



Collage: Louise Lindström



**Med DHR Aktuellt
från Region Stockholm**

Detta händer i avdelningen

(med reservation för ändringar)

Vi planerar för aktiviteter men, om dessa är möjliga att genomföra vet vi ännu inte. Allt beror på läget med pandemin och på vad Folkhälsomyndigheten och riksförbundet rekommenderar. Mer information ges i kommande nummer av Nollåttan och på hemsidan, dhrs.se Styrelsen och kanslipersonalen arbetar oförtrutet men gör det hemifrån. Alla medlemmar i Stockholms läns distrikt är också välkomna att delta i aktiviteterna.

Dec 2021

Lör 18- Sön 19	Julbordsresa
-------------------	--------------

Jan 2022

Ons 12	Avdelningsstyrelsen sammanträder
Mån 31	Lunchträff
Mån 31	Sista dag att lämna in motion inför avdelningens årsmöte

Feb 2022

Sön 6	Bingo
Ons 9	Avdelningsstyrelsen sammanträder
Sön 20	Västerort årsmöte
Ons 23	Medlemsmöte, tema Nollåttans framtid
Sön 27	Musikkafé
Mån 28	Lunchträff

Mars 2022

Ons 9	Avdelningsstyrelsen sammanträder
Sön 13	Bingo
Sön 19	Musikkafé
Lör 26	Söder om Söders årsmöte Avdelningens årsmöte



Nollåttan 2022

(med reservation för ändringar)

	Utgivning	Manusstopp
Nr 1	V6	7 jan
Nr 2	V11	17 feb
Nr 3	V18	11 april

I Väntan på

Nr 4	V37	19 aug
Nr 5	V42	23 sept
Nr 6	V50	11 nov

Nästa nummer

Nummer 1/2022 kommer ut under andra veckan i februari och har tema framtiden.

Som medlem är du alltid varmt välkommen att skicka in material till tidningen. Redaktionsutskottet tar ställning till publicering och förbehåller sig rätten att redigera och att korta texten. En insändare bör inte vara längre än ca 800 tecken). Materialet mailar du till info@dhrs.se eller skickar per post till DHR Stockholmsavdelningen, Hammarby Fabriksväg 23, 120 30 Stockholm

Nollåttan

Sedan gammalt är Nollåttan ett fristående organ som avdelningsstyrelsen beslutar om när det gäller ekonomin.

Redaktionsutskottet har i uppdrag att svara för innehållet. Ansvarig utgivare har i uppdrag att se till att innehållet inte strider mot lagstiftningen och inte är kränkande.

Foton tagna av Zakett Ledsagning och DHR:s evenemangsansvarig.

Samtliga personer har godkänt fotografering.

Innehåll

- 2 Kalendarium
- 3 Ledare
- 5 Årsmöte
- 6 Att skriva en motion
- 8 Västerort 50 år
- 14 Korsord
- 15 Annonser
- 18 Kåseri
- 19 Västerort Bingo
- 20 Lunchträffar
- 21 Musikkafé
- 22 DHR Aktuellt Region Stockholm

Manusstopp för nr 1/2022 är 7/1
Utgivning februari V 6

Kontaktuppgifter

DHR Stockholmsavdelningen

Hammarby Fabriksväg 23

120 30 Stockholm

Bankgiro: 710-9333

Hemsida: dhrs.se

E-post: info@dhrs.se

Ordförande: Nisse Duwähl

Tfn: 073-981 99 34

E-post: nisse.duwahl@dhrs.se

Kansli

Kanslichef: Sebastian Nikula

Tfn: 073-981 99 54

E-post: sebastian.nikula@dhrs.se

Administratör: Gudrun Dahlgren

Tfn: 08 – 564 826 50 (må-to 09.00-13.30)

E-post: gudrun.dahlgren@dhrs.se

Ekonomi: Henric Stenström

Tfn: 070-258 78 94

E-post: henric.stenstrom@dhrs.se

Styrelsen

Nils Duwähl, ordförande

Tfn: 073-981 99 34

E-post: nisse.duwahl@dhrs.se

Magnus Lindmark, vice ordf, kassaförvalt.

