

**DELAKTIGHET
HANDLINGSKRAFT
RÖRELSEFRIHET**

DHR

i

Region Stockholm

NR 5 / 2023

Enkät om färdtjänst



**DHR-regions- och avdelnings-
träffar oktober-november**



Innehåll:

Styrelsens spalt	3	Rapport från våra aktiviteter:	9
DHR-regionens aktiviteter	4	Botkyrkadagen/ Tyresöfestivalen	
Vi behöver din hjälp: Färdtjänstenkät	5	Organisation - opinion:	10
Styrelseledamots presentation	5	DHR-avdelningarna inför förbundsmötet 2023	
Rapport från aktivitet: Konstrunda i T-banan	6	Rapport: Träff med Talla Alkurdi (S)	11
Smärtgruppen då och nu	8	Avdelningarnas aktiviteter	12
Sopor... en evig såpa	8	Utställning: SEX IS LIFE AV Bengt Elmén	14

Så här får du ditt exemplar

Om du lämnat din e-postadress får du tidningen till din e-post. Vill du fortsatt få pappersupplagan? Hör av dig till DHR-regionens kansli.

Är du osäker på om vi har din e-postadress? Hör av dig för vi tar tacksamt emot den och du får inte

bara tidningen utan snabbare och oftare meddelanden ifrån oss.

Du som inte har någon e-postadress får "DHR i Region Stockholm" med posten.

Ansvarig utgivare

Jaan Kaur

Layout

Ingela Larsson

Omslagsfoto:

Ali Reza Azarbad

Lena Haglöf

Utgivning 2023!

Nr

6

Manusstopp

19 november

Utgivningsdatum

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



Vägval

När detta skrivs är vi nära slutet på en märkligt sen sommar eller åtminstone varm sommaravslutning. Ska sommaren bli en glädjefylld tid som förskjuts år efter år? Hur än det blir med det så har hösten redan aktivitetsmässigt pågått en tid. Möten, kurser, politikeruppvaktning och andra evenemang har planerats och genomförts. Och tiden rullar på. I år fyller DHR 100 år.

Under dessa 100 år har vi stått inför och gjort flera viktiga vägval. Vi lämnade vanförestalterna och slog oss samman med Värnet som organiserade vanföra utanför anstalterna.

Fritid, semester, rekreation, kursverksamhet underlättades genom avdelningars sommarhem och vår hotellverksamhet. Våra hotell är sålda liksom många av sommarhemmen.

Idrotten har spelat en viktig roll hos oss. Det var hos oss en stor del av paraidrotten hade sin hemvist tills Svenska Handikappidrottsförbundet bildades.

Vi sökte oss in i maktens korridorer genom att välja riksdagsmän till förbunds-

ordförande. Den trenden bröts först då vi valde Kerstin Denkert, en kvinna med nedsatt rörelseförmåga ur våra egna led, till förbundsordförande.

I Malmö 2001 krisade det och hela Förbundsstyrelsen avgick. Det handlade om företräderskapet och att förbundets ordförande måste ha nedsatt rörelseförmåga. När flera ombud ifrågasatte denna princip avgick styrelsen.

Min första kontakt med DHR, eller DVR som vi hette då, skedde när förbundet hade 33 år av verksamhet att se tillbaka på. Så från min första vistelse hos syster Elsa på DVR:s barnkoloni i Vejbystrand har DHR spelat en viktig roll i mitt liv i 67 år! Som medlem, som förtroendevald och som

anställd.

Jag har så många minnen av förebilder, gemenskap, kamp och utveckling. Av glädje och framgångar. Men också av misslyckanden, svek och förtvivlan. DHR är ju en del av folkrörelseSverige på gott och ont. (Mest på gott.)

DHR:s storhetstid är kanske över, eller har åtminstone satts på vänt.

Nu står vi inför ett nytt vägskäl att försöka anpassa vår organisationsstruktur så att vi får en stark lokal och regional röst och förankring.

Kära ombud. Det vilar ett tungt ansvar på era axlar. Lycka till!

/ Jaan Kaur,
DHR-regionens ordförande



Det här planeras i DHR-regionen under oktober - november 2023

Till våra träffar är alla välkomna - medlem eller ej och du anmäler dig till DHR-regionen. En del av träffarna gör vi i samarbete med DHR-avdelningar och i möjligaste mån som hybrid-träffar (står det ej i inbjudan och du inte kan ta dig till platsen - hör av dig så kan vi kanske ordna så du får vara med digitalt i alla fall.)

