

Medlemsblad 04/19



Hösten är snart här med alla sina vackra färger

Innehåll

<i>Ledare</i>	<i>s. 3</i>
<i>All ilaag!.....</i>	<i>s. 4</i>
<i>Lätt mässa.....</i>	<i>s. 5</i>
<i>Dansgala.....</i>	<i>s. 6</i>
<i>Våga släppa taget.....</i>	<i>s. 7</i>
<i>Bilder från sommarfesten på Fagerö.....</i>	<i>s. 8</i>
<i>Disco för skolbarn.....</i>	<i>s. 9</i>
<i>Soppdag.....</i>	<i>s. 10</i>
<i>Höstens motionskampanj.....</i>	<i>s. 11-13</i>
<i>Fritidsprogram hösten 2019.....</i>	<i>s. 14-19</i>
<i>FDUV informerar</i>	<i>s. 20-22</i>
<i>Folkhälsans diskussionskväll.....</i>	<i>s. 23</i>
<i>FDUV informerar.....</i>	<i>s. 24</i>

Telefon: 040-5434556

E-post: vasanejden@duv.fi

Webbplats: www.vasanejden.duv.fi

Hejsan!

Vasa, 27.8.2019

Nu har de flesta av oss har börjat arbeta igen.

Jag hoppas ni har haft en trevlig sommar då ni fått vila och göra vad ni vill.

Här kommer ett medlemsblad som är fullt med information om höstens aktiviteter.

I september börjar olika kurser där ni säkert hittar något roligt att delta i.

Det ordnas dansgala på Norrvalla den 12 oktober.

Jonzons sköter om musiken till dansen.

Motionskampanjen pågår hela oktober. Alla med!

Söndagen den 3 november har vi soppdag på Arbetscentralen.

Då får vi också veta vem som vunnit i höstlotteriet.

Om ni vill ha tag i mig, så kan ni skicka ett mail till vasanejden@duv.fi, ringa eller komma in på kansliet.

Jag är säkrast anträffbar tisdagar och onsdagar.

Ha en mysig höst!

Christina Mannfolk

Verksamhetsledare





Sonja Bishop



Regnbågens orkester

Välgörenhetskonsert & dans

All ilaag! - Tema 60-tal

- Kronoby samlingshus • 14.9 kl.18-
- 10€ inträde (servering ingår) •
- All vinst går till Duv Karlebynejden •



Dausbandsrivarerna

*Rune Sjöblom, Rolf Wikman
Matts Möller Kurt Nyman*



Kungens ungar



Dennis Rönngård

Lördagen den 14 september klockan 18.00 ordnar DUV i Karlebynejden en välgörenhetskonsert och dans i Kronoby.

Om intresse finns ordnas transport från Vasa.

Anmäl dig senast 9 september till vasanejden@duv.fi eller 040 543 4556.

KORSHOLMS PROSTERI INBJUDER TILL EN
LÄTT MÄSSA MED NATTVARD



I SMEDSBY FÖRSAMLINGSGÅRD (Niklasvägen 3)

SÖNDAGEN DEN 15.9.2019 KL 13.00

VÄLKOMMEN MED PÅ EN NATTVARDSMÄSSA MED ETT INNEHÅLL SOM ÄR LÄTT ATT FÖRSTÅ OCH ATT TA TILL SIG. TILLSAMMANS FÅR VI SJUNGA PSALMER MED STÖDTECKEN.

EFTER MÄSSAN BJUDS DET PÅ KAFFE OCH TÅRTA I SERVERINGSSALEN.

PÅ GRUND AV SERVERINGEN ÖNSKAR VI ATT NI ANMÄLER ER SÅ ATT TÅRTAN RÄCKER ÅT ALLA. **ANMÄLAN SENAST 6.9.2019 TILL:**

Korsholm: Hanna-Maria Hakala tel: 044 322 6707 eller hanna-maria.hakala@evl.fi

Malax: Anne Bjurbäck tel: 050 338 1059 eller anne-christine.bjurback@evl.fi

Vasa: Susanne Blomqvist tel: 044 480 8363 eller susanne.blomqvist@evl.fi

VARMT VÄLKOMNA TILL ER ALLA ÖNSKAR DIAKONERNA I

**Korsholms svenska församling, Kvevlax församling, Solf församling, Replots församling
Vasa svenska församling, Vörå församling, Malax församling, Bergö församling och
Petalax församling**

12 oktober 2019 kl. 17-21

DANSGALA

På Norrvalla i Vörå
(adress Vöråvägen 305-307)

Pris: 10 €

Till tonerna av



Frågor kring skjuts?

