

DELAKTIGHET
HANDLINGSKRAFT
RÖRELSEFRIHET

DHR

i

Region Stockholm

NR 3 / 2024

**Detta hände vid DHR-
regionens årsmöte**

**Hjälpmedel
- bara för dig
som har råd?**

Nu stundar en lång skön sommar!

Innehåll:

Styrelsens spalt	3
DHR-regionens aktiviteter	4
Semesterstängt	4
Rapport från våra aktiviteter: DHR-regionens årsmöte	5
Det är vi som är valberedningen	6
Reflektioner: Hjälpmedel - bara för dig som har råd?	7
Avdelningarnas aktiviteter	8
Nu stundar en lång skön sommar!	10
Organisation och opinion: Inte OM krisen kommer. NÄR krisen kommer.	11



Ansvarig utgivare

Liza Syeda

Layout

Ingela Larsson

Omslagsfoto:

Yvonne Björkman

Foton i detta nummer är tagna av:

Yvonne Björkman och Ingela Larsson

Utgivning 2024!

Nr	Manusstopp	Utgivningsdatum
3	12 maj	Vecka 23
4	11 augusti	Vecka 35
5	15 september	Vecka 40
6	17 november	Vecka 49

Vill du skriva i "DHR i Region Stockholm" eller har du kanske en vacker bild vi kan använda till omslaget?

Ovan ser du manusstoppen för resten av året och på sista sidan står våra kontaktuppgifter.

Hoppas vi får höra av just dig. Kanske du vill kommentera något som du läser i detta nummer?

Redaktionsrådet förbehåller sig rätten att redigera allt insänt material.

Styrelsens spalt

Genom att stå upp för våra rättigheter i samhället som stort som en marginaliserad grupp så kan vi hjälpa till att bryta ett system av förtryck som påverkar oss alla.

Ett exempel på social orättvisa kan visa sig i många former. Till exempel i begränsningen av personlig assistans, ledsagning, färdtjänst, hjälpmedel och träningsmöjligheter. Listan kan göras lång.

Orättvisa någonstans i samhället påverkar hela samhället. Medvetenhet, tillit och respekt bland individer kultiverar tillit och ömsesidig respekt mellan individer och främjar trygghet. Som på så sätt ger en tryggare och mer medveten befolkning. Medvetenhet ökar även att människor inte känner sig orättvist behandlade. För när en del känner sig mindre värda än andra skapar det en känsla av otillräcklighet och oro. Ilska är en känsla som yttrar sig i smärtor och det har en negativ påverkan på hälsan. Ilska orsakar ökad spänning i kroppen och det i sin tur ökar smärtan av att vara missförstådd.

Genom att öka människors medvetenhet så slutar människor att tolerera orättvisor.

Det finns många dimensioner i medvetenhet. Den ekonomiska och den juridiska, den sociala medvetenheten och jämlikheten tillsammans med broder/systerskap är bara en kombination av alla dess dimensioner som kommer hjälpa oss att lyckas med rättvisan i samhället.



**”GENOM ATT
ÖKA MÄNNISKORS
MEDVETENHET SÅ
SLUTAR MÄNNISKOR
ATT TOLERERA
ORÄTTVISOR.”**

3

Dessa är bara en liten dimension av mina tankar som ordförande för DHR region Stockholm och kanslichef för Unga Rörelsehindrade Stockholm men framför allt som medmänniska. Medvetenheten att genom att utgå från att alla människor vill väl men att de på grund av brist på kunskap gör fel.

/ Liza Syeda,
Ordförande DHR Region Stockholm
Kanslichef Unga Rörelsehindrade Stockholm

Våra aktiviteter i DHR-regionen för kvartal tre är under planering

Träffarna under hösten är i planeringsstadiet. Mer information kommer i nästa nummer av "DHR i Region Stockholm".

