



Medlemsbrev september 2019

Så här inför hösten kommer ett nytt medlemsbrev från FUB Stockholm. Läs om återblickar från sommaren samt tips på höstevenemang såsom drop in-cykling i Kungsträdgården, Månadsmingel med Inre Ringen samt Öppet Hus-kväll för vårdnadshavare med fokus på grundsärskolan. Och så bjuder vi in till vår julkryssning i december. Mer om vår verksamhet finns på fubstockholm.se.

Sommarens evenemang

Årets medlemsdag på Skansen

Vilken härlig dag på Skansen vi fick den 28 augusti! Ett stort tack till alla medarrangörer och till alla er som kom. Det är fantastiskt att se alla glada människor som umgås, sjunger, dansar och provar på alla aktiviteter på plats. Vi ser redan fram emot nästa års Skansendag!



Sommarens FUB-kryssning

En vacker sommarkväll i början av juli åkte 200 glada, förväntansfulla FUB-are på minisemester till Åbo. Vi åkte med Silja Galaxy. För att vi skulle känna igen varandra fick alla en FUB-solhatt. Det var roligt att se alla hattar i vimlet ombord.

Vi roade oss på vägen till Finland och vi åt en härlig buffet. Vår käre vän Sören Strid tog sedan hand om oss i Moonlight bar. Han ordnade musikfrågesport med kluriga frågor. Alla kämpade väl och priserna räckte till alla. Vi fortsatte med dans och karaoke. Vi hade så kul så vi nästan missade att gå av båten tillbaka i Värtahamnen!



Uppskattade sommarkurser med SV

Denna sommar erbjöd vi, i samverkan med Studieförbundet Vuxenskolan (SV), två veckolånga sommarkurser i juli där medlemmar fick 25% rabatt. I den ena kursen, kallad "Skapande återbruk" fick deltagarna skapa ny konst av gammalt material. Den andra kursen var en båtluff i Stockholms skärgård där man varje dag under en vecka tillsammans i grupp upptäckte nya resmål genom att åka ut med Waxholmsbolagets båtar. Båda kurserna blev mycket uppskattade och förmodligen erbjuder vi fler sommarkurser nästa sommar!



Stor besvikelse när FUB-dans blev inställd

Det var många som efter sommaren såg fram emot första FUB-dansen på Fryshuset den 30 augusti. Men när kvällens artist, Junix, samt FUB Stockholms personal kom till Fryshuset på eftermiddagen visade det sig att Fryshuset missat att boka in FUB-dansen denna kväll.

Så danskvällen fick abrupt ställas in. En del gäster lyckades vi informera via Facebook så att de hann ställa in färdtjänst och andra resor, men det var många danssugna som blev mycket besvikna när de kom och var tvungna att direkt vända hemåt på fredagskvällen. Vår personal hjälpte till att boka om färdtjänstresor och det bjöds på fika till de som behövde vänta på sina bilar hem.



Vi är förstås hemskt ledsna för det inträffade och ska nu se över rutinerna med Fryshuset så att det aldrig händer igen. Fryshuset tar på sig allt ansvar för denna miss och tillsammans kommer vi att försöka kompensera våra gäster på en kommande dans. Troligen sker detta under årets sista FUB-dans som är på Lucia, alltså fredag 13 december. Mer information kommer i nästa nummer av Länet Runt!

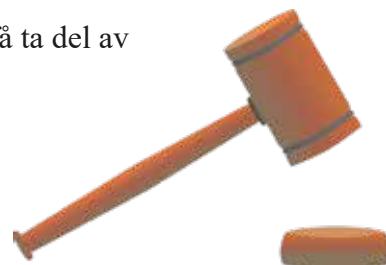
Intressepolitik - Styrelsen informerar

I Stockholm har vi tillsammans med Funktionsrätt Stockholm framgångsrikt fått gehör på vårt krav om höjd Habiliteringsersättning. Från 8 till 13 kronor. En glädjande ekonomisk förstärkning för våra medlemmar. I Stockholm pågår också en större genomgång av funktionshinderråden. Stockholm har 27 råd i Stadsdelar och facknämnder. FUB deltar i referensgruppsmöten där vi driver frågan att råden bör utvecklas, inte avvecklas.

I samverkansmöten med kommunen enligt LSS 15:7 driver vi också frågan att få ta del av statistikmaterial angående sökta och avslag om insatser enligt LSS.

Inget stort har hänt med LSS-utredningen så vitt vi vet. FUB träffar politiska företrädare från alla partier, bl a i Almedalen.

/Torbjörn Dacke, ordförande FUB Stockholm



Kommande aktiviteter i FUB Stockholm

Öppet hus inför val av skola 2020

5 november

Tisdag den 5 november 2019 kl. 18-20 i Södermalmsskolans ljushall på Timmermangatan 21, bjuder FUB Stockholm, Utbildningsförvaltningen, Autism och Aspergerföreningen i Stockholms län och Svenska Downföreningen in till Öppet Hus inför val av skola 2020.