Kontakta Christina Mannfolk, vasanejden@duv.fi, 040 543 4556

Arr:



Vänskapskortet gäller!

Dansgalan ordnas med stöd av Otto Malms Fond

Våga släppa taget



Välkommen med på FDUV:s familjedag i Vasa. Dagen riktar sig till familjer som har ungdomar, unga vuxna eller vuxna barn med funktionsnedsättning.

Psykolog Thomas Londen föreläser för och leder en diskussion med föräldrarna om identitets- och självständighetsutveckling och om frigörelseprocessen. Frigörelse handlar om livslånga processer för såväl personerna med funktionsnedsättning som för föräldrarna.

Personerna med funktionsnedsättning kommer att ha eget program i närliggande utrymme, ledare ordnar FDUV enligt behov.

Var Folkhälsanhuset Wasa, Rådhusgatan 25, 65100 Vasa

När Lördagen den 9 november kl 12-16

Anmälan Senast den 1 november. Här kommer senare en länk till anmälan.

Kostnad Tillfället är gratis. Vi bjuder på kaffe med tilltugg.

Mera information ger Susanne Tuure
E-post: susanne.tuure (@) fdv.fi, tfn 0400 600 676.

Plats

Folkhälsanhuset Wasa
Rådhusgatan 25
65100 Vasa

Bilder från sommarfesten i Fagerö den 10 juli

Onsdagen den 10 juli hölls en sommarfest i Fagerö danspaviljong i Närpes. Från DUV i Vasanejden deltog drygt 20 medlemmar.



Tillsammans med DUV i Sydösterbotten åt vi middag från ett dagnande buffébord. Restaurang Sea.Side har duktiga kockar!



Rainer Grandell skötte om musiken så att vi fick dansa.

DISCO



**Välkommen på disco för skolbarn med funktionsnedsättning
i Eksalen, Folkhälsanhuset Wasa, Rådhusgatan 25 i Vasas
torsdagen den 31 oktober kl. 17.30-19.30**

Samtidigt ordnas en träff för föräldrarna i kafferummet.

Anmälningar till vasanejden@duv.fi eller 040 543 4556 senast 28 oktober både föräldrarna och barnen.

Inträdet till discot: 3 €.

Kaffeavgift för föräldrar: 3 €.

Arrangör:



DUV:s soppdag

Söndagen den 3 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.**

Soppa med bröd och matdryck, kaffe och bakelse pris:
10 € för vuxna / 6 € för barn

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

Lotterivinster samt saker att sälja på basaren mottages med tacksamhet!

Hantverket är öppet och säljer sina alster under dagen.

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

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





Jag deltar i motionskampanjen som pågår **1-31 oktober 2019**

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 onsdagen den 13 november 2019.



Fritidsverksamhet hösten 2019

Drama DUVorna

Drama DUVorna är en teatergrupp för personer med intellektuell funktionsnedsättning. 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; **9.9, 16.9, 23.9, 30.9, 7.10, 21.10, 28.10, 4.11, 11.11, 18.11, 25.11** (fortsätter på vårterminen 2020)

Tid? Klockan 14.30–16.00

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

Deltagare? Max 16 personer

Ledare? Julia Åman och Daniela Mård

Anmälning? Till Arbis fr.o.m. 15.8 kl.18.00 på anmälningsblanketten på webbplatsen www.vasa.fi/arbis eller på telefonnummer 06-325 35 04

Kostnad? 64 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? Onsdagar: **11.9, 9.10, 6.11, 4.12**

Tid? Klockan 18.00–21.00

Var? Höstens första träff hålls på kansliet på Storalånggatan 60.

Deltagare? Max 7 personer

Ledare? Jonas Udd

Anmälning? Till DUV:s kansli, senast den **4.9**

Kostnad? 20 euro (Christina skickar räkning)





Amazing Family Gym

I samarbete med Amazing Family Gym ordnas ledd gymträning för DUV i Vasanejdens medlemmar under hösten.

