

DUV Vingen

info



HÖSTMÖTE

Anteckna i almanackan!

Föreningens höstmöte hålls onsdagen den 13.11 klockan 18.00 på Vega-huset, Nordenskiöldsgatan 18 A. Formell kallelse senare i oktober.

6 • 2019

**De Utvecklingsstördas
Väl i Mellersta Nyland**

Nordenskiöldsgatan 18 A
00250 Helsingfors

Bästa medlem!

Det har snart gått två månader sedan jag började jobba som verksamhetsledare och ett roligare och mer mångsidigt jobb får man leta efter! I DUV Vingen info 6 hittar du information om evenemang och klubbar ända in i januari 2020. Det här är årets sista infobladd. Här kan du läsa om bland annat vår nya motionsklubb för barn och unga, Tallinnkryssningen för anhängare samt vårt besök till ljusfestivalen LUX Helsinki.

Som tur finns det många som erbjuder viktig verksamhet, såsom FDUV, Steg för steg, DUVteatern, Vi delaktiga, m.fl. Vår finskspråkiga "systerförening" Kehitysvammamutuki57 har också mycket på gång! På vår webbplats och i infobladet försöker vi informera om evenemang som vi tror du kan vara intresserad av, men det lönar sig att även själv besöka föreningarnas webbplatser.

Som bäst håller vi på och planerar verksamhetsåret 2020 och du kommer att få läsa om många nya roliga evenemang i nästa infobladd som utkommer i januari. Har du förslag, synpunkter och idéer så tveka inte att ta kontakt.

Vi hörs och ses i verksamheten!

Jon

Hälsningar från TIAN!

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

Kl. 18-20

Oktober

- 24.10 Wii-spel
- 31.10 Vi målar med konstpedagog
Nelly Jurvelius

November

- 7.11 Bordsspel
- 14.11 Karoke
- 21.11 Måla & Pyssla med bildkonst-
lärare Nina Ahlbrecht
- 28.11 Julpyssel

December

- 5.12 Finlands självständighet firas
med frågesport och bubbel
- 12.12 Julfest på Jaatisen Maja

Januari 2020

- 2.1 Bingo
- 9.1 Författarbesök
- 16.1 Pyssel
- 23.1 Musik och sång

Hälsningar från Ankaret!

ANKARET är vår klubblokal i Esbo, Ankarvägen 5, Esbo. Ansvarig ledare Malena Ahlroos (tfn 044 533 9394)

Kl. 18-20

Oktober

- 23.10 Plättkalas
- 30.10 Vi gör kort

November

- 6.11 Musik, sång och dans
- 13.11 Filmkväll
- 20.11 Frågesport
- 27.11 Julpyssel

December

- 4.12 Vi bakar pepparkakor
- 11.12 Julfest

Januari

- 8.1 Vi dansar ut julen
- 15.1 Vi spelar Corona och
mini biljard
- 22.1 Filmkväll
- 29.1 Stora innespel
(bowling)

Samtalsgrupp för anhöriga

Vill du diskutera mindre praktiska frågor, men också större utmaningar och problem som du stött på? Eller dela med dig om sådant som varit bra? Samtalsgruppen för anhöriga träffas en gång i månaden på Tian under ledning av *Annette Tallberg-Hahtela*.



Följande träffar är måndagen den 4.11 och måndagen den 2.12 klockan 18-20.

Du kan anmäla dig till muluken.cederborg@duv.fi men det går också bra att komma oanmäld.

Gunnel Grönlund, tfn 050 338 9717, svarar gärna på eventuella frågor.



DuvTeatern

Den 8.11.2019 klockan 18.00 upplever vi

I DET STORA LANDSKAPET

på Svenska Teatern!

Ni som bokat biljett får den av Muluken på plats kl. 17.30. Biljetten kostar 15 € och inkluderar pauskafe. Kom ihåg att betala biljetten innan. Skriv DUVTeatern i meddelandefältet. Kontonumret hittar du på sista sidan.

KLUBBAR

KLUBBAR PÅ TIAN

Läslustan tisdagar 16-18

Konstklubben tisdagar 18-20

Bandklubben onsdagar 16.30-18.15

Allsången onsdagar 18.30-20.15

KLUBBAR PÅ ANKARET

Konstklubb – för dig som behöver extra stöd

Måndagar 18.00-20.00 / vi avslutar höstterminen 9.12 och börjar vårterminen 13.1

Kom och upplev skapandets glädje! Vi lyssnar också på musik, som väcker känslor till liv.

Ansvarig: konstterapeut *Johanna Wahlbeck*



KLUBBAR PÅ ANNAT HÅLL

Dansklubben lätta fötter

Varannan tisdag 19-20.30 i Stensvik ungdomsklubb, Merivalkamavägen 2
10.12 sista gången. Startar igen 7.1.2020

Matklubb med Marthorna

Fem måndagar, en gång i månaden kl. 17-19.30

må 21.10

må 25.11

må 2.12

Marthaförbundets adress är Medelhavsgatan 14 C, Busholmen.

Motionsklubb

Lördagar 13-15, i Arcadahallen, Byholmsgränden 6 A.

14.12 sista gången och vi startar igen 11.1.2020

Bowling

Varannan söndag i BowlsCirkus och varannan söndag i FunBowling. Alltid samma tid 12.30-14.00. Bowlingen har ingen julpaus så kom med och bowla under mellandagarna!

