

# DUV Vingen

## info



1 • 2020

**De Utvecklingsstördas  
Väl i Mellersta Nyland**

Nordenskiöldsgatan 18 A  
00250 Helsingfors

## Bästa medlem!

När detta skrivs är året 2019 nästan slut. Året har fört med sig många nya möjligheter och utmaningar! Förvaltningen av den förmögenhet som vi fick som donation kommer att kräva både tid och resurser. Höstmötet i november gav t.ex. styrelsen fullmakter att till bästa pris sälja en lägenhet samt några tomter i östra Helsingfors.

På höstmötet fick vi nya styrelsemedlemmar; Kenneth Eriksson från Kyrkslätt, Henrik Hahnsson från Esbo och Kjell Selenius från Helsingfors. Christian Starck fortsätter inte i styrelsen och jag vill här tacka honom för hans värdefulla insats. Han har lovat hjälpa oss med olika informations- och utvärderingsfrågor under år 2020.

Av vår verksamhetsplan för år 2020 framgår att vi nu har mer på gång än tidigare. Jag hoppas att du t.ex. har bekantat dig med vårt nya fina klubbhäfte. Men kom gärna med ännu fler nya idéer!

Jag tycker att vår webbsida och Facebook är värda besök - vi sätter hela tiden in nytt material.

Ett bra och innehållsrikt år 2020 till alla våra medlemmar, fritidsledare och samarbetspartner!

Virpi Schauman

*Ordförande*

## Hälsningar från Tian!

**TIAN** är vårt allaktivitetscenter på Tavastvägen 10, Helsingfors. Ledare kan kontaktas under klubbtid på kvällarna genom telefon 044 242 6622.

Öppet hus kl. 18-20

### Januari

- 23.1 Musik och sång
- 30.1 Spelkväll

### Februari

- 6.2 Vi gör vändagskort
- 13.2 Vändags disco
- 20.2 Inne sport / stora innespel
- 27.2 Karaoke

### Mars

- 5.3 Filmkväll
- 12.3 Wii spel (Bowling) eller pingis
- 19.3 Frågesport
- 26.3 Levyraati – Skivrådet

## Hälsningar från Ankaret!

**ANKARET** är vår klubblokal i Esbo, Ankarvägen 5, Esbo. Ansvarig ledare Malena Ahlroos telefon 044 533 9394

Öppet hus kl. 18-20

### Januari

- 22.1 Filmkväll
- 29.1 Stora innespel (Bowling)

### Februari

- 5.2 Curling
- 12.2 Vändags disco
- 19.2 Vi bakar pizza
- 26.2 Pulkaåkning  
Ta gärna med en egen pulka.  
Kom ihåg varma kläder.

### Mars

- 4.3 Skivrådet/ frågesport
- 11.3 Spelkväll (bordsspel)
- 18.3 Musik, sång och dans
- 25.3 Våfflor

## Ny styrelse

Vid höstmötet valdes en styrelse för år 2020.

### Virpi Schauman

Jag fortsätter som ordförande. Jag hoppas på samarbete på alla plan och en DUV-verksamhet som tillfredsställer unga och gamla, föräldrar och barn. Tag gärna kontakt! På fritiden tycker jag om att spela kortspelet bridge. Esbo

### Irja Bergholm

Jag vill arbeta för en fritidsverksamhet för alla. Jag tycker om uteliv; promenader, cykling, skirning och annars bara vara i naturen. Kyrkslätt

### Gunnel Grönlund

Jag vill arbeta för att alla ska få bestämma över sitt eget liv. Det är viktigt att kunna bo bra och att det finns goda kontakter mellan föräldrar. På fritiden är jag gärna ute i naturen. Esbo

### Eija Selenius

Jag är föreningens kassör och försöker hålla reda på ekonomin. Har jobbat med siffror under hela mitt yrkesliv och fortsätter med det eftersom jag tycker det är intressant. Tillbringar min fritid med familjen mellan maj - oktober i Tenala, Raseborg. Gillar att pyssla i trädgården och plocka bär och svamp. Gillar båtliv då vädret är lämpligt. Helsingfors

### Patrik Wallenius

Jag är förutom styrelsemedlem också ledare i vår fina slöjklubb. Jag tycker om att promenera då vädret tillåter. Helsingfors.