Tfn: 070-687 19 60

E-post: mlindmark873@gmail.com

Marita Innergård, ledamot

Tfn: 070-282 18 62

E-post: marita.innergard@gmail.com

Amir Amirrazi, information, sektionsråds-

ansvarig. E-post: info@dhrs.se

Ulla Kjellvinger, resor och evenemang

Tfn: 073-394 24 64

E-post: ulla.kjellvinger@gmail.com

Valberedning: Yvonne Lindroos, Karin Lem-

berg, Pelle Westerlund, Saari Nykvist, Lena

Haglöf. E-post: info@dhrs.se

Nollåttan

Ansvarig utgivare: Sebastian Nikula

Redaktionsutskott:

Lena Haglöf

Louise Lindström

E-post: info@dhrs.se

Marknad & Annonser: Kansliet

Tryck: Bergs Grafiska.

**Nollåttan ges även ut som taltidning
och finns att läsa på hemsidan dhrs.se**

Lätt att hitta på webben, skriv bara

Nollåttan så när du tidningen direkt.



Ledaren

Det lackar mot jul och nytt år

Det gångna året har inneburit en hel del utmaningar för oss alla men nu börjar vi få i gång en del verksamhet som är efterlängtat av många. Det finns dock fortfarande problem som ställer till det för oss. Som många av er har märkt så är det stora problem med färdtjänsten, både rullstolstaxi och vanlig taxi. Många olika förklaringar finns på detta. Allt ifrån att det saknas förare till att en del åkerier har gått i konkurs så det råder bil- och förarbrist. Ett råd och en uppmaning till er alla är att granska kommande räkningar så att den missade bilen/ resan inte finns med. Den kommer med all sannolikhet finnas med för den försvinner inte med automatik av någon anledning som jag inte känner till. Ta kontakt med färdtjänstens kundtjänst om ni blivit fakturerade för en utebliven resa så den tas bort från räkningen.

Apropå räkningar så har jag blivit uppmärksam på av ett flertal medlemmar att de har fått ett brev med en räkning ifrån ett företag som heter Gravskötsel & omvårdnad i Sverige AB. Det bolaget verkar ha kommit över ett register över vilka som ansvarar för sina anhörigas gravar och skickar detta brev till dessa personer. Om ni har fått ett sådant brev och ni inte har beställt gravskötsel så betala ej räkningen. För mer information om detta, ring till Kent Malmkvist på nummer 073-658 01 86.

För att fortsätta med ämnet register så har Stockholms stads Idrottsförvaltning krävt att vi ska skicka in hela avdelningens medlemsregister till förvaltningen för att även fortsättningsvis få ta del av nolltaxan. Vi motsätter oss givetvis detta eftersom vårt register omfattas av sekretess och vi har tillskrivit Idrottsnämndens ledamöter om detta, så fortsättning följer.

Vi närmar oss ett nytt år och nästa år är ju ett valår som nog är bekant för de flesta. Jag skulle vilja att så många av oss som möjligt tar varje chans som finns att känna politikerna på pulsen inför valet. Försök att besöka olika debatter och ställ frågor. Och när valstugorna börjar dyka upp så ställ frågor även där och ta gärna bilder på olika valstugor och skicka till Nollåttan, otillgängliga som tillgängliga. Även möteslokaler som används för debatter inför valet så kan det vara bra om alla kan hjälpas åt att hålla koll på om de är tillgängliga och användbara för alla. Detta kommer jag att arbeta med en hel del nästa år och jag skulle vilja att hela avdelningen tar tag i detta nu nästa år när politikerna ska locka till sig våra röster. Avdelningen kommer också bjuda in till en valdebatt som vi gör inför ett val så håll koll i Nollåttan när det kommer att äga rum.

Jag har testat Stockholms stads app (en funktion i en sk smart mobiltelefon) för att rapportera fel som heter Tyck till. När det gäller brister i tillgängligheten som t.ex övergångsställen så har jag fått som svar att stan har en lång lista på otillgängliga övergångsställen så det kommer nog att ta tid innan det du nu har anmält. Inte så förvånande svar precis.

Till slut vi jag önska alla en God Jul och ett Gott Nytt År!

För min egen del så önskar jag mig en snöfri jul så jag slipper fastna i snön åter igen.