Kvartal 3 - 2024

JULI

DHR-regionens kansli håller semesterstängt den 1 juli - 4 augusti

AUGUSTI

Lördag den 31 augusti
Styrelseupptakt
DHR-regionens lokaler

SEPTEMBER

Torsdag 26 september
Smärtcirkeln
DHR-regionens lokaler

Träffinbjudningar kommer till din mejl.

Är du osäker på om du har lämnat din e-postadress får du gärna höra av dig till kansliet. Har vi din e-postadress får du oftare och snabbare information ifrån oss.

Har du ingen e-postadress men vill få DHR-regionens inbjudningar?

Hör av dig till DHR-regionens kansli om du är intresserad av att få våra inbjudningar med vanliga postgången i fortsättningen så ordnar vi så att du får det.

SEMESTERSTÄNGT

Kansliet har semesterstängt den 1 juli – 4 augusti.

DHR-regionens styrelse, redaktionsråd för "DHR i Region Stockholm" och kansli önskar alla våra läsare en trevlig sommar!



Rapport från våra aktiviteter:

Seminarie "Att skapa engagemang" och DHR-regionens årsmöte

Årsmötet 2024 hölls den 20 april på Quality hotel Friends i Solna och startades med ett seminarium med rubriken Att skapa engagemang.

Seminarier "Att skapa engagemang"

Hanna Bisell från Ledar-institutet pratade om olika nivåer av ett medlemskap, som hon illustrerade med hjälp av en trappa. Hon konstaterade att just den bilden var väldigt malplacerad, med tanke på att hon pratade inför DHR:s medlemmar.

Det hon ville visa var att ett medlemskap alltid har olika nivåer och när man vill värva nya medlemmar är det väldigt viktigt att tänka på att de från början kanske inte har någon kunskap alls, det gäller att tänka på vad och hur man för fram sitt budskap.

Hanna pratade också om hissar, eftersom man brukar säga att om man åker hiss och träffar en potentiell medlem, har man fyra våningar på sig få en mänskligt intresserad av organisationen. Vi fick även prova att övertyga den som satt bredvid om varför DHR behövs och varför den personen ska bli medlem.

Årsmötet

Årsmötets förhandlingar inleddes med att Jaan Kaur, sittande ordförande, summerade åren och året som gått, eftersom han sedan gav staffett pinnen till en ny ordförande Liza Syeda.

Åsa Strahlemo, DHR:s förbundsordförande ledde förhandlingarna och hon informerade även om förbundsstyrelsens arbete. Förbundsstyrelsen består av helt nya ledamöter förutom Åsa som var ordförande även under förra mandatperioden. Vid förbundsstyrelsemötet i oktober 2023 behandlades ett 15-punktsprogram rörande DHR:s framtid. Förbundsstyrelsen beslutade att lägga till 14 punkter så nu består det av 29 punkter som förbundsstyrelsen ska arbeta med för att verkställa. När det gäller hjälpmedel har förbundsstyrelsen väckt fråga om en utredning.

Två uttalanden antogs. Det ena om riksfärdtjänst och det andra om hjälpmedel.

Två motioner behandlades. Den första

motionen var angående **fordon inom färdtjänsten** och den bifölls på att-satserna som handlade om att styrelsen kräver att färdtjänsten återinför egna inspektörer som finns på fältet. Samt att-satsen om att styrelsen noga följer utvecklingen av el-fordon för rullstols-taxi samt att styrelsen gör en konsekvensanalys av införandet av el-fordon samt kräver en riskanalys av kommande el-fordon.

Den andra motionen var angående **hjälpmedel** vilken avslogs. Styrelsen påtalade att det alltid går att kontakta DHR-regionens kansli för visst stöd i frågor som rör hjälpmedel.

Verksamhetsprogram för 2024-2026 antogs utifrån DHR:s verksamhetsprogram för samma period. De tre verksamhetsområden som förbundet har identifierat för denna tid är tillgänglighet, hjälpmedel och personligt stöd.

Verksamhetsplan och budget för 2024 samt preliminär budget för 2025 antogs.

