

# DUV Vingen

## info



Kontoret är stängt under juli månad. Vid brådskande ärenden kan man ändå nå Jon och Muluken.

3 • 2024

De Utvecklingsstördas Väl i Mellersta Nyland

Parisgränden 2 A 3  
00560 Helsingfors

## Hej!

Försommaren med alla roliga evenemang gick i ett huj och i skrivande stund är det värmebölja och dags för lite semester innan alla roliga aktiviteter börjar igen i augusti.

Information om alla våra evenemang hittar du här i info-bladet men jag får ibland frågan om var information om våra klubbar finns. Vi har så rysligt många fina klubbar att all info om dem inte ryms i infobladet. Därför har vi ett Klubbhäfte. Det skickas snart hem till alla medlemmar och finns på vår webbplats. Läser du det hittar du säkert någon klubb som passar just dig!

Coronapandemin satte käppar i hjulet för vår 50-års jubileumsfest MEN nu kan jag äntligen berätta att den 30.11 blir det stor fest på Clarion Hotel i Helsingfors, boka datumet i din kalender redan nu så ses vi på höstens största fest!

Ha en riktigt skön sommar!

**Jon Jakobsson**

Verksamhetsledare



# Hälsningar från Parisgränden!

Klubblokalen finns på Parisgränden 2 A 3 i Helsingfors. Ledare kan kontaktas under klubbtid på kvällarna genom telefon 044 242 6622. Ansvarig ledare är Johanna Karlberg.

**Öppet Hus torsdagar kl. 18–20**

## September

- 5.9 Kräftskiva
- 12.9 Bingo
- 19.9 Spel- och pysselkväll
- 26.9 Vi bakar

## Oktober

- 3.10 Wii-bowling
- 10.10 Skivråd
- 17.10 Smyckesverkstad
- 24.10 Filmkväll
- 31.10 Halloweenfest

# Hälsningar från Grankulla

Föreningen har en klubblokal i Grankulla; Thurmansplatsen 10 C. Ansvarig ledare är Malena Ahlroos, telefon 044 533 9394.

**Öppet Hus onsdagar kl. 18–20**

## September

- 4.9 Mөлккү
- 11.9 Fyra mål & brännboll
- 18.9 Promenad runt Gallträsk
- 25.9 Kubb & petanque

## Oktober

- 2.10 Bordsspel
- 9.10 Skivrådet
- 16.10 Måla med vattenfärger
- 23.10 Pyssla med pärlor
- 30.10 Halloweenfest med Disco

## Lördagskväll i Grani

Sitt inte hemma, kom till Grani! Vi ordnar roligt program en gång i månaden klockan 17–19. Adressen är Thurmansplatsen 10 C.

Anmäl dig till Muluken senast torsdagen innan.

### Höstterminens program

- 14.9 Pizza
- 12.10 Musik
- 9.11 Bingo
- 21.12 Julmys

## Lördagskväll på Parisgränden

Kom med på en rolig lördagskväll! Vi ordnar program en gång i månaden klockan 17–19.

### Höstterminens program

- 28.9 Bingo
- 26.10 Pizza
- 16.11 Musik
- 14.12 Julmys

Anmäl dig till Muluken senast torsdagen innan.



## Karaoke

Vi träffas en gång i månaden på Pub Idän Piste, Åbohusvägen 14, och sjunger karaoke klockan 15–17. Anmäl dig till Muluken senast torsdagen innan.

**Höstens datum: 31.8, 21.9, 26.10, 23.11, 14.12**



## GYMNASTIK I GRANKULLA

Specialgruppen Raketerna fortsätter! Nu på hösten besöker vi en söndag i månaden klockan 11–12 Grankulla gymnastikförenings fina utrymmen i Grankulla bollhall.

Barn, familjer och vuxna är alla välkomna att komma med och pröva på jumpa i olika former. Adressen är Elevhemsvägen 11. Anmäl dig till Muluken senast torsdagen innan.

**Höstens datum: 8.9, 13.10, 10.11, 8.12**



# UTFÄRD TILL RÖNNSKÄR

**tisdagen 13.8  
klockan 17–20**

Kom med på utfärd till Rönnskär, en traditionell friluftssö som är känd för sin mångsidiga natur och fina stränder. Rönnskär ligger cirka 10 minuters båtresa från Havshammen i Eira. Vi tar båten vid Café Carusel (Havshamnsstranden 10) klockan 16.30 och är tillbaka 19.30. Vi får en guidad tur på ön och besöker caféet. Om vädret tillåter kan du ta dig ett dopp. Föreningen bjuder på båt-biljetter och guide men ta med lite fickpengar om du vill köpa något i caféet. Anmäl dig till Muluken senast 8.8.



## PADDLING i augusti

Paddling passar dig som tycker om att röra dig på havet och uppleva vattnets magiska kraft. Kanoterna är trygga och passar för alla oavsett stödbehov. Vi paddlar ut från Canoas strand, Bredviksvägen 4, Esbo.

Tisdag 6.8 klockan 18–20  
Torsdag 8.8 klockan 18–20  
Lördag 10.8 klockan 14–16

## PADDLINGSUTFÄRD lördag 17.8 klockan 10–16

Det blir traditionell paddlingstur med Espoon Kehitysvammatuki 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. Anmäl dig till Muluken senast 13.8.