Nisse Duwähl

Stockholmsavdelningens Årsmöte

Stockholmsavdelningens Årsmöte för verksamhetsåret 2021

kommer att ske den 26 mars 2022 kl 13.00-16.00 i

Folkets Hus Lillåvägen 44 Bagarmossen

Vi följer hela tiden Folkhälsomyndighetens råd och rekommendationer varför datumet kan komma att ändras.

Mer info i Nollåttan Nr 1/2022

§ Motioner - Kom med förslag och önskemål gällande avdelningens verksamhet

Vid stockholmsavdelningens årsmöte den 26 mars 2022 ska vi medlemmar bland annat fatta beslut om avdelningens framtida verksamhet. Ett sätt att påverka är t ex att skicka in motioner som behandlas på årsmötet.

4

Har du förslag, idé eller önskemål om verksamheten så skriv en motion. En motion bör innehålla bakgrund (hur det är idag) och förslag till förändring.

För att årsmötet ska kunna ta ställning till motionen måste den vara skriftlig och insänd till styrelsen senast den 31 januari

2022. Efter att motionen inkommit till styrelsen så tar styrelsen ställning till förslaget och ger sin syn på motionen. Styrelsen kan då föreslå årsmötet besluta att bifalla, avslå eller anse motionen besvarad. Styrelsen kommer **inte** att ha någon Motionssnickarverkstad utan blankett med givna normer för att skriva en Motion kommer att kunna beställas från Kansliet på tfn 08-564 826 50 alternativt via e-post till info@dhrs.se. Blanketten med givna normer medföljer även i detta nummer av Nollåttan. Du kan även hitta den på Hemsidan www.dhrs.se. Skicka sedan Motionen till info@dhrs.se eller till DHR Stockholmsavdelningen, Hammarby Fabriksväg 23, 120 30 Stockholm, senast den 31 januari 2022.



*Kansliet kommer att ha jultängt
den 22/12-9/1, 2022.*

*Styrelsen önskar alla
God Jul och Gott Nytt År!*

Bli medlem!

DHR behöver dig som medlem. Oavsett om du väljer att vara aktiv eller bara vill stödja oss är ditt medlemskap viktigt, för om vi är många blir vår gemensamma röst starkare. Som medlem i DHR kan du tillsammans med andra medlemmar påverka att samhället blir mer jämlikt och jämställt. Tillsammans med andra medlemmar kan du också delta i fritidsaktiviteter, kamratstöd och social gemenskap.

En fin förmån du har som medlem i DHR är möjligheten att bo på kurhotellet Mar y Sol i Los Christianos på Teneriffa.

Andra medlemsförmåner är bra rabatter på bilar, hotellvistelser och hjälpmedel.



Telefonnummer till Erik är 0456-515 31, och telefontiden är onsdagar mellan klockan 13.00 och 17.00.

Medlemsförmån - Juridisk rådgivning

Genom ditt medlemskap i DHR har du möjlighet att få juridisk rådgivning per telefon. Helt kostnadsfritt.

Vår jurist heter Erik Ward och kan erbjuda juridisk vägledning. Erik är specialiserad på socialförsäkringsfrågor och har erfarenhet från lång tjänstgöring på Försäkringskassan och som föredragande i högsta instans. För att få hjälp uppger du ditt medlemsnummer i DHR till Erik.

Råd och Stöd

Om du vill prata med någon och få råd och stöd tveka inte att ringa till oss.

Ring till

Sebastian Nikula
tfn 073-981 99 54,

Nisse Duwähl
tfn 073-981 99 34

eller Kent Malmqvist
073-658 01 86.



Att skriva en motion

DHR är en medlemsdriven organisation och som medlem har du rätt att vara med och bestämma vad DHR ska tycka, tänka och göra. Ett sätt att påverka är till exempel att skicka in motioner (förslag) som behandlas på Stockholmsavdelningens årsmöte.