DHR-regiones funktionärer

DHR-regionens styrelse består numer av åtta personer:

Ordförande

Liza Syeda

Vice ordförande

Magnus Lindmark

Kassaförvaltare / 2:e vice ordförande

Yvonne Björkman

Ledamöter

Anna Westerberg, Emelie Utas, Johan Dibb, Patrick Englund och Tania Laserna

Revisorer

Anders Runnman och Nina Jönsson
Auktoriserad revisor: Öhrlings PriceWaterhouseCoopers AB

Suppleant: Mika Ihanus

En **valberedning** tillsattes också vilken presenterar sig här nedan.

/ Anna Westerberg

6

Det är vi som är valberedningen!

Vid årsmötet den 20 april valdes vi till valberedning:

Lena Haglöf, Stockholmsavdelningen, sammankallande,
Jaan Kaur, Stockholmsavdelningen,
Mary Hagman, Nynäshamn-Haningeavdelningen och Alireza Azarbad, Tyresöavdelningen.

Vår uppgift är att till årsmötet 2025 föreslå kandidater till DHR-regionens styrelse. I vårt arbete i sökandet efter lämpliga personer att föreslå kommer du som medlem att höra av oss i olika sammanhang och du är alltid välkommen att kontakta oss med förslag på kandidater. Alla förslag behandlas med sekretess.

Att sitta i en styrelse innebär att ha ett förtroende från medlemmarna. Men är självklart inte bara ansvar och skyldigheter. Det innebär också en massa möjligheter. Som styrelseledamot är du med och planerar verksamheten, du gör något meningsfullt tillsammans med andra och får chansen att bidra med dina erfarenheter och kunskaper samt att lära nytt.

Kontaktuppgifter:

E-post:

valberedning.regionstockholm@dhr.se

Tfn:

070-859 29 73 (Lena Haglöf)

Reflektioner:

Hjälpmedel - bara för dig som har råd?

Den 15-16 maj var det dags för årets upplaga av Hjultorget, en hjälpmedelsmessa i Kista.

En intressant sak som hände var att Lena Malmberg, som är DHR:s pressekreterare, kom in i DHR:s monter, som jag satt i. Hon gav mig ett formulär där vi skulle dela med oss av tankar och erfarenheter kring det här med hjälpmedel.

Vi pratade också om att DHR kämpar för en ny lag, som ska ligga utanför hälso- och sjukvårdslagen, där individen står i fokus och där man jämnar ut regionala skillnader när det gäller att få tillgång till hjälpmedel. Det här fick mig att slutgiltigt bestämma mig för att engagera mig djupt i hjälpmedelsfrågan. Jag har hört historier om riktigt orättvisa skillnader i landet. Och detta i en så viktig fråga som hjälpmedel, som ju är nyckeln till ökad delaktighet och livskvalitet.

Läs vår förbundsordförande Åsa Strahlemos slagkraftiga brev till socialminister Jakob Forssmed via qr-koden här bredvid.



/ Emelie Felderman



Hjälpmedel – bara för dig som har råd? Livepodd med DHR

På torsdagen spelades DHRs podd "Hur tänkte ni nu?" in på Hjultorget.

(Från vänster på bilden) Sandra Ivanovic Rubin (politiker från Miljöpartiet

7

i region Stockholm) DHRs livepoddare Peter Ojala och Janna Olzon samt Yvonne Björkman från DHR-regionens styrelse pratade kring att det finns en tro att hjälpmedel är en självklar rättighet. Men alltför ofta nekas personer hjälpmedel för att till exempel kunna ha en aktiv fritid. Detta trots att folkhälsan hos personer med funktionsnedsättning är bevisat låg. Det går inte heller att överklaga ett avslag på hjälpmedel. Varje region har sina regler, på en del håll är det gratis, på andra håll gäller abonnemang medan det på ytterligare andra håll krävs att du har råd att själv betala för de hjälpmedel du behöver. Du behöver helt enkelt bo på rätt plats för att kunna leva ett gott liv.

