

# DUV Vingen

info



## Medlemsavgift 2021

VI PÅMINNER OM MEDLEMSAVGIFTEN: Medlemsavgiften för alla medlemmar är 15 euro år 2021. Föreningens kontonummer hittar du på sista sidan. Skriv medlemmens/medlemmarnas namn i meddelandefältet. Skriv också dina kontaktuppgifter ifall de ändrats.

3 • 2021

## De Utvecklingsstördas Vål i Mellersta Nyland

Parisgränden 2 A 3  
00560 Helsingfors

## Hej!

Tiden har gått fort, snart är sommaren här! Många av oss anser att den bästa tiden är just nu. Man blir euforisk då man känner doften av den frodada grönskan, löven som spricker och den underbart gröna färgen som sprider sig.

En av sommarens höjdpunkter som vi ordnar är DUV Mellersta Nylands lilla jubileumsfest kombinerad med Öppet Hus vid nya klubblokalen på Parisgränden. Föreningen fyller 50 år – hurra! Den "riktiga" jubileumsfesten sker förhoppningsvis vintern 2022. Vilken livskraftig och mångsidig förening DUV Mellersta Nyland är!

En gammal tradition som vi kommer att återuppta i sommar är paddlingsturena med systerföreningarna DUV i Östra Nyland och DUV i Västnyland! En paddlingstur med respektive förening ordnas i Östersundom och i Sjundeå i augusti.

Den 13 juni har vi kommunalval i Finland. Kom ihåg att använda din medborgerliga rätt att rösta. Hoppas du hittar en kandidat just för dig. Steg för steg rf arrangerar en kommunalvalskampanj med vilken dom vill sprida information om arbete med lön för personer med intellektuell funktionsnedsättning. Kolla in kampanjen på webbsidan: framsteg.fi

Nu ges coronavaccin i rask takt till landets medborgare; det blir tryggare att träffa varandra och vi kan förhoppningsvis ordna evenemang, utflykter och ha roliga upplevelser tillsammans. Jag ser fram emot att träffa er alla igen och hoppas att alla hittar något intressant i sommarens programutbud!

**Muluken Cederborg**

Fritidskoordinator

# Utfärd till Högholmen

6.6 kl. 11.00 – 15.00

Hur många djur känner du igen? Vilket är ditt favoritdjur? På Högholmen har du möjligt att lära dig om djuren och deras liv. Föreningen bjuder på inträde. Anmäl dig till Muluken senast 3.6. Träff vid förbindelsebåten vid Salutorget kl. 11.00.



# Sommarutfärd till Svartholmen

12.6 kl. 10.20 – 15.00

Lördagen den 12 juni gör föreningen sin traditionsenliga utfärd till Svartholmen. På holmen spelar vi roliga spel, äter lunch och dricker kaffe. Det finns också får, kaniner och andra djur där! Avfärd med båten Walhalla från Edesviken kl. 10.20, retur kl. 14.40 från Svartholmen. Båtresan tar cirka 15 minuter. Anmäl dig + eventuell specialdiet till Muluken senast 10.6.



# Anhörigträff

17.6 klockan 17.30–20.00

Kom med på anhörigträff och lyssna på föreläsning och avnjut en god middag i nyöppnade Scandic Grand Central Hotell intill Helsingfors järnvägsstation. Pia Graniittiaho, som är sakkunnig inom barn- och familjearbete vid Barnvårdsföreningen i Finland, föreläser kring temat Styrka i föräldraskapet och parrelationen.

Behöver du barnvakt för att kunna delta på träffen? Parallellprogram ordnas för barnen med ett besök till Borgbacken och Seaworld. Anmäl dig, eventuella barn + specialdieter till Muluken senast 3.6. Deltagaravgiften är 15 € per vuxen, barnens deltagande är gratis.



## Klubbstarten

sker i mitten av augusti och klubbhäftet var ni kan läsa om alla höstens klubbar utkommer i slutet av juli.

# Uteverksamhet

Föreningen arrangerar under juni månad uteverksamhet vid boenden i huvudstadsregionen. Det är allt från jumppa till allsång eller bingo! På vår webbsida finns ett schema över verksamheten. Gå in och kolla vilka dagar vi besöker ett boende nära dig! [www.mellerstanyland.duv.fi](http://www.mellerstanyland.duv.fi)





# RASEBORGS SOMMARTEATER



Årets pjäs i Raseborg är familjemusikalen Peter Pan! Vi har reserverat 40 biljetter till föreställningen den 10 juli klockan 16. Föreningen erbjuder buss-transport och lunch på Slottsknektens stuga före föreställningen. Deltagaravgiften är 20 € per person.

- 12.45 Samling vid Kiasma (hållplatsen för turistbussar)
- 13.15 Kyrkslätt busstation
- 14.15 Raseborgs teater
- 14.30 Matservering, Slottsknektens stuga
- 16.00 Peter Pan  
Under pausen serveras kaffe/soft med bulle
- 20.45 Tillbaka vid Kiasma

Anmäl dig till muluken.ce-derborg@duv.fi senast den 24.6. Anteckna namn, kontaktuppgifter och eventuella dieter. Skriv också om du kommer med egen bil, eller vill åka med bussen – och var du vill stiga på. Meddela om du använder rullstol. Betala före föreställningen in 20 € på bankkonto FI54 4055 1820 0126 19. Skriv "Raseborg 2021" i meddelandefältet.