BowlCirus i Sello, Alberga

27.10

10.11

24.11

8.12

22.12

5.1

19.1

2.2



FunBowling, Helsingegatan 25, Berghäll

3.11

17.11

1.12

15.12

29.12

12.1

26.1

9.2

Inga ledare är på plats. Föräldrar, syskon och vänner är förstås välkomna med! Det kostar ingenting att delta - vår förening bjuder på banorna!

Motionsklubb för barn och unga (ny!)

Lördagar 11.00-13.00, första gången: 28.10 i Arcadahallen, Byholmsgränden 6 A.

På lördag förmiddag startar vi nu en motionsklubb för barn och unga.

Verksamheten har fokus på grovmotorik och anpassas till deltagarnas individuella behov. Ett centralt mål är att inspirera barn och unga till vardagsmotion. Anmälningar görs till muluken.cederborg@duv.fi

Slöjdklubben

Slöjdklubben har hittat nya lokaler. Äntligen kan slöjden börja, nu på Steinerskolan i Brunakärr, Lärkträdsvägen 6. Vi börjar torsdagen 24.10 kl 18.00-19.30. Sista gången är 19.12.

Seniorklubben

Vi träffas måndagar 13.15 – 15.30 på Tian eller ute på stan.

Oktober

21.10 Träff på Tian

28.10 Svenska Teatern: I det stora landskapet kl. 18.00, biljetter 15 €

November

4.11 Träff på Tian

11.11 Träff på Tian

18.11 Besök till Spåvagnsmuséet. Tölögatan 51 A. Fritt inträde

25.11 Träff på Tian - pepparkaksbakning

December

2.12 Träff på Tian – julpyssel

9.12 Tomasmarknaden på Senatstorget

Januari

13.1 Träff på Tian

20.1 Träff på Tian

27.1 Cafésbesök



Tallinn- kryssning för anhöriga 30.11.2019

Välkommen med på en avkopplande kryssning till Tallinn den 30 november! Familjeterapeut och präst **Maria Sundblom Lindberg** föreläser kring temat utmanande barn, föräldraskap och parrelationer. Vi åker med Tallink Shuttle från Västra hamnen, Terminal 2, Stillahavsgatan 14.

Avgång från Helsingfors kl.10.30
Vi har ett konferensrum kl. 10.45- 12.30
(kaffe och smörgåsar serveras)
Ankomst till Tallinn kl. 12:30
Egen tid i Tallinn kl. 12.30-18.30
Hemresan startar kl. 19:30
Middag i Bistro Buffet kl. 19.30
Ankomst till Helsingfors kl. 21.30.

Kom ihåg att ta med ett giltigt ID, körkort duger ej.
Deltagaravgiften är 20 €. Betala in summan på föreningens konto senast den 23.11.
Ange att anmälan gäller Tallinnresan, meddela om eventuella specialdieter.
Bindande anmälan till muluken.cederborg@duv.fi
Deltagarantalet är begränsat till 20.

Julfest

**Torsdagen den 12.12
firar vi julfest på
Jaatisen Maja**
(Vällingklocksstigen 1 i
Malmgård).

Välkommen på glögg och jultårta! Vi får besök av Julgubben, ta med en liten julklapp! (värde högst 3-5 euro). Vi får även besök av Finlands Lucia 2018, Elin Qvist. Meddela om du deltar till Muluken senast den 9.12.2019.



Lux Helsinki är en ljusfestival. Vi träffas tisdagen den 7.1 klockan 17.30 utanför biblioteket Odes huvudingång. Sedan går vi mot Tölövikens och ser på ljusinstallationerna. Vi avslutar med ett värmande cafébesök. Ta på dig varma kläder! Anmäl dig till Muluken senast 3.1.2020.

PÅ GÅNG HOS ANDRA

Karaoke

Föreningen Vi Delaktiga arrangerar karaoke på Anna K lördagen den 26.10 klockan 15-17. Också våra medlemmar är hjärtligt välkomna! Besök gärna deras webbplats och bekanta dig med deras fina verksamhet.

Lördagspark

Kehitysvammatuki 57 arrangerar lördagen den 16.11 en upplevelsedag för barn med stora hjälpbehov och deras syskon. Läs mera i kalendern på deras webbsida.

Showtime – On aika esiintyä

Kehitysvammatuki 57 ordnar i samarbete med andra föreningar Showtime- On aika esiintyä den 20.11 på Sörnässtrandvägen 22. Flera uppträdande av teaterutövare med olika funktionsnedsättningar. Läs mera i kalendern på deras webbsida.

Temaveckan 1-7.12

Under temaveckan för personer med intellektuell funktionsnedsättning arrangeras många fina evenemang. Steg för Steg och 4BT ordnar en gemensam julfest på G18 den 3.12. Konstverken, som skapats på FDUV:s konst- & dramaläger har vernissage under temaveckan. Läs mera på FDUV:s webbplats. Den här utställningen vill ni inte missa!

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

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

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

Ordförande:
Virpi Schauman
virpi.schauman@duv.fi
040 0506 330

Webbplats:
mellerstanyland.duv.fi

Bankkonto
IBAN: FI5440551820012619

Obs!
Har du kommit ihåg medlemsavgiften?

För dig som är 16–26 år: 15 €

För dig som är äldre än 26 år: 30 €

Om du är under 16 år: ingen avgift

**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.