Du som inte var på plats för att se podden live kan snart lyssna genom att söka på "Hur tänkte ni nu?".

På gång i regionens DHR-avdelningar:

DHR-avdelningar i Stockholms län bjuder,

JUNI

Måndag 17/6
KI 16.00 - 18.30



Pub-kväll på Restaurang Hjälmarens, Hjälmarsvägen 43, Årsta
Färdtjänstadress: Hjälmarsvägen 37, Årsta

Sista anmälningdag: 12 juni.

Arrangör: Stockholmsavdelningen

* * *

Måndag 24/6
KI. 12.30-15.00



Lunchträff på Bagarmossens tapas (samma hus som ICA)
Lagaplan 5, Bagarmossen

Färdtjänstadress: Lillåvägen 43, Bagarmossen

Sista anmälningdag: 19 juni. Meddela om du vill ha kött eller fisk

Arrangör: Söder om Söder, DHR Stockholmsavdelningen

* * *

JULI

Torsdag 24/7
KI. 11.00-13.00

Promenad till Notholmen

Avdelningen bjuder på kaffe och kaka.

Sista anmälningdag: 19 juli till Giggi Kaur,
tfn: 070-753 13 55, mejl: giggi.kaur@gmail.com

Arrangör: DHR Huddingeavdelningen

* * *

Måndag 29/7
KI. 12.30-15.00



Lunchträff på Bagarmossens tapas (samma hus som ICA)
Lagaplan 5, Bagarmossen

Färdtjänstadress: Lillåvägen 43, Bagarmossen

Sista anmälningdag: 24 juli. Meddela om du vill ha kött eller fisk

Arrangör: Söder om Söder, DHR Stockholmsavdelningen

* * *

AUGUSTI

Lördag 17/8
KI 13.00-15.30



Säsongsstart av **Musik-kafé**

Bagarmossens Folkets Hus, Lillåvägen 44, Bagarmossen

Bo Simonsson spelar och sjunger. Hörselslinga finns på plats.

Sista anmälningdag: 13 augusti. Anmälan är bindande.

Arrangör: Söder om Söder, Stockholmsavdelningen

* * *

Måndag 19/8
KI 16.00 - 18.30



Pub-kväll på Restaurang Hjälmarens, Hjälmarsvägen 43, Årsta
Färdtjänstadress: Hjälmarsvägen 37, Årsta

Sista anmälningdag: 14 augusti

Arrangör: Stockholmsavdelningen

under juni-september, in till:

* * *

Tisdag 20/8

Kl 07.00 - 19.00

Ålandsresa

Sista anmälningdag: 15 juli till Giggi Kaur,
tfn: 070-753 13 55, mejl: giggi.kaur@gmail.com

Arrangör: DHR Huddingeavdelningen



* * *

Måndag 26/8

Kl. 12.30-15.00



Lunchträff på Bagarmossens tapas (samma hus som ICA)
Lagaplan 5, Bagarmossen

Färdtjänstadress: Lillåvägen 43, Bagarmossen

Sista anmälningdag: 21 augusti. Meddela om du vill ha kött eller fisk

Arrangör: Söder om Söder, DHR Stockholmsavdelningen

* * *

SEPTEMBER

Söndag 15/9

Buss & Båtresa Grisslehamn - Eckerö

Vi träffas kl. 11.15 på Cityterminalen, Klarabergsviadukten 72, Stockholm (mitten mot Espresso House). Bussen lastar kl 11.45 och åker cirka kl 12.15. Bussen har lift. Antalet platser för resenärer som sitter kvar i sin stola under färd är begränsad. **För de som vill åka direkt till Grisslehamn gäller följande:** Samling utanför terminalen kl. 14.30.

Pris: 300:- för medlem. **Avgiften** betalas in på Avdelningens BankGiro 710-9333.

