger på dagarna underlättar orienteringen.
- ⇒ Man fyller själv i datum och kan skriva, rita eller använda pictogram.
- ⇒ Spiralrygg.
- ⇒ På vår hemsida i materialbanken finns färdiga symboler som man fritt får använda.

Pris: 25 €

Beställningar: shop.larum.fi

forlaget@larum.fi

040-653 97 76

På adressen

www.vaasa.fi/sv/idrott-for-specialgrupper

hittar ni olika former av anpassad idrott som
idrottsavdelningen på Vasa stad arrangerar.

Ytterligare uppgifter får du av idrottsplanerare Tatjana Asplund
tel. 325 3665 eller 0400 89 3665; e-post: tatjana.asplund@vasa.fi

-Friidrott för specialgrupper: onsdagar 18.00-19.30
Idrottshallen, Smedsbyv. 12-14. Ledare Niina Sinisalo tfn 050 364 1517.
Gratis.

-Kässäri: torsdagar 18.30-19.30. Redskapsgymnastik för specialbarn.
30 €/säsong. Anmäl på förhand! Ledare lida Laasanen tfn 0400 759 030

-Dans för specialbarn: fredagar 17.00-18.00. Tervis, Sandviksg. 6.
Anmäl på förhand. Ledare lida Laasanen tfn 0400 759 030. Gratis.

-Kuperkeikka: söndagar 11.00-12.00. Redskapsgymnastik för special-
barn. 30 €/säsong. Silveria, Krutkällarv. 4. Anmäl på förhand. Ledare
Ella Suomela och lida Laasanen, tfn 044 280 7990.

-Kieppi: söndagar 12.00-13.00. Redskapsgymnastik för ungdomar. 30 €/
säsong. Silveria, Krutkällarv. 4. Ledare lida Laasanen tfn 0400 759 030.

-Kärrynpyörä: söndagar 13.00-14.00. Redskapsgymnastik för special-
barn. 30 €/säsong. Silveria, Krutkällarv. 4. Anmäl på förhand! Ledare
lida Laasanen tfn 0400 759 030.