Hur ofta?	Söndagar: 15.9, 29.9, 6.10, 20.10, 27.10, 10.11, 24.11, 1.12
Tid?	Klockan 17.00-18.00
Var?	Gammelstadsvägen 31, Smedsby
Deltagare?	Max 20 personer (inklusive stödpersoner/assistenter)
Ledare?	William Rönn
Anmälning?	Senast 9.9 till vasanejden@duv.fi , 040 543 4556
Kostnad?	35 €

LaBandet

Bandverksamhet för dig med intellektuell funktionsnedsättning. Vi spelar och sjunger roliga låtar tillsammans. Ta gärna med eget instrument. LaBandet ordnas i samarbete med Arbis i Vasa.

Hur ofta?	Varje onsdag; 4.9, 11.9, 18.9, 25.9, 2.10, 9.10, 23.10, 30.10, 6.11, 13.11, 20.11, 27.11, (fortsätter på våren 2020)
Tid?	Klockan 17.30-18.30
Var?	Arbis 15 (musiksal), Kyrkoesplanaden 15
Deltagare?	Max 12 personer
Ledare?	Tomas Fant och Jonathan Mård
Anmälning?	Till Arbis fr.o.m 16.8 kl.18.00 på anmälningsblanketten på webbplats www.vaasa.fi/arbis eller på telefonnummer: 06-325 35 04
Kostnad?	38 euro (Arbis 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 torsdagen 19 .9. kl 17.15 –19.00 i Kyrkhemmet. Vi träffas var tredje vecka. Ledare är Anne Bjurbäck och Britt-Helen Flemming

Smedsby: Startdatum tisdagen den 17 september klockan 18.30-20.00 i församlingsgården i Smedsby (Niklasvägen 1) . Varannan tisdag jämna veckor. Har du frågor kontakta diakon Hanna-Maria Hakala telefon 044-322 6707, eller Sandra Mörk telefon 044-356 0530.

Vasa: Måndaga 7.10 och 4.11 kl. 18.00-19.30 i Brändö församlingsgård. Onsdag 4.12 är det julfest på Alskathemmet kl. 18. Anmälan till den senast 20.11 till ledare diakon Susanne Blomqvist (tel. 044-4808362).

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: **18.9, 16.9, 13.10, 4.12**

Tid? Klockan 18.00–21.00

Var? Höstens första träff på DUV-kansliet, Storalånggatan 60

Deltagare? Max. 7 personer

Ledare? Hanna Lagerström

Anmälan? Till DUV:s kansli senast **13.9**

Kostnad? 20 euro (Christina skickar räkning)



Lördagsträffen

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

Hur ofta? Lördagar; **14.9, 5.10, 9.11, 14.12**

Tid? Klockan 13.30-15.30

Var? Dagcenter, Magasingatan 12, 65100 Vasa

Deltagare? Max 8 deltagare

Ledare? Elsa Sandås, Nina Byggningsbacka, Julia Brännbacka, Isabel Kullström och
Terese Backlund

Anmälning? Till DUV:s kansli senast **9.9**

Kostnad? 20 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 med start den **19 september**

Tid? Klockan 18.00–20.30

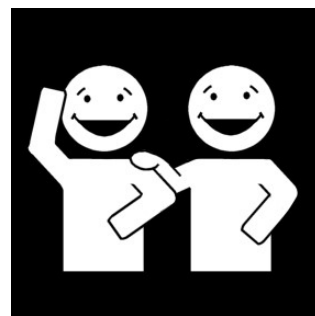
Var? Höstens första träff hålls på kansliet på Storalånggatan 60

Deltagare? Max. 6 personer

Ledare? Riikka Aarnos

Anmälning? Till DUV:s kansli senast **16.9**

Kostnad? 30 euro (Christina skickar räkning)



Öppet Hus, grupp1 och grupp 2

Våra träffar som ordnas på lördagar för vuxna personer med lindrig/ måttlig funktionsnedsättning kallas för Öppet Hus.