OKTOBER

Måndag 2 oktober
Arbetsutskottsmöte

* * *

Onsdag 4 oktober
Datakurs - Botkyrka-Salemavdelningen
ABF-huset, Norsborg

* * *

Torsdag 5 oktober
Jesper Odelbergs föreläsning
Hallunda Folkets Hus

* * *

Måndag 9 oktober
Styrelsemöte

* * *

Onsdag 11 oktober
Datakurs - Botkyrka-Salemavdelningen
ABF-huset, Norsborg

* * *

Torsdag 26 oktober kl 13-15
Smärtcirkeln
DHR-Regionen,
Kavallerivägen 30, Rissne

* * *

Torsdag 26 oktober
Pub-kväll - Täbyavdelningen
The Public Täby

* * *

Tisdag 31 oktober
Tjej-/Kvinnokväll
DHR-regionen,
Kavallerivägen 30, Rissne

* * *

NOVEMBER

Måndag 6 november
Arbetsutskottsmöte

* * *

Måndag 13 november
Styrelsemöte

* * *

Torsdag 30 november kl 13-15
Smärtcirkeln
DHR-Regionen,
Kavallerivägen 30, Rissne

* * *

Torsdag 30 november kl 18.30-19.30
Seminarium
"Välgörenhet - Solidaritet under 100 år" - Botkyrka-Salemavdelningen
ABF-huset, Norsborg

* * *

Träffinbjudningar kommer per e-post. Är du osäker på om du har lämnat din e-postadress hör av dig till kansliet.

Har du ingen mejl-adress men vill få DHR-regionens inbjudningar? Hör av dig till DHR-regionens kansli om du är intresserad av att få våra inbjudningar per post i fortsättningen. Datumerna är preliminära tills inbjudan läggs ut på vår webb och sociala medier men du kan anmäla dig redan nu. Vi hör av oss om något skulle ändras. På DHR-regionens webbplats den preliminära verksamhetsplanen vilken uppdateras allt eftersom.

Vi behöver din hjälp:

Enkät om färdtjänst

DHR Region Stockholm har gjort en digital enkät om tidspassning och om din upplevda trygghet under resan.

Det vore toppen om du vill och kan svara på enkäten som är anonym. Eftersom den är anonym så kan du inte skriva fritext i svaren du lämnar till oss. Däremot kan du om du vill kontakta oss på kansliet för att lämna ytterligare synpunkter.

Synpunkter som vi tar med oss i vårt arbete för en bättre färdtjänst.

Hjälp oss gärna att sprida länken till enkäten:
<http://sr.artologik.net/dhr/dhrregionsthlfardtjanst>.

Tack på förhand!

/ Sari Nykvist



**"VI BEHÖVER
VARA LYHÖRDA
FÖR VARANDRA!"**

En ny styrelseledamot presenterar sig

**Hej jag heter Tania Laserna och är 46 år!
Jag har haft min skada sen födseln och har varit aktiv i olika funktionshinderorg under nästan hela mitt liv.**

När jag var 20 år fick jag veta att jag har dyslexi så jag lever både med ett synligt funktionshinder och ett dolt.

Jag fick som vuxen veta att jag har väldigt stora kognitiva svårigheter som jag nu har förstått beror på både min dyslexi och min CP-skada.

Jag har tidigare varit aktiv i DHR ung (nuvarande Unga Rörelsehindrade).

Det jag är intresserad av när det kommer till intressepolitik är den etiska biten. Att vi inom organisationen är lyhörda för varandra för då visar vi

utåt vad vi vill ha för klimat i samhället. I övrigt är jag intresserad av allt och jag vill jobba med frågor jag inte kan så mycket om för att lära mig.

Jag har pluggat genusvetenskap och socialt arbete på Universitetet och har även varit politiskt aktiv.

Mina intressen i övrigt är att läsa böcker, träna på gym och vara ute i naturen.