5

Så här skriver du en bra motion

- Att skriva en motion är inte så formellt och svårt som det kan verka. Det finns dock vissa givna normer för att det ska bli lättare att kunna ta ställning till motionen.
- Börja med en tydlig rubrik som säger vad motionen handlar om.
- Inled gärna motionen med att beskriva varför du vill förändra eller påverka en viss fråga. Det kan till exempel vara relevant bakgrundsfakta eller exempel ur det verkliga livet. Ju tydligare du redogör för frågan desto lättare är det för dem som läser motionen och ska besluta om bifall eller avslag. Tänk på att skriva kortfattat. Använd enkla ord och formuleringar som inte kan missuppfattas.
- Skriv sedan en kort sammanfattning om vad du föreslår att DHR ska göra.
- Allra sist sammanfattar du förslaget i en eller flera "att-satser". Det gör det lättare att ta ställning för eller emot motionen. Att-satserna skriver du med texten: "Jag föreslår årsmötet att ..."
- Underteckna motionen med ditt namn. Glöm inte adress, e-post och telefonnummer ifall avdelningsstyrelsen vill kontakta dig för att reda upp eventuella oklarheter.

Ta endast upp ett ämne per motion. Lämna istället in flera motioner om du har flera ämnen som du vill ha behandlat.

Fortsättning på nästa sida

Motion till DHR Stockholmsavdelningens årsmöte gällande
(Rubrik)

.....

.....

Från
(Förnamn-Efternamn-Medlem i DHR avd)

.....

.....

Bakgrund till förslaget
(Berätta kort om bakgrund och behov/motiv till förslaget.)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

6

Jag/vi föreslår därför att årsmötet beslutar
(Formulera nu konkreta förslag i en eller några att-satser)

att

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

att

.....

.....

.....

.....

(Datum)

.....

7

(Skriv under och ange adress, telefonnummer och e-post för att eventuella kontakter ska kunna tas.)

.....

.....

.....

OBS: Senast den 31 januari 2022 ska Din motion kommit in till avdelningen.

Du kan antingen maila till info@dhrs.se eller posta motionen till
DHR Stockholmsavdelningen
Hammarby Fabriksväg 23
120 30 Stockholm

MEDLEMSMÖTE ANG NOLLÅTTANS FRAMTID

Onsdag den 23 februari 2022 mellan
kl 18.00-21.00 i

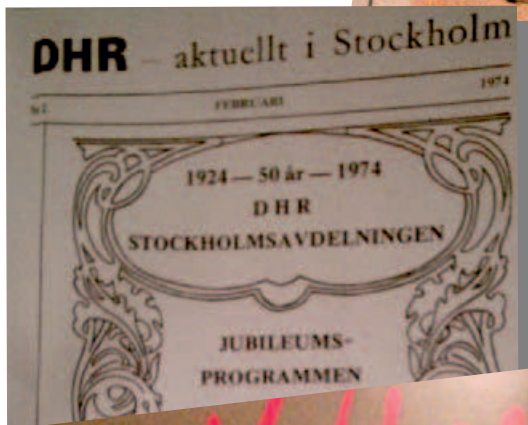
Spånga Folkan,
Spångavägen 353 Spånga

Mer info i Nollåttan Nr 1 2022



*Mat Hem
1970 från
Hemköp

önskar Louise både Nollåttan och Västerort år 2021!



Manuslita
11:9 Raga
16:9 Valt och vi Mito
22:9 Ljoholmskolan Sörjar
22:9 Engelska cirklar börjar
27:9 Tröskeltratt
3:10

Har forskat i Kungliga bibliotekets samlingar och funnit inbundna årgångar. Vi hade ett eget arkiv på kansliet på Kvarnbacksvägen med mycket material.

DHR-aktuellt i Stockholm nr 1 från september 1970* hittade jag på KB, så egentligen fyller vi 51 år! Innan dess fanns stencilerade blad som utvecklades efter att **Kamratföreningen Samarbete** skapades 1924. Den blev **Riksorganet De Vanföras Vål** 1934, som efter kriget blev **De Vanföras Riksorganisation DVR** med egna lokaler ffg 1947.

1965 blev namnet **DHR De Handikappades Riksförbund** inklusive 'kärnan' Stockholmsavdelningen. 2009 var det dags för **DHR** att betyda **Delaktighet Handingskraft Rörelsefrihet** enligt FN-konventionen som Sverige ratificerat. Då blir tidningens namn **Nollåttan** och formatet det större A4 istället för A5. Vad är det för frågor som dyker upp? Språkbruket är ibland annorlunda, men nog är det ofta detsamma som vi fortfarande kämpar för!