Vårdnadshavare/närstående får där möjlighet att prata med och jämföra grundskolor och grundsärskor i Stockholm. Alla skolor kommer att få varsitt bord där de kan visa upp material och svara på frågor.

Läs hela inbjudan här: [Öppet hus - Inbjudan](#)



Jag Kan Cykla - Prova på i Kungsan

27 och 28 sep

Välkommen att prova på JagKanCykla i Kungsan, ett projekt initerat av FUB Stockholm finansierat av Arvsfonden.

För att erbjuda fler möjligheten att testa cykla på våra specialbyggda valsecyklar och våra tvåhjulingar arrangerar vi en tvådagars prova på aktivitet i Kungsan. Kom förbi och testa. På plats har vi våra cyklar och hjälmar så alla som vill får prova. Ta med klassen eller familjen och häng med oss.

Vad:	Prova på JagKanCykla, valsecyklar och tvåhjulingar
När:	Fredag 27 sep kl 12-17 eller lördag 28 sep kl 10-17
Var:	Kungsan, Oktagonen mitt i parken framför scenen
Frågor:	bengt@fubstockholm.se



Höstens månadsmingel

Under hösten 2019 fortsätter FUB Inre Ringens månadsmingel. Minglarna sker en kväll i slutet av varje månad. Alla medlemmar i FUB är välkomna att delta.

Datum för höstens månadsmingel är 27 september, 18 oktober, 29 november och 20 december.

Läs mer här: [Månadsmingel hösten 2019](#)

Samtalsgruppen "Efter Jobbet"

Välkommen att delta i Samtalsgruppen "Efter Jobbet"! Där ses vi och pratar om ämnen som vänskap, kärlek och framtid, ämnen som kan vara viktiga för dig just nu i livet. Samtidigt tränar vi på socialt samspel och att få prata och lyssna på andra.



Vi har en trygg atmosfär och gruppen leds av Birgitta Hörnström, som är en erfaren samtalsledare. Målgruppen är unga vuxna i åldern 25-35 år som nyligen flyttat hemifrån eller som är på väg att flytta hemifrån.

Vi träffas fredagar mellan 15.30-17.00 den **27 september, 18 oktober, 8 november, 5 november** och **6 december** i FUB:s lokaler på S:t Göransgatan 82A, nära Fridhemsplan. Anmälan görs till Eli Åhman Owetz, tel. 08- 679 03 30, eli.ahman@sv.se eller Birgitta Hörnström, tel. 070-7303081, birgitta.hornstrom@telia.com

Läs hela inbjudan här: [Inbjudan - Samtalsgrupp](#)

FUB-julkryssning med Viking Cinderella

16-17 december 2019



Välkommen att följa med på FUB Stockholms Julkryssning ombord på Viking Cinderella. Kryssningen sker måndag 16 december till tisdag 17 december och alla medlemmar i FUB och dess närstående är välkomna.

TID OCH PLATS

Vi åker med Viking Cinderella som avgår från Stadsgården klockan 18.00 måndag den 16 december. Vi är tillbaka i Stockholm tisdag den 17 december klockan 15.15.

KOSTNAD

Priset är 699 kr/person för boende i en 2-bädds A-hytt med fönster, alternativt 667 kr/person för boende i en 2-bädds B-hytt utan fönster. Kontakta bokningen nedan för fler hyttalternativ. Vi har även reserverat båtens handikappanpassade hytter. I priset ingår julbordsbuffé inklusive dryck på kvällen den 16 december, frukost på tisdag morgon samt underhållning med bland annat musikquiz i Etage på tisdag förmiddag. Observera att lunch på tisdagen inte ingår i priset! Medföljande personal, ledsagare och familjemedlemmar betalar samma pris som FUB-medlem.

BOKNING

Bokning görs till Björecks Resor på tel: 08-550 192 15. Ange kod "FUB" och namn på FUB-medlem. Senaste anmälningsdatum är 31 oktober. Vi har totalt 200 platser.

BRA ATT VETA

I slutet av november skickar vi ut mer information om kryssningen till alla som anmält sig så viktigt att du uppger en mailadress vid bokningen.

Två reseledare/värdinnor medföljer från FUB Stockholm som guidar under resan och håller ihop såväl programpunkter som resällskap, men de kan inte ta ansvar för de som reser själva utan någon stödperson. Tänk på detta vid bokningen.

För mer information om kryssningen kontakta Eva Söderbärj: **073 983 85 82** eller Stefan Fagerström: **08-600 16 74**.

Jag Kan Cykla - Höstlovsläger

Glöm inte att anmäla dig till Jag Kan Cyklas Höstlovsläger 2019!

Lägret äger rum måndag till fredag, 28 oktober – 1 november i Liljeholmshallen, Mejerivägen 4 i Stockholm.