### Kjell Selenius

Jag är glad att få komma med och jobba i styrelsen igen. Jag har lång erfarenhet av föreningslivet då jag varit med i olika föreningar sedan jag var tonåring, och det är faktiskt rätt länge sedan. I arbetslivet sysslade jag mest med marknadsföring och administration. Som pensionär ser jag fram emot att jobba med det värdefulla arbete som vår förening gör. På fritiden trivs jag bäst på stugan i Tenala där jag pynjar med allt som hör stugulivet till. Helsingfors

### Kenneth Eriksson

Jag ser fram emot att som styrelsemedlem få arbeta för våra medlemmars bästa. Min son Roy brukar delta i föreningens verksamhet och är skådespelare i DuvTeatern. På fritiden tycker jag om att idrotta (kampsport och gym) samt umgås med Roy och hans intressen. Jag har tidigare varit ordförande i Kirkkonummen kehitysvammaisyhdistys. Kyrkslätt

### Henrik Hahnsson

Efter många år som företagsledare och företagskonsult gick jag i pension i höstas och har nu äntligen tid att göra sådant som är viktigt för mig själv. Jag ser därför fram emot att jobba för att våra DUVare skall ha det bra. Fritiden tillbringar jag med familjen i Ingå skärgård, i naturen, på golfbanan, i skidspåret eller i snickarboden. Esbo



## Seniorklubben

Vi träffas måndagar 13.30–15.30 på Tian eller ute på stan.

### Januari

- 20.1 Träff på Tian
- 27.1 Cafésbesök

### Februari

- 3.2 Träff på Tian
- 10.2 Målning med Nelly Jurvelius på Tian
- 17.2 Vi besöker FDUV:s bibliotek och lånar LL böcker.
- 24.2 Träff på Tian

### Mars

- 2.3 Träff på Tian
- 9.3 Vi lagar mat på Martha-förbundet. Obs tid: Kl. 14.00-16.30
- 16.3 Träff på Tian
- 23.3 Plättkalas på Tian
- 30.3 Cafésbesök på stan



## Karaoke

Lördagen 1 februari klockan 15.30 – 17.30 är det karaoke på Anna K, Annegatan 23, tillsammans med föreningen *Vi Delaktiga!*

Anmäl dig till Muluken senast 30.1. Vi har ledare på plats.



## Teater Magnitude – Askungen

Lördagen 14 mars besöker vi Tryckeri-Teatern i Karis för att se Teater Magnitudes pjäs Askungen. Teater Magnitude består av teaterarbetare med och utan funktionsnedsättning och verkar under DUV i Västnyland.

Vi startar med buss från Kiasma 13.30 och äter lunch innan föreställningen som börjar 16.00. Tillbaka i Helsingfors är vi ca 19.30.

Anmäl dig till Muluken inom februari. Meddela kontaktuppgifter, eventuella dieter och om du använder rullstol. Skriv om du kommer med egen bil eller åker buss – och var du vill stiga på.

Betala 20 € på föreningens bankkonto. Skriv "Teater Magnitude" i meddelandefältet.

## Din Telefon

I februari 2020 arrangerar vi tillsammans med Helsingfors Arbis en kurs som kan underlätta din vardag. Vi bekantar oss med våra telefoner och pekplattor och vad allt du kan göra med dem.

Tillsammans kan vi installera appar du kan ha nytta och nöje av, t.ex. Whatsapp, Facebook, Instagram och HRT-appen (Helsingforsregionens trafik).

Kursen passar dig som har en smarttelefon och som vill bli bättre på att använda den.

Anmäl dig till Muluken om du är intresserad av att delta i kursen. Datum och klockslag meddelas senare. Föreningen står för deltagaravgiften.





## KLUBBAR

### Klubbar våren 2020

Följande klubbar arrangeras i vår. Läs mera om dem i klubbhäftet som postats till alla medlemmar. Information om klubbarna finns också på vår webbsida.

**Seniorklubb**  
**Samtalsgrupp för anhöriga**  
**Konstklubben**  
**Tians Orkester**  
**Allsång**  
**Öppet Hus på Tian**  
**Läslustan**  
**Konstklubben på Ankaret**  
**Öppet Hus Ankaret**  
**Barnjumppa på Arcadahallen**  
**Jumppa på Arcadahallen**  
**Dansklubben Lätta fötter**  
**Slöjdklubben**  
**Bowling**  
**Paddling**  
**Din Telefon**

### Läslustan har ny ansvarig ledare

**Nina Tikkanen** är ny ansvarig ledare på Läslustan. Nina jobbar som drama-pedagog och använder bilder, musik och berättelser som inspiration till skapandet. Läslustan kommer att skriva dikter, och göra små drama-övningar.