Kanske har Du kvar några tidigare nummer av våra publikationer?



De senaste toppnoteringarna i tokenier vill vi ändå försöka nämna, men risk för att bli banala.

För topptokenierna står:

Barbro Westerholm, generaldirektör för socialstyrelsen, som anser att samhällets solidaritet till handikappade sätts baseras på valgörenhet.

Sven Holmstedt, direktör för Handikappinstitutet, som på en presskonferens nyligen förklarade att den som inte arbetar inte heller behöver någon rullstol.

Hur är det med tillgängligheten i vår stad?

Rapport från ett seminarium om tillgängligheten i den fysiska miljön.

Fastighetskoncernen anordnade seminarier och föreläsningar gjordes till DHR och SRF (rymdkudens förband) om miljöbarn. Inledningen gick ut till fastighetskoncernens projektledare. Målsättningen med seminarier var att öka projektledarnas kunskaper om de problem som personer med rörelsehinder möter i utredning inför i utredningen, samt att öka förståelsen för behovet av en väl anpassad fysisk miljö.

Konferensen inleddes av fastighetsdirektör Börje Berglund som betonade vikten av att alla känner till och brukar tillgänglighetskraven vid planeringen av nya byggnadsprojekt, så att staden blir tillgänglig för alla.

Därefter talade Gunilla Wahlström, verksam i tillgänglighetsrådet och seminarieledare till seminarier. Gunilla har tidigare varit chef för fastighetskoncernens bostadsavdelning, men arbetar nu som samordnare för tillgänglighetsrådet på fastighetskoncernen, samt ingår i kommunala handikappnämnden och dess planerings- och fastighetskommitté. Gunilla berättade om gillande till för samhällets, bostads- och handikapppolitiken. Hon redogjorde också kort för den nyfiken utvecklingen av handikappplanen och om det är fullständigt utvecklat "Utredningsprogrammet" där vissa riktlinjer är generiska än i nybyggnadsprogrammen, i ex angöringsavstånd 10 m istället för 25 m och likadant lättnad av trappor som ej behövs mer än 1:20 jämförbara med 1:12 enligt nybyggnadsreglerna.

Efter detta delades kursdeltagarna upp i två grupper. Representerade från DHR och SRF berättade i var sin grupp om sina upplev-



14

DHR aktuellt i Stockholm

Nr 1 • Årgång 22

JANUARI 1991

VF
20



Stadsdelsnämnder!
Hot eller möjligheter?

Representanter från stadsdelsnämnderna i Skarpnäck, Aspudden och Rinketty har mötits till

Avdelningsmötet
torsdagen den 24 januari 1991 kl 19.00 - 21.30 i Skarpnäcks Folkets Hus, Skarpnäcks ABé 23-25.

Vi diskuterar stadsdelsnämndernas roll och betydelse för Dig och Din kommunala service. Kommer Dina levnadsvillkor inte att bero på Dina servicebehov eller andra förutsättningar utan bero på i vilken församling Du är kyrkobokförd?

Korta inlägg av stadsdelsnämnderna. Samtalsledare är Bruno Lindstedt.

Vi ska även behandla inkomna motioner till distriktsrådsmötet, se sid 6.

Kalle Johansson



NU - DÅ

10



Foto: Louise Lindström



Modell av isbrytaren Oden

"Oden är ett tungt fartyg ...och kan utrustas med vetenskaplig utrustning..Ombord finns också gym, bastu, sjukrum och privata hytter med dusch och Toalett..." Oden ägs av Sjöfartsverket.

Sugen på en bekväm resa till Arktis? **Expedition Konst** på Prins Eugens Waldemarsudde erbjuder en tillgänglig och spännande tvärvetenskaplig presentation nu av möten mellan konst och vetenskap.

Under många år har konstnärer följt med på vetenskapliga expeditioner med Oden och då arbetat fritt i sina media och metoder för att återkoppla sina erfarenheter och upplevelser från expeditionerna. En av dem är Lars Lerin vars akvareller ingår i utställningen och ses i katalogen.

Historik och bildandet av sektioner i avdelningen DHRS

År 1970 startade avdelningen med stadsdelssektioner, bl.a. Västerortssektionen, Söder om Söder, Sydvästsektionen och Innersektionen.

