

DUV Vingen

info



**ROCKA
SOCKORNA**



Hej!

Dagarna blir ljusare och man hör redan fågelkvitter. Solen värmer så skönt då man går på isen.

Ett säkert vårvinterstecken är också båtmässan på Mässcentret.

Klubbverksamheten har kommit i gång, läs mera om det i klubbhäftet. Nytt för i vår är lördagskväll på Parisgränden. Där ordnas roliga program en gång i månaden.

En annan nyhet är att vi har ett nytt karaokeställe, Pub Idän Piste i Östra Centrum.

Kom med och sjung karaoke och ha roligt tillsammans!

I mars rockar vi sockorna på Luckan! Genom att ta på dig omaka strumpor hyllar du olikheter och slår ett slag för alla människors lika värde och rättigheter. Att datumet just är 21.3 beror på att Downs syndrom innebär att man har tre exemplar av kromosom nr 21. Idén att rocka sockor kommer från att kromosomer ser ut som små kryss, precis som sockor som paras ihop med hälarne mot varandra. Hoppas vi ses på festen!

Vårvinterhälsningar,

Muluken Cederborg
Fritidskoordinator

1 • 2024

**De Utvecklingsstördas
Väl i Mellersta Nyland**

Parisgränden 2 A 3
00560 Helsingfors



Hälsningar från Parisgränden!

Föreningen har en klubblokal i Helsingfors; Parisgränden 2 A 3. Ledare kan kontaktas under klubbtid på kvällarna genom telefon 044 242 6622. Ansvarig ledare är Johanna Karlberg.

Öppet Hus torsdagar kl. 18–20

Februari

15.2 Vändagsfest
22.2 Skivrådet
29.2 Bingo

Mars

7.3 Sagokväll
14.3 Karaoke
21.3 Filmkväll
28.3 Påskpyssel och äggjakt

April

4.4 Spelkväll
11.4 Skivrådet
18.4 Pizzakväll
25.4 Molkky

Hälsningar från Grankulla

Föreningen har en klubblokal i Grankulla; Thurmansplatsen 10 C. Lokalen ligger precis vid torget och köpcentret. Ansvarig ledare Malena Ahlroos, telefon 044 533 9394.

Öppet Hus onsdagar kl. 18–20

Februari

14.2 Vändagsdisko
21.2 Bordspel
28.2 Våffelfest

Mars

6.3 Bowling
13.3 Curling
20.3 Påskpyssel
27.3 Påskfest med äggrollning

April

3.4 Filmkväll
10.4 Frågesport
17.4 Skivrådet
24.4 Bingo

Lördagskväll i Grani

Sitt inte hemma, kom till Grani! Vi ordnar roligt program en gång i månaden klockan 17–19. Adressen är Thurmansplatsen 10 C.

Anmäl dig till Muluken senast torsdagen innan.

Vårterminens program

16.3 Påskpyssel
13.4 Musikkväll
18.5 Taco

Lördagskväll på Parisgränden

Kom med på en rolig lördagskväll! Vi ordnar program en gång i månaden klockan 17–19.

Vårterminens program

2.3 Musikkväll
6.4 Bingo
4.5 Pizza

Anmäl dig till Muluken senast torsdagen innan.



TeckenSandra

Ett par lördagar under våren träffas vi klockan 13.00–14.30 på klubblokalen vid Parisgränden för sago- och sångstunder med Sandra Westerlund.

Vårens datum: 6.4, 4.5

TeckenSandra handleder, utbildar och underhåller barn och vuxna i kommunikation med hjälp av tecken och bilder. Läs mera om Sandra och hennes uppskattade metoder på webbsidan teckna.fi

Karaoke

Vi träffas under hösten en gång i månaden på Pub Idän Piste, Åbohusvägen 14, och sjunger karaoke klockan 15–17. Anmäl dig till Muluken senast torsdagen innan.

Vårens datum: 24.2, 23.3, 27.4, 25.5, 29.6

OBSERVERA ny tid och ny plats!



After Work fredagen 15.3 klockan 17–19

AW är en engelsk förkortning av After Work, som på svenska är "efter arbetet" och betyder att man gör något roligt efter arbetstid med vänner, ofta just på en fredag. Fredagen den 15 mars arrangerar vi AW på Bar Chaplin. Vi spelar bords-curling, biljard, umgås och har det trevligt. Anmäl dig till Muluken senast 12.3. DUV bjuder på spelandet men ta med lite fickpengar om du vill ha något att dricka eller äta. Adressen är Mannerheimvägen 6.