/ Tania



Rapport från våra aktiviteter:

Stockholms Tunnelbana = världens längsta konstupställning

Stockholms tunnelbana kallas ofta för världens längsta konstupställning. Den 6 september 2023 anordnade DHR-regionen en guidad konstrunda utefter T-banans blå linje. Vilken fantastisk upplevelse! Vi var ett 10-tal medlemmar som deltog i denna konstrunda och det gick alldeles utmärkt att med rullstol ta sig ombord på tunnelbanevagnarna.

6 Vår guide var **Marie Andersson, konstvetare** som i mer än 20 år har arbetat på olika sätt med konsten i tunnelbanan. Så kunnig och så intressant att lyssna till.

Vi började vår resa på station **Kungsträdgården** som av många anses vara den vackraste. Konstnären Ulrik Samuelsson har här skapat en kungsträdgård under jord. Stationens färger i grönt, rött och vitt för tanken till den barockträdgård som en gång fanns här.

För den som tittar upp i taket när hen åker rulltrappa upptäcker ett stort klaviatur. Det berättar att musikmuseet ligger i närheten.

Här fick vi bland annat veta att de betongskulpturer som finns är kopior av de som står uppe på Riddarhusets tak. På stationens väggar finns ett antal maskaroner (stiliserade grinande ansikten) och skulpturer från palatset Makalös som byggdes på 1630-talet av Jakob De la Garidie.

På några ställen finns fossiler infällda i golvet som ska påminna om Kungsträdgårdens historia. På andra ställen finns stora burkkapsyler – vår tids fossiler, hävdar konstnären.

I ena plattformsändan finns en bit av en almstam i betong med sågmärken. Den ska påminna om almstriden 1971. Man började såga ner almarna men folket protesterade och politikerna ändrade sitt beslut angående placeringen av uppgången. En påminnelse om att det faktiskt går att ändra på redan fattade politiska beslut. **En sak att ta med oss i vårt rättighetspolitiska arbete.**

I stället för den tänkta uppgången byggde man en 30 meter lång gång. Med föremål som är deponerade av Stockholms stadsmuseum har konstnären lyckats gestalta ett slags arkeologisk utgrävningsplats.

Från Kungsträdgården åkte vi en station till **Rådhuset**.

Här heter konstnären Sigvard Olsson.

"V
197
FO
EN
AT
GÅ
DÅ



VID ALMSTRIDEN I PROTESTERADE LILKET VILKET ÄR PÅMINNELSE OM ATT DET FAKTISKT ÄR ATT ÄNDRA RE- AN FATTADE BE- SLUT”.

Hans skissförslag till stationen bestod av en puderdosa och fyra A4-sidor text och tre färgprover. Enligt konstnären är den rosa färgen exakt den färg som

inne i Atlasbergen i Nordafrika.

På den här stationen hittar man olika spår av den verksamhet som varit på Kungsholmen. Vid uppgången mot Bergsgatan sitter en rad korgar med skylten ”Korgar 1700- och 1800-talets viktigaste kasse”. Till höger om rulltrappan kan man skymta skinnbalar. Detta påminner om att det en gång i tiden var garvarna som höll till på Kungsholmen. Garverier fanns kvar fram till 1905.

I en av tunnlarna finns en vacker portal som är skulpterad på plats, fritt efter en portal på Vadstena slott. I mittvalvet hänger två stora kängor. På skylten bredvid står ”Lyckans galoscher från Hantverkargatan”.

Därefter åkte vi två stationer och kom då till **Stadshagen**.

Stationen invigdes 1975 och här är det Lasse Lindqvist som är konstnären. Här har man behållit idén om grå grotta och bilder på spårväggarna.

Stationens idrottsmotiv anknyter till idrottsplatsen ovan jord. Bilderna har kompletterats under årens lopp. Idag finns det sex bilder, tre med sommar-

drotter och tre med vinteridrotter. Konstnären har målat bilderna på veckad aluminiumplåt, så att man får känslan av att idrottarna rör på sig. Sommaridrotterna som visas är modern femkamp, landskamp i fotboll på 1970-talet och två olika scener från en friidrottsarena. Vinteridrotterna är olika skidsporter. Vad man ser beror på var på plattformen man står.

På **Stockholms Central** är stationen målad i blåa nyanser av den fina anledningen att blå färg har en lugnande effekt och just här är människor ofta som mest stressade.

Hela tiden fanns det intressanta kopplingar till varför konstnärerna har skapat olika skulpturer eller målningar på de olika stationerna.