Hur ofta? Lördagar **21.9, 19.10, 16.11, 30.11**

Tid? Grupp 1: Klockan 13.30–15.00

Grupp 2: Klockan 15.00-16.30

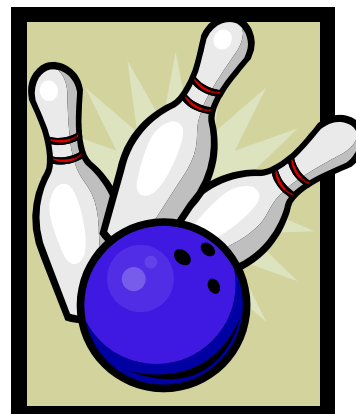
Var? Se skilt program nere på sidan

Deltagare? Max 15 deltagare per grupp

Ledare? Lina Sjöskog och Denise Källman

Anmälning? Till vasanejden@duv.fi eller 040 5434556 senast **16 .9**

Kostnad? 20 euro (Christina skickar räkning)



Program för ÖppetHus hösten 2019

Deltagaravgiften för höstterminen 2019 är 20 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

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

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

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

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



Simskola på Norrvalla



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

- Hur ofta?** Lördagar; **14.9, 28.9, 5.10, 12.10, 9.11, 23.11, 30.11**
- Tid?** Klockan 13.00-14.00 (aktiv tid i bassängen)
- Var?** I terapibassängen på Norrvalla i Vörå
- Deltagare?** Max 20 personer (inklusive stödperson/förälder)
- Ledare?** Ännu oklart
- Anmälning?** Anmälningar senast **11.9** till vasanejden@duv.fi eller 040 5434556
- Kostnad?** 35 euro (Christina skickar räkning)



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 på idrottsavdelningen av specialidrottskoordinator Tatjana Asplund tel.0400 89 3665; e-post: tatjana.asplund@vaasa.fi



Diskussionsgruppen Balans för föräldrar till barn med särskilda behov

"Om föräldrarna mår bra avspeglas detta i hela familjens mående."

Kom med i vår diskussionsgrupp där du som förälder får möjlighet att reflektera över din livssituation och nuvarande vardag med barn som har särskilda behov. Fokus är på din insikt om din ork, hur du kan främja det egna måendet och finna stöd i att hantera ett utmanande föräldraskap.

Ni föräldrar vägleds genom gruppdiskussioner och övningar kring olika verktyg som kan hjälpa er att navigera i en ny riktning i livet. Vilka värderingar är viktiga för dig och hur kan du som förälder prioritera dessa? Metoderna har utgångspunkt i kognitiv beteendeterapi och Navigator ACT. Målet är att ni ska hitta era inre kraftresurser och finna större acceptans i er tillvaro.

Tidpunkt: Gruppen träffas 6 gånger under hösten 2019. Start tisdagen den 24 september kl. 17.30–19.30. Gruppen träffas varannan vecka, sista gången den 3 december. Vid behov ordnar FDUV med ledare för barnen kl. 17–20 (både barn med särskilda behov och syskonen).

Plats: Vasa. Barnen samlas på FDUV:s kontor, Storalånggatan 60, vån. II. Föräldrarna samlas i SFV:s möteslokal på Handelsplanaden 23 B.

Innehåll: Vi behandlar olika temaområden vid varje träff och ni får uppgifter att göra mellan träffarna. Gruppen leds av psykoterapeut Kirsi Louhi-Timmerbacka och koordinatör för familjearbetet inom FDUV, Camilla Forsell. Vid starten får ni fylla i ett formulär kring ert mående, som sedan följs upp vid kursens slut. Vi tar gärna emot önskemål på specifika ämnen att behandla vid träffarna. En återträff ordnas cirka 3 månader efter kursens slut.

För vem? Diskussionsgruppen passar dig som har ett barn med särskilda behov i åldern 7–17 år och som upplever stress i föräldraskapet eller känner nedstämdhet eller oro som påverkar ditt mående. Du ska vara motiverad att delta i gruppen.

Anmälan: Senast den 10 september 2019 till koordinatör för familjearbete, Camilla Forsell, 040 673 96 95 eller camilla.forsell@fduv.fi. Begränsat antal platser, max 10 deltagare.



fduv.fi
facebook.com/fduv.fi
twitter.com/FDUVFinland

FDUV arbetar för frihet, delaktighet, utveckling och valmöjligheter för alla – också för dem som behövs minst i vardagen.