Läs mer här: [JagKanCykla - Evenemang](#)



MÅNADSMINGEL MED FUB INRE RINGEN

FUB-reportage

Text och bild: Anette Wällstedt

En fredagskväll i slutet av varje månad ordnar Inre Ringen månadsmingel i lokalerna på S:t Göransgatan 82A. Hit är alla FUB:are välkomna att droppa in från klockan 18.00-22.00. Träffarna brukar börja med samling i köket där det finns fika och korv med bröd. Därefter blir det olika aktiviteter som att spela spel, sjunga karaoke eller bara sitta och prata.

I kväll, fredag den 30 augusti, träffar jag Mekki och Ulla i köket som är i full färd med att plocka fram fika. De är handledare och brukar vara med på träffarna för att hjälpa till och fixa fika och se till att alla har det bra.

Den här kvällen är det ett tiotal FUB:are som har kommit för att hitta på något roligt tillsammans. Alla samlas i matsalen där det har plockats fram kaffe, frukt och joss och i en jättestor gryta finns det kokt korv.

Redan från start är det en skön stämning med mycket skämt och skratt.



Krister Ekberg och Jens Persson utanför entrén till 82:an,

Kring fikabordet sitter bland annat Krister och Anette som är med i styrelsen för Inre Ringen i Stockholm och Jens och Lena som är med i länets styrelse. Lena är kvällens kassör och tar betalt för fika och korv med bröd som kostar 5 kronor för medlemmar i Inre Ringen och 15 kronor för övriga. Flera fikasugna saknar kontanter och ber att få swisha istället. Det var ju inte meningen, men de löser problemet genom att de som vill får betala med swish till Mekki.

Ikväll är också Rebecca här på besök. Hon ska vara med och utveckla föreningens ungdomssektion. I knät har hon en liten hund som har fått specialtillstånd att vara med bara för ikväll. På plats är också Maja Billgren, 19, år, som är här som handledare. Tanken är att hon ska locka lite fler yngre medlemmar till fredagsminglet.



Flera nya medlemmar är med i kväll och de välkomnas lite extra, då det kan vara lite jobbigt att komma som ny där många redan känner varandra. Efter fiket i köket funderar de på vad de vill göra härnäst. Någon har förslag på en bra film som de skulle vilja titta på och nästan alla röstar enhälligt för att poppa popcorn och se på film. Efter lite övertalning från Ulla, enas de om att börja med att sjunga karaoke en timme innan filmen.

Det visar sig dock att tekniken i stora salen strular, wifi fungerar inte som det ska och de lyckas varken att koppla upp sig för att se film eller sjunga karaoke.



Gerd Söderling sjöng Liv med Carola samt Solkatt från Mamma Mia.

Maja, som är där för första gången, fixar dock biffen genom att koppla upp sin mobil mot spotify och mikrofonen. Ljudet funkar perfekt och nu kan de sjunga både karaoke och allsång. Anette är först ut och väljer att sjunga den gamla schlagerdängan "Jag vill vara din Margareta". Alla sjunger med i refrängen och stampar takten.

Maja fortsätter och sjunger både Främling och Fångad av en stormvind med Carola. Hon showar loss rejält och bjuder på sig själv.

Sedan lockar de upp Gerd på scenen, som vant greppar micken och börjar med att sjunga Liv med Carola och sedan fortsätter med låten Solkatt från Mamma Mia. Maja ser till att hitta rätt musik och ställer in ljudet på rätt nivå. Det märks att Gerd är van att stå på scenen. Hon sjunger med stor inlevelse och har en fantastisk scennärvaro. Jag blir alldeles tagen av hennes finstämda röst och efteråt berättar hon att hon varit med i funkismello två gånger. Det kan jag verkligen förstå!



Efter karaoken spelar de som vill Yatzy och tar för sig av smågodiset som ställt fram i små söta skålar. I rummet intill sitter Jens och Krister med flera och snackar om allt möjligt. Bland annat om vad de gjort under sommaren. Mekki berättar att de bland annat ordnade en utflykt till Nämndö, som var väldigt lyckad.

Tanken med månadsminglet är att träffas och titta på film, spela spel eller bara hänga. Förhoppningsvis träffar man även vänner här som man kan fortsätta att umgås med.

”Vi gör lite som vi vill och vad vi har lust med” - Krister.



Lena Virgin är med i länets styrelse och tycker om att umgås på fredagsminglet. Strax ska hon spela Yatzy med gänget i bakgrunden.



Anette Elvung poserar i matsalen efter fikat och berättar att hon varit med i Inre Ringen och på alla fredagsmingel sedan starten i våras.

Anette Elvung har varit med alla gånger sedan starten i våras. Tidigare var hon med i Klippan, men nu kallas de Inre Ringen i Stockholm.

Till vardags är Anette på Hammarby dagcenter där hon bland annat jobbar i köket. Men hon är även med i en teatergrupp och spelar Marion i deras uppsättning av Robin Hood. Hon gillar musik och teater väldigt mycket och tycker det är kul att de sjunger allsång och ordnar karaoke på fredagsminglet.

Nästa mingel är planerat till den 27 september och 18 oktober.

Nästa medlemsbrev

Nästa medlemsbrev kommer i månadskiftet november/december.