Det var en mycket intressant och givande eftermiddag och vår vackra huvudstad består av hela 94 stationer smyckat av konst, så för den som är intresserad av konst är det bara att gå under jorden!

Är du nyfiken att läsa om konsten i tunnelbanan så finns boken ”En guide till konsten i tunnelbanan” skriven av Marie Andersson och med foto av Hans Ekestig

/ Lena Haglöf och Anna Westerberg

Smärtgruppen då och nu

I mitten av 90-talet hade DHR över hundra medlemmar som angav smärta som orsak till sitt medlemskap. Ett nätverk bildades på förbunds nivå och ett antal resurspersoner utsågs.

Vi i nätverket ville lära oss om smärtans orsaker och hur man ska förhålla sig till långvarig smärta, det som tidigare kallades kronisk smärta. Det ordnades riksomfattande konferenser varje år med föreläsare som tog upp aktuella frågeställningar, ofta på hotell med tillgång till varma bassänger. Så småningom startades lokala smärtgrupper över hela landet.

Vi i DHR-regionens smärtgrupp bjuder in föreläsare och tipsar varandra om aktuell och upplysande litteratur. Smärtgruppen här har funnits i över 25 år och många böcker i ämnet har vi avverkat. Gruppens storlek har varierat men temat består. De senaste åren har vi hållit till i DHR-regionens lokaler i Rissne där vi möts under trivsamma former och läser

och diskuterar några sidor i aktuell "smärtbok". Namnet smärtcirkel är diskutabelt för vi talar om mycket annat också och skrattar ofta. Det viktiga är att vi lär oss om förhållningsätt som kan hjälpa oss att hantera smärtproblematiken

/ Inger Blom

Böcker som vi haft i cirkeln är bland andra:

- ◇ Sluta grubbla börja leva, Steven C Hayes, Spencer Smith
- ◇ Överlista smärtan, Karsten Ahlbeck, Karin Hjulström
- ◇ Att leva med smärta: ACT som livsstrategi, Rickard Wicksell
- ◇ Att leva är mer än att överleva, Lars-Göran Ottosson (kan finnas på bibliotek)



Sopor – en evig såpa..

Farligt och skrymmande avfall kan inte längre hämtas i bostaden utan kostnad för oss som är funktionsnedsatta och har Färdtjänststillstånd.

Svoa/Stockholm Vatten och Avfall har



slutat med den nätsökningsbara avgiftsfria tjänsten. Följande förklaring har jag fått efter förfrågan per mejl: "Innan 2023 kunde personer med funk-

Rapport från våra aktiviteter:

Botkyrkadagen och Tyresöfestivalen

Söndag den 27 augusti deltog DHR Botkyrka-Salemavdelningen tillsammans med DHR-regionen på Botkyrkadagen som är en familjedag i Hågelby-parken som ligger i Tumba. Precis som förra året deltog vi med informationstålt och Rulleloppet som är ett tillfälle för barn att testa att köra rullstol.

Alla barn som testade att köra rullstol fick diplom. Förutom att köra rullstol fick barnen ballonger och godis. Föräldrarna och andra vuxna fick skriften "100 år av frigörelse". Vi delade även ut reflexer och nyckelband och bjöd alla på DHR-karameller. De som besökte vårt tält hade också möjlighet att ta en gratislott och vinna en biljett för två personer till musikföreställningen "INTE HELT 100" som går av stapeln den 5/10 i Hallunda Folkets Hus.



Lördagen den 2 september deltog DHR Tyresöavdelningen tillsammans med DHR-regionen på Tyresöfestivalen vilket hölls i och omkring Stadsparken i Tyresö. Detta var första gången vi deltog. Tyresöfestivalen anordnades för trettonde året i rad – hela Tyresös fest som har mångfald och omtanke som stående ledord. Även denna gång deltog vi med informationstålt och Rulleloppet.

Rulleloppet var mycket uppskattat och Zakettkillarna hade fullt upp.

Åter på kansliet drog vi vinnaren för både Botkyrka-dagen och Tyresöfestivalen. Jaan Kaur, DHR-regionens styrelse drog lott och lottningen livesändes på facebook. Därefter ringdes vinnaren upp för att få veta att de vunnit en biljett var för två personer till föreställningen med Jesper Odelberg och BANDET GÅR, den 5 oktober i Hallunda Folkets Hus.