Nina poängterar att innehållet i Läslustan först och främst byggs upp från deltagarnas egna intressen. Kom med du också!

### Smågruppsverksamhet

Under våren 2020 börjar vi med någonting nytt; en mindre grupp gör något tillsammans som t.ex. går på bio, teater eller ishockey-match.

Tycker du det låter som någonting som passar dig? Anmäl dig till Muluken. Meddela kontaktuppgifter, namn och ålder. Kom gärna med förslag på program!



### KeMuT 2020

Lördagen 7 mars klockan 14-18 ordnas KeMuT 2020! Det är ett kulturrevenemang som arrangeras årligen av Kehitysvammatuki 57. Många artister med olika funktionsvariationer uppträder.

Vi har 25 biljetter till evenemanget som sker i Mässcentrum i Helsingfors. Meddela Muluken om du vill komma med.



### Teneriffa 2019

Föreningen ordnade i november 2019 en lyckad resa till Teneriffa. Hela 50 medlemmar begav sig till solen och njöt en vecka. Kom med du också nästa gång vi reser!

*"Det var ett fint hotell och en fin resa med mångsidigt program. Det var roligt och givande att träffa andra i liknande livssituation".*

### Samtalsgrupp för anhöriga

Samtalsgruppen träffas på Vegahuset **torsdagen den 30.1** och **torsdagen den 27.2** klockan 18-20. Mera information hittar du på webbsidan.



### PÅ GÅNG HOS ANDRA

### Att uppleva världen annorlunda

FDUV arrangerar 11.2.2020 på G18 heldagsseminariet "Att uppleva världen annorlunda". Föreläsningarna handlar om neuropsykiatriska funktionsnedsättningar. Medverkande är Svenny Kopp som är specialist inom barn- och ungdomspsykiatri och Paula Tilli som är expert inom autism. Förmiddagen riktar sig till professionella och eftermiddagen till anhöriga. Mera information finns på FDUV:s webbplats.

### Kurs i flyttförberedelse

23.3.2020 startar FDUV och Marthaförbundet en kurs i flyttförberedelse. Kursen är för dig som funderar på att flytta hemifrån. Under kursen funderar vi tillsammans på hur det är att flytta hemifrån. Vi funderar till exempel på hur vi skulle vilja bo i framtiden. Vad kan jag lära mig att göra i det egna hemmet? Vad kan jag redan och vad behöver jag hjälp med? Vi lär oss också om pengar och vi lär oss göra olika maträtter tillsammans. Mera information finns på FDUV:s webbplats.



Följ & gilla oss  
på **Facebook**

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

**[www.mellerstanyland.duv.fi](http://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.

### **Adresser till klubblokaler:**

**Tian:** Tavastvägen 10, Helsingfors

**Ankaret:** Ankarvägen 5 D, Larsvik, Esbo.

**BowlCircus Sello:** Ryttagatan 3, Alberga, Esbo

**FunBowling:** Idrottshuset, Helsingegatan 25, Helsingfors

**Rudolf Steinerskolan,** Lärkrädsvägen 6, Helsingfors

**Stensvik ungdomsgård,** Sjöstranden 2, Esbo

DUV i Mellersta Nyland r.f.  
Nordenskiöldsgatan 18 A  
00250 Helsingfors

Verksamhetsledare:  
Jon Jakobsson  
[jon.jakobsson@duv.fi](mailto:jon.jakobsson@duv.fi)  
050 4328 703

Fritidskoordinator:  
Muluken Cederborg  
[muluken.cederborg@duv.fi](mailto:muluken.cederborg@duv.fi)  
040 0502 349

Ordförande:  
Virpi Schauman  
[virpi.schauman@duv.fi](mailto:virpi.schauman@duv.fi)  
040 0506 330

Webbplats:  
[mellerstanyland.duv.fi](http://mellerstanyland.duv.fi)

Bankkonto:  
IBAN: FI5440551820012619