ROCKA SOCKORNA

EVENEMANG torsdagen 21.3

Välkommen på Rocka Sockorna evenemang till Luckan, Georgsgatan 27.

16.00	Välkommen och filmvisning
17.45–18.45	Diskussion
19.00–20.30	Rocka sockorna-fest

Evenemanget börjar med filmen Sockerexperimentet. Det är en berättelse om två förälskade som kämpar för sin kärlek. Filmen är tar fasta på de hemska experimenten som skedde i slutet på 40-talet i Sverige där personer med funktionsnedsättning användes som försökskaniner. Flera av rollerna spelas av personer med funktionsnedsättning.

Efter filmen ordnas en diskussion kring frågor och tankar som väckts. Vilka övergrepp har personer med funktionsnedsättning utsatts för i Finland och hur ser läget ut i dag?

Sen blir det Rocka-sockorna fest! Trots att det ännu finns mycket som inte är bra, finns det också massor att glädjas åt – att vi alla är olika och det är bra!

Evenemanget är ett samarbete mellan DUV i Mellersta Nyland, FDUV, Steg för Steg och SAMS vänverksamhet. Vi bjuder på traktering. Kom ihåg omaka strumpor!

Anmäl dig till Muluken senast 13.3.

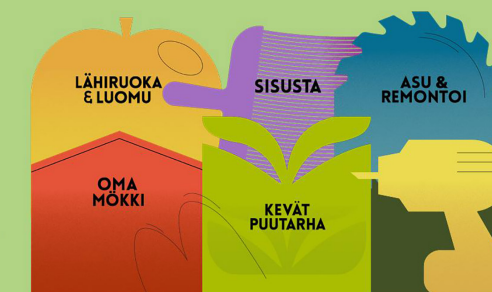
AMERICAN CAR SHOW lördagen 30.3 klockan 11–14

Vi besöker mässcentret och American Car Show för att kolla in tuffa bilar, motorcyklar och andra coola vrållåk! Föreningen bjuder på biljetten, men ta med dig lite fickpengar om du vill köpa något ätbart eller en souvenir. Anmäl dig till Muluken senast 27.3. Vi träffas vid huvudingången (Mässplatsen 1).



VÅRMÄSSA lördagen 23.3 klockan 11–14

Vi besöker mässcentret och den populära Vårmässan på vilken man får ta del av det senaste inom stugliv, odling, inredning och mycket annat! Föreningen bjuder på biljetten, men ta med dig lite fickpengar om du vill köpa något ätbart eller en souvenir.



Anmäl dig till Muluken senast 20.3. Vi träffas vid huvudingången (Mässplatsen 1).

BARNFEST

lördagen 13.4 klockan 11–15

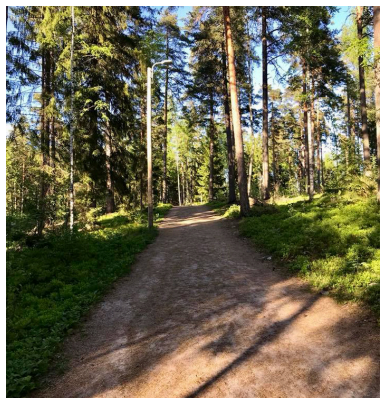
Årets tema på Annegårdens Barnfest är liv och rörelse. På festen bjuds det på allt från babydisco och pyssel till musik och teater. Det finns även program utomhus, DUV Mellersta Nyland ordnar en körbanda med sportrullstolar och så besöker terapihunden Bob festen. Adressen är Annegatan 30. Evenemanget är kostnadsfritt och ingen förhandsanmälan behövs. Hoppas vi ses där!



ANHÖRIGTRÄFF på Didrichsen

lördagen 20.4 klockan 14–16

Välkommen med på anhörigträff till Didrichsens konstmuseum! Våren 2024 öppnar en utställning av Konststiftelsen Nordea i Finlands samling på Didrichsens konstmuseum. I urvalet ingår verk av bland annat Helene Schjerfbeck, Akseli Gallen-Kallela och Rut Bryk. Vi får en guidad rundtur och efteråt besöker vi cafét för kaffe och diskussion. Anmäl dig till Muluken senast 18.4.



NATURVANDRING I KASABERGET

lördagen 27.4 klockan 13–15

Kom med och vandra i Kasabergsskogen i Grankulla! Vi njuter av naturen och steker plättar. Maria Seger och Markus Borg är våra guider. Anmäl dig till Muluken senast 24.4. Vi träffas på parkeringsplatsen vid Kasabergsvägen 1.