* Bilderna på Tidningens omslag är tagna vid dessa två tillfällen.

tionsnedsättning, berättigade till färdtjänst, kostnadsfritt beställa hämtning av miljöfarligt avfall upp till fem tillfällen per kalenderår. 2023 lyftes särregeln bort för att undvika problem med förfrågan av intyg och de gdpr-regler som då ska beaktas (registrering av funktionsvariationer). Från 2023 får alla i samhället, på lika villkor, betala för hämtning av farligt avfall från hemmet. Vidare ansågs att särhantering för en särskild grupp i samhället inte bör finansieras

av avfallstaxan utan via de system som finns till stöd för dessa personer – LSS mm”

En ny miljöstation har testats med rullstol och rapporterats till Svoa. Den tar bara små farliga föremål som läggs i liten plastlåda.

/ Louise Lindström

DHR Stockholmsavdelningen
Tidigare ordförande i Bostadsbolagens FHR
ledamot av bland annat SBR:s FHR

Organisation - opinion:

DHR-avdelningarna inför förbundsmötet 2023

Min avdelning som bildades 1967 har nyss genomfört en flyttning till ny lokal i Nacka, kallad Tillgänglighetsforum, tillsammans med kommunens övriga funktionshinderorganisationer. Under några veckor har jag därför grävt ner mig i årtiondens sparade dokument för sortering och för att samtidigt upptäcka vad avdelningen en gång varit och en gång gjort.

En samling ambitiösa dokument före datoriseringens omvandling av föreningslivets kamerala plikter, visar ett slags personligt åtagande bland medlemmar och förtroendevalda. En slags tillhörighet till en förening som sakta urholkats och som nu endast lever i spridda öar med allt svagare underlag. Och egentligen är det inget märkligt med det. Våra slumrande avdelningsöar måste inte bevaras till varje pris eftersom de inte längre hittar ny livskraft med ett förnyat underlag.

Min översiktliga genomgång av avdelningens sparade information och dokument påminner mig om hur ofta DHR:s organisatoriska frågor tagits upp genom åren och blivit utredda i olika beslutsforum. 2010-talet tycks ha varit ett särdeles förändringsbenäget decennium, där jag själv delvis också varit involverad. Som om

vår organisation på senare år tycks ha saknat stadga och varit utsatt för medlemsavgång, osäkerhet och påfrestningar som krävt olika slags förändringar, mindre eller större.

Vi har i nutid fått många beskrivningar av tillståndet i vår organisation och många avdelningar har lagts ned eller väntar på att göra det. Och vi har inga goda alternativ att erbjuda de medlemmar vi lämnar efter oss. Den arbetsgrupp inom förbundet som gjort en översyn av förutsättningarna att driva DHR vidare, förordar att stanna kvar i nuvarande organisationsform. För att kompensera en utebliven förändring vill man försiktigt förnya arbetsformerna med föreningslivets självklara lösningar – bättre kommunikation mellan DHR-nivåerna, utbildningar och bemötandet av medlemmarna. Vad remissvaren och extern stimulans tillfört arbets-

gruppen känner vi inte till. Vid min egen rundlyssning bland medlemmar om 15-punkts-förslaget till förbundsmötet att stärka och modernisera DHR:s organisation, finns en markant uppgivenhet. Som om man inte tror att förslagen är tillräckliga byggstenar för att skapa något nytt och framåtsyftande.

Det enda avsnitt i förslaget till förbundsmötet som handlar om organisationsstruktur och öppnar för antydda förändringar, är att undantagsvis överge de tre DHR-nivåerna för att få en ökad flexibilitet att bilda nytt eller ta bort något där gammal struktur blivit hindrande. Att göra det enklare att bilda nya avdelningar och regioner utan avdelningar eller att ha distrikt som utgörs av endast avdelningar eller dessutom bilda större sammanslagna distrikt/regioner.

Det jag dock saknar bland dessa förslag är en nödvändig diskussion om medlemstillhörigheten. Att kunna bli medlem i distrikt/region måste bli en självklarhet där ingen tänkbar avdelning finns att vara medlem i. Och i en svag avdelning som inte kan erbjuda någonting till medlemmar eller är på väg att läggas ned, måste medlemskap i distrikt/region bli möjligt. Vi kan inte tala om ett reellt

medlemskap när en avdelning inte har något att erbjuda. Om DHR-strukturen blir möjlig att förändra måste också medlemskapet bli friare att förlägga där aktiviteter pågår och ger mervärde åt medlemmen. Våra regioner kan bli de nav kring vilka verksamhet kan byggas och

medlemmar samlas. Att decentralisera nuvarande förbundsåtaganden skulle kunna ge oanade effekter.