# SOMMARFEST

**vid COR – Huset /  
Parisgränden!  
21.8 kl.13.00–16.00**

Välkommen på en kombinerad Öppet Hus dag och 50 års jubileumsfest vid nya klubblokalen på Parisgränden 2! Vi håller festen utomhus vid Arcadas COR-Hus, Majstadsgatan 11 i Arabiastranden. Det är ca 100 meter till vår klubblokal på Parisgränden så man kan enkelt gå i mindre grupper och bekanta sig med lokalen.

Vi har mycket roligt program, god mat och grillkorven är varm under hela dagen. Kom förbi och säg hej när det passar dig! Anmäl deltagande + eventuell specialdiät till Muluken senast 19.8.

- 13.15 Välkomstkåll!
- 13.30 Besök till klubblokalen på Parisgränden
- 14.00 Familjeteater: Mitt och Ditt och Mitt
- 14.30 Besök till klubblokalen på Parisgränden
- 15.00 Allsång med trubadur!
- 15.30 Besök till klubblokalen på Parisgränden



# Paddling!

Vi börjar paddlingssäsongen igen på Sommaröarna i Esbo den 8.6. Nya och tidigare paddlare är välkomna med! Paddlingen passar även dig som har större rörelsenedsättning. Föreningen bjuder på både kanot och – förhoppningsvis – solsken. Vi träffas vid Hanikka simstrand, Sommarövägen 9. Vardagar klockan 18, lördagar klockan 13. Anmäl dig till Muluken senast 3.6.

**Paddlingsdatum i juni: 8.6, 10.6, 13.6 och 15.6, 18.6 och 20.6**

**Paddlingsdatum i augusti: 10.8, 12.8, 17.8 och 19.8**

## Den stora paddlingsutfärden

Vi gör vår traditionella paddlingsutfärd tillsammans med Espoon Kehitysvammatuki lördagen den 14.8, i år är det faktiskt 10 års jubileum! Vi startar kl. 10 från Canoa strand, Bredviksvägen 4 och paddlar till Stora Kalvholmen där vi grillar korv. Vi brukar vara tillbaka på Canoas strand lite före kl. 16 varefter vi hjälps åt att lasta kanoterna på släpet och avnjuter saft med bulle. Anmäl dig till Muluken senast 10.8.2021. Vill du veta mera om paddlingen – kontakta Mauri Nyqvist som är ansvarig ledare, tel 040 730 7020.

I år kommer vi också att arrangera gemensamma utfärder med våra systerföreningar DUV i Östra Nyland och DUV i Västnyland!

Den 7.8 paddlar vi tillsammans med DUV i Östra Nyland i Sibbo skärgård.

Den 28.8 paddlar vi med DUV i Västnyland i Pickala, Sjundeå.

Mera info om paddlingsutfärderna kommer i DUV Vingen info 4. Är du intresserad av att komma med på utfärderna, kontakta Muluken eller Mauri för mera info.



## SEMESTER

Kontoret är stängt 12.7 – 2.8. Ni når ändå Jon och Muluken per e-post eller telefon i brådskande ärenden.

## OBS!

Kom ihåg att evenemang i dessa tider kan inhiberas med kort varsel så besök ofta vår webbsida för senaste nytt.

## Hobby stipendier

Föreningen vill understöda en mångsidig fritidsverksamhet för våra medlemmar. Därför delar vi i år ut hobby stipendier på max 300 euro per person. Stipendierna är tänkta att endast täcka en del av avgifterna. Du som har kostnader för fritidsverksamhet kan ansöka. Skriv en ansökan där det framgår vilken verksamhet du ansöker för och uppskattade kostnader. Meddela även dina kontaktuppgifter och kontonummer. Utbetalning sker i efterskott mot kvitto. Ansök senast 30.8.2021.

## Ridstipendier

Många av våra medlemmar tycker om att rida. Vi har därför beslutat utdela ridstipendier på max 300 euro per person. Stipendierna är tänkta att endast täcka en del av avgifterna för ridstallet. Skriv en ansökan i vilken det framgår stall och dina kontaktuppgifter, även kontonummer. Utbetalning sker i efterskott mot kvitto från stallet. Ansök senast 30.8.2021.

## PÅ GÅNG HOS ANDRA

### Steg för steg

Uppskattningsvis 2 procent av alla med en intellektuell funktionsnedsättning har ett arbete med lön. Trots att många fler både kan och vill arbeta. Därför arrangerar steg för steg nu en kommunalvalskampanj med vilken dom vill sprida information om arbete med lön för personer med intellektuell funktionsnedsättning. Kolla in kampanjen på webbsidan: framsteg.fi

**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.

***DUV Vingen  
info 4  
utkommer i  
slutet av juli***



Följ & gilla oss  
på **Facebook**

### **Viktiga adresser:**

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

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

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

**Stensvik ungdomsgård:** Sjöstranden 2, Esbo

**Kontoret:** Parisgränden 2 A 3, 00560 Helsingfors

DUV i Mellersta Nyland r.f.  
Parisgränden 2 A 3,  
00560 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:  
Kjell Selenius  
[kjell@selenius.fi](mailto:kjell@selenius.fi)  
040 7310506

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

Bankkonto  
IBAN: FI5440551820012619

Ombyggnad och layout:  
LinnArt / Linnea Ekstrand