I priset ingår: Resa och buffé. Vi äter direkt när båten lägger ut kl 15.00.

OBS! Det finns inga rullstolar att låna från terminalen. De som har svårt att gå och behöver hjälp, måste ha en egen assistent med på resan.

Glöm inte ta med godkänt ID-kort eller pass.

Sista anmälningdag: 22 augusti. Anmälan är bindande

Arrangör: Stockholmsavdelningen

* * *

Ledsagare finns med vid samtliga aktiviteter.

Info för

Musik-kaféer:

- * Pris: 60:- för medlem, 70:- för icke medlem
- Betalas på plats eller via Swish.
- * Kaffe/te och smörgås serveras

Lunchträffar / Pub-kvällar:

- * Var o en betalar för sig själv.

Anmälan till Söder om Söder / Stockholmsavdelningens träffar/resor görs till: Majvor de Chasseur, 070-528 50 69 eller Ulla Kjellvinger, 073-394 24 64.

Nu stundar en lång skön sommar!

Ta tillfället i akt och hemestra. Ut och upptäck vår vackra huvudstad.

Resa med Waxholmsbolaget

Du som har ett färdtjänstkort åker utan kostnad på Waxholmsbolagets båtar. Ditt färdtjänstkort gäller för dig och en egen medföljare. Vill du ha hjälp under färden så finns fartygets besättning alltid till hands, både ombord och vid på- och avstigning.

På Waxholmsbolagets tillgänglighetsnummer: 020 - 120 20 22 kan du prata med personer som, i samarbete med funktionshinderorganisationer, är specialutbildade i tillgänglighet.

Ibland kan båten i tidtabellen bli utbytt med kort varsel. För att få aktuell information om båtar och avgångar kontakta kundtjänsten: 08 - 600 10 00.

Läs mer om tillgängligheten ombord på Waxholmsbolagets fartyg: <https://waxholmsbolaget.se/info/tillganglighet2/tillganglighetsbolaget> eller scanna QR-koden så kommer du in på samma webbsida.



Ledsagning vid byten mellan land- och sjötrafik

Du kan få ledsagning mellan Waxholmsbolagets båtar och SL-trafiken på sju bytespunkter i länet.

Ledsagaren har inte möjlighet att hjälpa dig att bära ditt bagage. Ledsagningen är kostnadsfri.

Beställ ledsagning minst en timme i förväg på telefonnummer 020 - 120 20 22.

Läs mer på SLs webbsida: <https://sl.se/reseplanering/tillganglighet/ledsagning-och-barhjalp-i-sl-trafiken/ledsagning-mellan-batar-och-ovrig-sl-trafik/> eller scanna QR-koden så kommer du in på samma webbsida.



Organisation och opinion:

Inte OM krisen kommer. NÄR krisen kommer.

Det svenska samhället och stora delar av världen i övrigt befinner sig i ett oroligt skede. Delar av den oron har i Sverige lagts på risknivå 4 av 5. Man kan säga, att riskerna med plötsliga terrorangrepp får anses ligga inom risknivå 4. Med dessa rader följer några personliga funderingar kring ett tema, som mångas tankar rör sig kring; nämligen krisberedskap. Mycket händer/ har hänt och kommer att hända. Utan att vi som personer kan göra något ogjort. Det är en oro, som du och jag lever med. Kan det vara värt att träffas kring det?

Kan den summerande oron, som vi skapar om vi träffas, ge några förutsättningar för ett konstruktivt sätt att tänka och tillsammans leva tryggare i?

Påstående: Inte OM krisen kommer. NÄR krisen kommer. Generellt har vi fått ett hårdare samhällsklimat. Ett klimat som präglas av antipati – just nu i hatet mot mogulhärskaren Putin – en viljelös situation; vad kan jag göra? Har jag någon roll?