DHR:s arbete är värt en ökad organisatorisk mångfald och här måste förbundsmötets ombud vara en drivande kraft och diskutera en nödvändig förändring.

Gör därför förbundsmötet till ett tillfälle där vi vrider och vänder på idèer som kan göra vår organisation till ett attraktivt mötesforum! Då kan också övriga förslag från arbetsgruppen få större genomslag.

/ Gunder Wählberg,
Nacka-Värmdö

Förbundsmötet hålls i år först digitalt den 13-18 oktober via **Votelt** för att sedan fortsätta på plats i Göteborg den 20-22 oktober. DHR-regionens förbundsmötesombud är: Anna Westerberg, Daniel Pollak, Ingela Larsson, Lena Haglöf, Magnus Lindmark och Yvonne Björkman

Du kan ta del av handlingarna på DHRs webbplats:
<https://dhr.se/forbundsmote-2023/>

Rapport:

Träff med Talla Alkurdi (S), Hälso- och sjukvårdsregionråd för Region Stockholm

11

Den 31/8 träffade vår ordförande Jaan Kaur, Yvonne Björkman och Olle Johansson Talla Alkurdi (s), region Stockholms Hälso- och sjukvårdsregionråd.

Frågor som bland annat togs upp var högkostnads-kort för hjälpmedel och avgifter för hjälpmedel. Ett högkostnadskort ska komma, men när avgifter för vissa hjälpmedel till exempel elrullstolar skulle tas bort, kunde man idag inte säga när det kommer att ske igenom att den ekonomiska situationen är svår i vår region på grund av bland annat den höga inflation som är nu. Samt att regeringen hittills inte givit några bidrag till sjukvården.

Vi pratade också om

BOSSE - Råd, Stöd & Kunskapscenter. Att vi är glada att BOSSE kommer finnas kvar, men vår oro om att det inte kommer finnas möjlighet till sjukresor och pengar till tolk kostnader.

Vi tog också upp den fysiska tillgängligheten på sjukhusen och vårdcentraler, att det inte finns liftar och vågar för oss som har behov av det.

Vi pratade också om bristen av kvinnosjukvård för kvinnor med funktionsnedsättningar, tillgängliga ginstolar och mammo-

grafin med mera.

Vi pratade om att människor väljer bort att träna på grund av färdtjänstbiljetterna inte räcker, det blir i förlängningen dyrare för sjukvården.

Vi pratade också om habiliteringen. Att vi idag blir gamla och den kunskapen har man inte.

Vi hade fyrtio minuter tillsammans, jag upplever att mötet blev bra och diskussionerna kommer att fortsätta.

/ Yvonne Björkman, styrelseledamot i DHR-regionen

På gång i regionens DHR-avdelningar:

DHR-avdelningar i Stockholms län bjuder in:

OKTOBER

Söndag 8/10
kl 12.00-15.00



Trivselbingo

Spånga Folkan, Spångavägen 353

Vi spelar alltid på brickor med stora siffror. I pausen informerar vi om kommande aktiviteter. Dricker kaffe/te med hembakat bröd.

Två lotterier med fina priser.

Bindande anmälan till: Karin Lemberg, tel 073-618 45 33 eller till Gunvor Hersén, tel 070-771 39 17

Arrangör: Bingokommittén Västerortssektionen, DHR Stockholmsavd.

* * *

Måndag 16/10
Kl 16.00 - 18.30



Pub-kväll

Restaurang Hjälmarén, Hjälmarsvägen 43, Årsta

Färdtjänstadress: Hjälmarsvägen 37, Årsta

Sista anmälningsdag: onsdag 11 oktober. Anmälan är bindande.

Arrangör: Stockholmsavdelningen

* * *

Måndag 23/10
Kl. 12.30-15.00



Lunchträff

Restaurang Hjälmarén, Hjälmarsvägen 43, Årsta

Färdtjänstadress: Hjälmarsvägen 37, Årsta

Var och en betalar för sig själv på plats

Sista anmälningsdag: 18 oktober. Anmälan är bindande.