# UTFÄRD TILL NYGÅRD

**lördagen 7.9 klockan 11–13**

Vår fritidsledare Maria Granqvist föder upp hästar på släktgården Nygård i Paipis i Sibbo. På gården finns många ponnyer och varje år föds 3–4 föl. Här kan barn pröva på att rida ponny och åka kärra. Du får också rykta och borsta hästarna och träffa den söta hunden Totti. Föreningen bjuder på lunch. Bussen startar från Kiasma 10.15 och vi är tillbaka 13.45. Adressen är Högmovägen 19. Anmäl dig och möjliga specialdieter till Muluken senast 2.9.



# MINIGOLF

**onsdagen 21.8 klockan 17–19**

Välkommen med och spela minigolf till Edesviken! 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.



## BIO PÅ KINO ENGEL

Vi hyr en hel salong på Kino Engel och bjuder våra medlemmar på familjefilmer! Adressen är Sofiegatan 4, Helsingfors. Vi har 30 platser så anmäl dig till Muluken så snabbt som möjligt.

**Söndagen 6.10 klockan 13.30–15.00 – Dumma mig 4**

**Söndagen 3.11 klockan 13.30–15.00 – Insidan ut 2**

DuvTeatern



## LIVSFARLIGT PÅ ALLVAR

lördagen 19.10 klockan 16



Hösten 2024 har pjäsen **Livsfarligt på allvar!** Ett svårtolkat mordmysterium premiär. DuvTeatern, Teaterhögskolan och Svenska Teatern skapar tillsammans en unik föreställning där publik och ensemble samlas kring frågan om hur vi kan förstå varandra lite bättre.

”Föreställningen Livsfarligt på allvar! är livsfarlig, på allvar. Två syskon har nyligen förlorat sina föräldrar och nu ska testamentet öppnas. Det urartar snabbt i en huvudlös härva av missförstånd och förvirring och innan man vet ordet av befinner sig publiken mitt i ett mordmysterium.”

Föreningen har 30 biljetter. Biljett + kaffe med dopp kostar 15 € för medlemmar och betalas in till föreningens konto innan föreställningen. Anmäl dig och möjliga specialbehov till Muluken senast 30.9.

## JUBILEUMSFEST

lördagen den 30.11

I höst är det äntligen dags för vår stora jubileumsfest på Clarion Hotel i Helsingfors! Boka datumet nu - mera information inom kort.

## VILLIKLUBI

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

Villiklubi arrangeras på bar & restaurang Feltbay i Lillhoplax, Tilkkalänken 7. 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.

**Höstens datum: 26.8, 23.9, 28.10, 25.11**



## PÅ GÅNG HOS ANDRA

### FDUV & FOLKHÄLSAN

#### Rekreativshelg för anhöriga och veckoslutsläger för barn 4–6.10

Du som är förälder till barn, ungdomar och unga vuxna med särskilda behov – kom med, stanna upp och ta en paus från vardagen! Det erbjuds utevistelse, ledda samtal och möjlighet till avkoppling i naturen. Var och en deltar i programmet enligt egna krafter och eget intresse.

Rekreativsdagarna ordnas på Villa Seasong på Norrkullalandet i Sibbo skärgård och är ett samarbete mellan FDUV och Folkhälsan. Läs mera på [www.seasong.fi](http://www.seasong.fi)

Samtidigt ordnas ett **veckoslutsläger** för familjernas barn och ungdomar med intellektuell eller annan funktionsnedsättning samt deras syskon. Lägret ordnas på utbildningscentret Sopukka i Sibbo

Läs mera och anmäl er på kalendern på FDUV:s webbsida: [fduv.fi/kalender](http://fduv.fi/kalender)

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

## VET DU SVARET?!

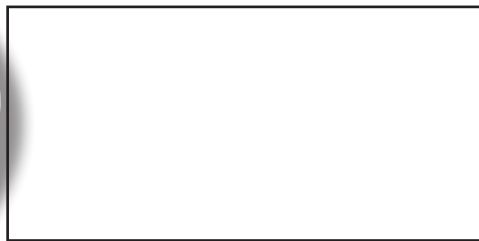
1. Var håller vi vår jubileumsfest den 30.11?
  - a) Clarion Hotel
  - b) Hotel California
  - c) Club Clearasil
2. Vad heter vår och Grankulla gymnastikförenings jumpagrupp?
  - a) Triksåerna
  - b) Trampolinerna
  - c) Raketerna
3. Till vilken ö far vi på utfärd i augusti?
  - a) Rönnskär
  - b) Lönnskär
  - c) Enskär

Hittar du svaren i infobladet?  
Skicka in svaren till  
[jon.jakobsson@duv.fi](mailto:jon.jakobsson@duv.fi) inom  
augusti och var med om  
utlottning av biobiljetter.  
Lugnagruppen på Octavens  
serviceenhet vann senaste  
tävlingen, grattis!

**DUV Vingen  
info 4 2024  
utkommer  
i september**

## Rätt svar DUV Vingen info 2 2024

1. Vart reser vi på spa-resa i augusti?
  - a) Pärnu
2. Vem kan du i år träffa på Finns sommartheater?
  - c) Baloo
3. Vad heter båten som tar oss till Svartholmen?
  - b) Walhalla



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)

Ombrytning och layout:  
LinnArt / Linnea Ekstrand

KONTAKTA OSS



Följ oss också  
på Facebook!