Koppla av och träffa andra i liknande situation!

Rekreationsdagar för föräldrar till barn med särskilda behov

i Sibbo skärgård, Norrkullalandet, 4–6.10.2019

Alla ni som är föräldrar till barn, ungdomar och unga vuxna med särskilda behov – kom med, stanna upp och ta en paus från vardagen!

Dagarna består av gemensamt program som vistelse ute, ledda samtal med andra föräldrar i en liknande livssituation och möjlighet att koppla av. Om du gillar att fiska kan du ta med dig fiskedonen och med god tur finns det svamp i skogen. Bastun är varm på lördag eftermiddag. Var och en deltar i programmet enligt egna krafter och eget intresse.

Till Villa Seasong på Norrkullalandet åker vi med båt från Storören i Sibbo. Om du måste åka till fastlandet av någon akut orsak ordnar vi skjuts med kort varsel. Mera information om Villa Seasong hittar ni på deras webbplats: www.seasong.fi.

Samtidigt ordnar vi ett veckoslutsläger för barn och ungdomar och deras syskon på kulturcentret Sofia i Nordsjö i Helsingfors. Mera information om veckoslutsläget på www.fduv.fi/kalender eller av Tina Holms.



Deltagarna rekommenderar:

"Viktigt med diskussioner och reflektioner"

"Fast man är ny känner man sig inte utomstående"

"Miljön och stället ger naturupplevelser"

"Barnlägret samtidigt och nära"

"Maten, skratten, baljan och bastun"

Deltagaravgift: 65 euro, innehåller måltider, logi och program.

Sista anmälningsdag: 7 september 2019

Anmälan och frågor: Jonna Skand, Folkhälsan, jonna.skand@folkhalsan.fi, tfn 046 810 50 37
Tina Holms, FDUV, tina.holms@fduv.fi, tfn 050 302 78 88



Syskon i fokus

12 Oktober 2019 kl. 10-15

Välkommen du ungdom som har ett syskon med intellektuell funktionsnedsättning!

Syftet är att syskon till barn med specialbehov ska få träffas och lära känna andra i samma situation, vara i centrum och göra något roligt tillsammans. Diskussioner om att vara syskon varvas med intressant program och kravlöst umgänge.

Dagen kommer att ordnas i Vasatrakten. Mera info kommer småningom.

Mera info ger Annika Martin på 040-5679257 eller annika.martin (@) fdv.fi

Mera info ger Annika Martin på 040-5679257 eller annika.martin (@) fdv.fi

Mera info ger Annika Martin på 040-5679257 eller annika.martin (@) fdv.fi

Plats: Vasatrakten



Annorlunda barnbarn

16 November 2019 kl. 10.00–15.00

Hur är det att plötsligt få ett barnbarn med funktionsnedsättning? Vilka utmaningar ger ett barnbarn med särskilda behov? Nås ni av den information som ni behöver för att kunna ta hand om barnbarnet på bästa sätt? Vilket stöd skulle ni önska i er roll som far- eller morföräldrar? Är det något ni vågar diskutera med era barn?

Vi samlas för att dela tankar och erfarenheter med varandra. Mera info om dagen kommer småningom. Mera info ger Annika Martin på 040-5679257 eller annika.martin (@) fdv.fi

Mera info om dagen kommer småningom. Mera info ger Annika Martin på 040-5679257 eller annika.martin (@) fdv.fi

Mera info om dagen kommer småningom. Mera info ger Annika Martin på 040-5679257 eller annika.martin (@) fdv.fi

Dagen ordnas i samarbete med Folkhälsans Förbund.

Plats

Folkhälsanhuset Wasa

Rådhusgatan 25

65100 Vasa





- En diskussionskväll kring självständighet och självbestämmande

I Vasa måndagen den 14 oktober kl. 18-20 med omsorgspräst Claus Terlinden.
Plats meddelas senare. Anmälningar senast 7 oktober via fduv.fi/kalender.

- Vardagskraft - familjekurs i Vörå 26-27.10.2019

för familjer med barn eller unga med funktionsnedsättning. Deltagandet är avgiftsfritt. Anmälningar senast 26 september på www.fduv.fi/kalender. Mera information från Camilla Forsell, 040 673 9695 eller camilla.forsell@fduv.fi.