BIO PÅ KINO ENGEL

Vi har tillsammans med Finlands Svenska Autism- och Aspergerförening hyrt en hel salong på Kino Engel och bjuder våra medlemmar på familjefilmer! Adressen är Sofiegatan 4, Helsingfors. Vi har 30 platser så anmäl dig till Muluken så snabbt som möjligt.

Söndagen den 17.3 klockan 13.30–15.00 – Superpolarna

Söndagen den 28.4 klockan 13.30–15.00 – Fjärilen Patrik på Äventyr

VILLIKLUBBI

Vår finska systerförening KV57 ordnar en måndag i månaden Villiklubi. Där kan du njuta av live musik och trevligt umgänge. Vi har egna ledare på plats så du får umgås både med gamla bekanta och nya vänner.

Villiklubi arrangeras på bar & restaurang Feltbay i Lillhoplax, Tilkkalänken 7. Du måste vara minst 18 år för att delta. Anmäl dig till Muluken. Klubben är öppen klockan 18–21. Du kan naturligtvis komma senare och gå tidigare om du så vill.

Vårens datum: 26.2, 25.3, 22.4, 27.5, 17.6



HOBBY-STIPENDIUM 2024

Föreningen vill understöda en mångsidig fritid för våra medlemmar. Därför delar vi också år 2024 ut hobbystipendier på max 300 euro per person. Stipendierna är tänkta att täcka en del av utgifterna för din hobby. Det kan vara ridning, musik, motion, konst ... ja vad som helst egentligen! Meddela oss senast 31.5.2024 vad du ansöker för. Uppge även dina kontaktuppgifter och kontonummer. Utbetalning sker i efterskott mot kvitto. Skicka din ansökan till jon.jakobsson@duv.fi



PÅ GÅNG HOS ANDRA

VALTTI

Valtti-programmet är ett projekt som drivs av Finlands Paralympiska Kommitté. Valtti försöker finna en lämplig motionshobby för barn och unga med särskilda behov. Valtti erbjuder en personlig ledare i handikappidrott eller en instruktör för anpassad fysisk aktivitet. Barn och unga i åldern 6–23 med behov av särskilt stöd kan ansöka att bli antagna till Valtti-programmet.

Läs mera och se på en video om Valtti-programmet på webbsidan: paralympia.fi

**Det lönar sig att följa
med vår webbplats:**

www.mellerstanyland.duv.fi

Där finns mycket som vi tror kan vara till både nytta och nöje, men som inte ryms med i DUV Vingen. Nytt material tillförs varje vecka.

VET DU SVARET?!

1. Var sjunger vi karaoke från och med januari 2024?
 - a) Pub Idän Piste
 - b) Luckan
 - c) Mässcentret
2. Vad gör vi bl.a. på Rocka Sockorna evenemanget 21.3?
 - a) Bowlar
 - b) Ser på film
 - c) Spelar minigolf
3. Vad heter terapihunden som besöker Barnfesten 13.4?
 - a) Bill
 - b) Bull
 - c) Bob

Hittar du svaren i infobladet?
Skicka in svaren till
jon.jakobsson@duv.fi inom
mars och var med om utlottnings-
av biobiljetter. Rita Boström
vann senaste tävlingen, grattis!

***DUV Vingen
info 2 2024
utkommer
i april***

Rätt svar DUV Vingen info 5 2023

1. Vad heter Fallåker teaters pjäs våren 2024?
 - a) Friskt Vågat
2. Vem spelar HIFK mot 17.1?
 - b) SAIPA
3. Vem är ny verksamhetsledare för FDUV?
 - b) Annette Tallberg-Haahetla

DUV i Mellersta Nyland r.f.
Parisgränden 2 A 3,
00560 Helsingfors

Verksamhetsledare:
Jon Jakobsson
jon.jakobsson@duv.fi
050 4328 703

Fritidskoordinator:
Muluken Cederborg
muluken.cederborg@duv.fi
040 0502 349

Ordförande:
Kjell Selenius
kjell@selenius.fi
040 7310506

Webbplats:
mellerstanyland.duv.fi

Kontonummer:
FI42 6601 0010 7326 42

Ombrytning och layout:
LinnArt / Linnea Ekstrand

KONTAKTA OSS



Följ & gilla oss
på **Facebook**