Arrangör: Söder om Söder, DHR Stockholmsavdelningen

* * *

Onsdag 25/10
Kl. 18.00-21.00



Musik- pubafton

Rådsalen, Rådstuguvägen 19, Huddinge

Anmälan senast den 20/10 till: Giggi Kaur, tfn 070-753 13 55, mejl: giggi.kaur@gmail.com

Arrangör: DHR Huddingeavdelningen

* * *

Fredag 27/10
kl 17.00-21.00



Höstträff

Spånga Folkan, Spångavägen 353

Mat och film

Bindande anmälan till: Karin Lemberg, tel 073-618 45 33 eller till Gunvor Hersén, tel 070-771 39 17

Arrangör: Bingokommittén Västerortssektionen, DHR Stockholmsavd.

* * *

Lördag 28/10
KI 13.00-15.30



Musik-kafé

(Plats ej klart)

Kaffe/te och smörgås serveras

Sista anmälningdag: tisdag 24 oktober. Anmälan är bindande.

Arrangör: Söder om Söder, Stockholmsavdelningen

* * *

NOVEMBER

Söndag 12/11
KI 12.00-15.00



Trivselbingo

Spånga Folkan, Spångavägen 353

Vi spelar alltid på brickor med stora siffror. I pausen informerar vi om kommande aktiviteter. Dricker kaffe/te med hembakat bröd.

Två lotterier med fina priser.

Bindande anmälan till: Karin Lemberg, tel 073-618 45 33 eller till Guvor Hersén, tel 070-771 39 17

Arrangör: Bingokommittén Västerortssektionen, DHR Stockholmsavd.

* * *

Lördag 18/11
KI 13.00-15.30



Musik-kafé

Nya Rågsveds Folkets Hus, Rågsvedstorget 11 i Rågsved

Kaffe/te och smörgås serveras

Pris: 60 :- för medlem, 70:- för icke medlem.

Betalas på plats eller via Swish.

Sista anmälningdag: tisdag 11 november. Anmälan är bindande

Arrangör: Söder om Söder, Stockholmsavdelningen

* * *

Måndag 23/10
KI. 12.30-15.00



Lunchträff

Restaurang Hjälmarén, Hjälmarsvägen 43, Årsta

Färdtjänstadress: Hjälmarsvägen 37, Årsta

Var och en betalar för sig själv på plats

Sista anmälningdag: 18 oktober. Anmälan är bindande.

Arrangör: Söder om Söder, DHR Stockholmsavdelningen

* * *

Måndag 20/11

Pub-kväll

KI 16.00 - 18.00

Restaurang Hjälmarén, Hjälmarsvägen 43, Årsta

Färdtjänstadress: Hjälmarsvägen 37, Årsta

Sista anmälningdag: onsdag 15 november. Anmälan är bindande.

Arrangör: Stockholmsavdelningen

* * *



Vänd för fler aktiviteter i avdelningarna

Torsdag 23/11
Kl. 18.00-20.00



Ärtsoppa och pannkakor

Rådsalen, Rådstuguvägen 19, Huddinge

Anmälan senast den 18/11 till: Giggi Kaur, tfn 070-753 13 55,
mejl: giggi.kaur@gmail.com

Arrangör: DHR Huddingeavdelningen

* * *

**Lördag 25/11-
Söndag 26/11**



Julbordsresa

Samling i Vikingline Terminalen Stadsgården kl 16.00

Båten avgår kl 17.00. Åter vid Terminalen söndag kl 14.00.

Pris 600:- för medlem 800:- för icke medlem. Betalas in på avd BG 710-9333.

I priset ingår resa, hytt, julbordsbuffe samt julbrunch.

OBS! Ta med med godkänd ID-handling.

Sista anmälningsdag: fredag den 20 oktober

Arrangör: DHR Stockholmsavdelningen

* * *

Måndag 27/11
Kl. 12.30-15.00



Lunchträff

Bagarmossens Tapas (samma hus som ICA), Lagaplan 5

Färdtjänstadress: Lillåvägen 43, Bagarmossen

Var och en betalar för sig själv på plats

Sista anmälningsdag: onsdag 22 november. Anmälan är bindande.

