



#### NYHETSBRIV 4 / 2023

Hej!

Äntligen har fritidsverksamheten startat igen! Våra teaterbesök i sommar var uppskattade och paddlingen och besöket till Högholmen nu i augusti har varit mycket populära. Vi var hela 21 deltagare och paddlade en lördag, det är roligt med aktiva medlemmar!

Om klubbarna kan ni läsa i klubbhäftet eller på webbsidan, de startar i början av september. Höstens evenemang kan ni läsa om nedan i nyhetsbrevet, på webbsidan och i DUV Vingen info.



Muluken, Jonne och Niclas trivdes på Pride paraden!

## **EVENEMANG I AUGUSTI**

### **Paddlingsutfärd 19.8 klockan 10 – 16**

Det blir traditionell paddlingstur med Espoon Kehitys - vammautukki även i år! Vi startar klockan 10 från Canoas strand, Bredviksvägen 4, Esbo och paddlar till Stora Kalvholmen där vi grillar korv. Vi brukar vara tillbaka på Canoas strand lite före klockan 16 och då avnjuter vi saft med bulle.

### **Minigolf AW 24.8 klockan 17 – 19**

Välkommen på AW till Edesvikens minigolf. Föreningen bjuder på golfen, men ta med dig en slant om du vill köpa något att dricka eller äta. Adressen är Sandstrandsvägen 1, Helsingfors. Anmäl dig till Muluken.

### **Villiklubi 28.8 klockan 18 – 21**

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

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.

## **EVENEMANG I SEPTEMBER**

### **Utfärd till Lovisa 2.9 klockan 10 – 18**

Välkommen med på en upplevelserik dagsutfärd till Lovisa. Vi får guidning i gamla stan, Saltbodarna vid stranden och Kommendantens trädgård. Vi besöker också området för bostadsmässan. En bit utanför Lovisa centrum finns Strömfors bruk och upplevelseträdgården Eijas Garden. Deltagaravgiften är 20 € för medlemmar. Anmäl dig + eventuella specialdieter till Muluken senast 17.8.

10.00 Start från Kiasma

11.30 Guidning i Lovisa

13.30 Lunch på Bistro Kronan

15.30 Strömfors bruk

18.00 Kiasma

### **Bio Kino Engel 10.9 klockan 13.30 – 15.00**

Vi har tillsammans med Finlands Svenska Autism- och Aspergerförening hyrt en hel salong på Kino Engel (Sofiegatan 4) ett par gånger under hösten och bjuder våra medlemmar på familjefilmer!

Vi har 30 platser så anmäl dig till Muluken så snabbt som möjligt. I september ser vi Super Mario Bros.

### **SPA-dagar för anhöriga 14-15.9**

Välkommen med på avkopplande Spa- och kulturdagar! Resan är avsedd endast för anhöriga. Vi åker till Åbo och Nådendal och njuter av trevligt umgänge.

#### **Torsdag 14.9**

10.30 Start från Kiasma (hållplatsen för turistbussar)

12.30 Lunch i Åbo med författarföreläsning

15.30 Check in Nådendal badhotell

16:00 Spa & Fritid

20.00 Middag

#### **Fredag 15.9**

09.00 Frukost & fritid

12.00 Utcheckning

12.00 Guidad tur i Nådendal

13.30 Lunch i Nådendal

15.00 Start mot Helsingfors

17.00 Kiasma

Deltagaravgiften är 120 € för medlemmar. I den ingår resor, måltider, föreläsning + guidning samt övernattnings i dubbelrum. Enkelrum kostar 70 € extra.

Under din vistelse kan du också t.ex. gå på promenad eller ta dig en simtur. Spa-behandlingar ingår inte i deltagaravgiften. Boka dina behandlingar på: [naantalisp.fi](http://naantalisp.fi)

Vi har ett begränsat antal platser så anmäl dig och eventuella specialdieteter till Muluken så snabbt som möjligt men senast 28.8. Välkommen med!

#### **Karaoke 23.9 klockan 14 – 16**

Vi träffas på Anna K (Annegatan 23) och sjunger karaoke tillsammans med föreningen Vi Delaktiga! Anmäl dig till Muluken senast 21.9.

#### **Villiklubi 25.9 klockan 18 – 21**

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

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.

## **EVENEMANG I OKTOBER**

### **Sago- och sångstund på Parisgränden 7.10 klockan 13 – 15**

Kom med på sago- och sångstund med Sandra Westerholm! 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 Anmäl dig till Muluken.

### **Karaoke 21.10 klockan 14 – 16**

Vi träffas på Anna K (Annegatan 23) och sjunger karaoke tillsammans med föreningen Vi Delaktiga! Anmäl dig till Muluken senast 19.10.

### **Bio Kino Engel 22.10 klockan 13.30 – 15.00**

Vi har tillsammans med Finlands Svenska Autism- och Aspergerförening hyrt en hel salong på Kino Engel (Sofiegatan 4) ett par gånger under hösten och bjuder våra medlemmar på familjefilmer!

Vi har 30 platser så anmäl dig till Muluken så snabbt som möjligt. I oktober ser vi Trolls 3.

### **Förbundskongress på Åland 27 – 29 oktober**

I oktober är det dags för FDUV:s förbundskongress i Mariehamn. Förbundskongressen är FDUV:s högsta beslutande organ. I samband med kongressen ordnas också intressanta föreläsningar och middag med dans. Kom med och påverka och träffa gamla och nya bekanta!

Vi, DUV i Mellersta Nyland, har reserverat ett antal platser för deltagande på kongressen. Vi startar från Helsingfors tidigt på fredag morgon med tåg till Åbo och tar båten över till Åland. Vi är hemma i Helsingfors igen på söndag kväll.

Deltagaravgiften är 100 € för medlemmar med intellektuell funktionsnedsättning och 200 € för anhöriga/assistenter. I deltagaravgiften ingår kongressavgiften, resorna, övernattning i dubbelrum, samt måltider på båten och på Åland.

Vi har ett begränsat antal platser så anmäl dig så snabbt som möjligt och senast den 10.9 till Jon Jakobsson. Undrar du om det här är något som passar dig? Kontakta Jon och diskutera saken.