Jag tycker vi är i ett läge där vi måste få transparens i samhällets olika kompetens-/ beslutsnivåer. Finns det en krisplan eller kommer den? Har vi ett förtroendekapital, som skapar trygghet i vardagen? Finns det någon krisplan? Hur gör vi när krisen kommer? Det kommer inte finnas utrymme att drabbas av apati. Du måste klara dig själv. Ta ett samlat grepp och ta egenmakten. Eller kan vi etablera en krisgrupp som gör oss till realister i tilliten till varandra?

Ställer du frågan till kommunen, blir kommentaren minst sagt luddig. Tala med grannen eller att man förtröstansfullt väntar på "sesam öppna dig" - planen från den statliga MSB (Myndigheten för samhällsberedskap

och skydd). För i och med att Sverige fått komma in i Nato – i värmen tillsammans med Ungern och Turkiet, skickade regeringen revideringsuppdraget till MSB. Nu verkar krigs- och krisoron ha gått in i vänteläge. Vår svenska ankdamm förnekar sig inte.

11

En svensk minister anses peka med hela handen, när han i klartext talar om, att vi måste kunna ta hand om oss själva, när snöbomben kommer i april, meteorologen viftar med gul stjärna och vi bytt till somnardäck. OCH ändå ger vi oss ut på vägen, skapar kaos. Där samhällsapparaten inte synkroniserat resurserna, Är det ett sådant ansvarstagande vi i kriget ska vara införstådda med?

Den nyvalde finske presidenten Alexander Stubb konstaterar, att man i Finland inte ängslas, utan har förberett sig och är beredda. Vi har 200 år utan krig. De har dragits in i två världskrig och har den hårda vägen lärt. Beredskap.

Låt oss inte rädslas. Vi tar tag i situationen!

Hur ser DIN krisberedskap ut?

/ Olle Johansson

Kontaktuppgifter till DHR Region Stockholm

Kavallerivägen 30, 1 tr, 174 58 SUNDBYBERG (T-bana Rissne)



Telefon 08-120 556 80 / 070-092 21 70
Telefontid måndag-onsdag kl. 10-15 (lunch 12-13)

E-post regionstockholm@dhr.se

Webbplats www.dhr.se/stockholmslan

Regionsbloggen www.dhrstockholmslansblogg.com

Ingela Larsson 070 - 092 21 71 ingela.larsson@dhr.se

Sari Nykvist 070 - 092 21 73 sari.nykvist@dhr.se

Du kan även läsa
"DHR i Region Stockholm"
på vår webbplats och där
kan du ladda ner den som
PDF!

Du finner oss även på:

Facebook:
www.facebook.com/DHRRegionStockholm

Instagram:
www.instagram.com/dhr_regsthlm

X: www.twitter.com/DhrRegSthlm

Kontaktuppgifter till DHR-avdelningarna inom Stockholms län

DHR Botkyrka-Salem
070 - 449 08 70
botkyrka-salem@dhr.se
www.dhr.se/botkyrka-salem

DHR Huddinge
073 - 525 86 43
huddinge@dhr.se
www.dhr.se/huddinge

DHR Nacka-Värmdö
073 - 262 67 64, ordf.
nacka-varmdo@dhr.se

DHR Norrtälje
076 - 041 48 70, exp
norrtalje@dhr.se

DHR Nynäshamn-Haninge
08 - 520 205 40, exp
nynashamn-haninge@dhr.se
www.dhr.se/nynashamn-haninge

DHR Stockholm
08 - 564 826 50, exp
info@dhrs.se
www.dhrs.se

DHR Sundbyberg
073 - 610 67 28, ordf.
yvonne.bjorkman@
dhr.se

DHR Södertälje
073-042 05 32
(Kristian Hjertkvist)
sodertalje@dhr.se
www.dhr.se/sodertalje

DHR Tyresö
tyreso@dhr.se
073 - 694 48 62, ordf.
www.dhr.se/tyreso

DHR Täby
taby@dhr.se
www.dhr.se/taby



Tillsammans
fortsätter vi påverka