Arrangör: Söder om Söder, DHR Stockholmsavdelningen

* * *

Utställning på Huddinge Kulturhus:

SEX IS LIFE

AV BENGT ELMÉN

Bengt Elmén, medlem i DHR, är tillbaka hos Folkes på Kulturhuset i Huddinge med en ny utställning. Den här gången fylls väggarna återigen av humor men temat är "Sex is life".

Bilderna har skapats av konstnären med hjälp av personliga assistenter och har kommit till under de senaste två åren. Bengt Elmén är kreatör-

ren, idésprutan och regissören – assistenten för pennan över papperet eller ritplattan, penseln över pannån.

Det är satirbilder och serier i svartvitt och färg med många dråpliga och avslöjande situationer. Nytt den här gången är också att alla texter är

Lördag 9/12
Kl 13.00-16.30



Adventskafé

Bagarmossens Folkets Hus, Lillåvägen 44
Pris: 80 :- för medlem, 90:- för icke medlem.
Betalas på plats eller via Swish.

Sista anmälningdag: torsdag 30 november

Arrangör: Söder om Söder, Stockholmsavdelningen

* * *

Lördag 16/12 -
Söndag 17/12



Julbordsresa

Samling i Vikingline Terminalen Stadsgården kl 16.00

Båten avgår kl 17.00. Åter vid Terminalen söndag kl 14.00.

Pris 600:- för medlem 800:- för icke medlem. Betalas in på avd BG 710-9333.

I priset ingår resa, hytt, julbordsbuffe samt julbrunch.

OBS! Ta med med godkänd ID-handling.

Sista anmälningdag: fredag den 10 november

Arrangör: Söder om Söder, DHR Stockholmsavdelningen

* * *

Ledsagare finns med
vid samtliga aktiviteter

Alla är välkomna till samtliga träffar
- medlem som icke medlem!



Anmälan till Söder om Söder och Stockholmsavdelningens träffar görs till: Majvor de Chasseur tfn 070-528 50 69 eller till Ulla Kjellvinger tfn 073-394 24 64

15

på engelska vilket är en väg att nå ut till en bredare publik, nationellt och internationellt. Många av bilderna finns redan till exempel på Instagram.

Förra gången fyllde Bengt väggarna med 150 verk. Den här gången blir det en något mindre men mer tillspetsad utställning.

Vem är då Bengt Elmén?

"Jag har varit aktivist i hela mitt liv. När man som jag är född med en cp-skada så blir det naturligt

att försöka påverka människors förhållningssätt. Därför har jag varit författare, föreläsare, mentor, filmskapare, youtuber och sedan sju år har jag valt att göra satirteckningar", säger Bengt, och fortsätter: "Med de här bilderna vill jag bidra till kåtheten i Huddinge och ett mer avslappnat tankesätt kring vår sexualitet."

Platsen för utställningen är Huddinge Kulturhus, Paradistorget 10 eller Sjödalstorget 1.

Utställningen pågår till den 25 oktober men återkommer därefter den 4 december och fortsätter till den 31 januari 2024.

För frågor, pressbilder med mera, kontakta Bengt Elmén per mejl: mail@bengtelsen.com

Kontaktuppgifter till DHR Region Stockholm

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



Telefon 08-120 556 80 / 070-092 21 70

E-post regionstockholm@dhr.se

Webbplats www.dhr.se/stockholmslan

Regionsbloggen www.dhrstockholmslansblogg.com

Ingela Larsson

08 - 120 556 81
070 - 092 21 71

ingela.larsson@dhr.se

Sari Nykvist

08 - 120 556 83
070 - 092 21 73

sari.nykvist@dhr.se

Du kan läsa **DHR** i **Region Stockholm** på vår webbplats, där kan du även ladda ner den som PDF!
www.dhr.se/stockholmslan

Du finner oss även på:

Facebook: www.facebook.com/DHRRegionStockholm

Instagram: www.instagram.com/dhr_regsthlm

Twitter: 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
<http://www.dhrs.se>

DHR Sundbyberg

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

DHR Södertälje

08-550 119 60, exp
sodertalje@dhr.se
www.dhr.se/sodertalje

DHR Tyresö

tyreso@dhr.se
www.dhr.se/tyreso

DHR Täby

taby@dhr.se
www.dhr.se/taby

Tillsammans
fortsätter vi
påverka