Västerortssektionen startade 1971 med Olle Nilsson som ordförande. På den tiden hölls månadsmöten i regel på lördagar.

När det gäller årsmöten och julfester för medlemmarna bokade vi in oss på olika servicehus där vi även kunde beställa förtäring. Servicehus som vi varit på är t.ex. Tunet, Traneberg, Hässelby gård, Kista, Husby, Akalla och vid några tillfällen vid Tranebergsstugan. På våra träffar för medlemmarna hade vi alltid någon form av underhållning som sång, musik, föredrag mm.

Våra medlemmar Gunnar Olsson och Filip Nilsson, spelade och sjöng för oss många gånger. Mycket uppskattat.

Vår sektion bildade också studie- och resekommitté samt bingo- och kaffekommitté.

I börjar av bingoverksamheten bestod vinsterna av olika prylar.

Maj Edvardsson var under många år ans-

varig för bingon, Kaffekommittén ansvarade för förtäringen.

Vi hade också olika studiecirklar t.ex. sopplunch på torsdagar då vi lagade soppa tillsammans och åt gemensamt. Endags bussresor och utflykter i egen regi.

Vi gjorde även en 5-dagars bussresa till Grötö utanför Göteborg.

Från Lions i Spånga fick vi en stor summa pengar att använda till resor och aktiviteter.

Vi startade alltid våra resor från Spånga Folkan. Gunnar Olsson var mycket bra på att hitta bra och lämpliga resmål samt guidade oss fram till resmålet.

För att avsluta historiken vill vi nämna några namn på personer som varit invalda i styrelsen under åren.

Olle Nilsson, Birgitta Andersson, Arne Olsson, Sickan Lundmark, Sven Karlsson, Maj Karlsson, Lillemor Nyström, Gunnar Olsson, Eva Nilsson, Filip Nilsson, Ulla Gigeus, Sonja Almén, Maj Edvardsson, Amir Amirrazi, Nan Berntsson, Gun-Britt Andersson, Karin Lansky.



Västerort

Rapport från DHR Västerssektionens höstfest/50 årsjubileum den 22 oktober 2021 på Spånga Folkan.

Vi var 28 medlemmar som deltog och firade våra 50 år som sektion.

Från avdelning kom ordförande Nisse Duwähl och Amir Amirrazi. Inbjuden gäst Ulf Nilsson.

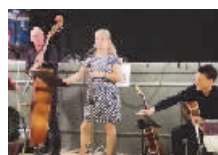
Gunvor Hersén hälsade alla hjärtligt välkomna till vår kombinerade höst och jubileumsfest.

Därefter berättade Annika Sjöstedt och Gunvor Hersén en kort historik om hur sektionen bildades 1971.

Så var det dags att höja våra glas med alkoholfri champagne i en gemensam skål för

Västerortssektionens 50 år.

Janne informerade om hur maten kommer att serveras, vi lever ju än i restriktioner pga pandemin. Vi hade beställt catering. Det serverade en tre-rätters höstbuffé, kaffe och äppelkaka med vaniljsås.



Under kvällen stod Therese Myrhed med två musiker för underhållningen med tema: "Tess sjunger pappa Åke Gerhards slagervinnare"

Ulf Nilsson berättade om sin far Olle Nilsson, sektionen första ordförande och hur det gick till när sektionen bildades.

Ordförande för avdelningen Nisse Duwähl gratulerade oss och tackade för det arbete som utförts under de 50 år som gått. Överräckte ett gratulationskort samt en penninggåva att användas vid aktiviteter för medlemmarna.

Vi blev glatt överraskade och tacksamma. Nisse önskade oss lycka till under de kommande åren.

Utan en utmärkt jättebra hjälp från Zakettarna Mikke och Janne hade vi inte kunnat genomföra vår höst och jubileumsfest. Ett stort och hjärtligt tack för ett utmärkt jobb.



Det blev en trevlig och lyckad fest med god mat och trevlig underhållning och en mycket god stämning.

Stort tack till alla som kom och deltog i vårt 50 årsfirande.



The Fairlines brakade loss för DHR-S på "Baggis".

DHR Stockholmsavdelningen i regi av sektion Söder om Söder, har åter fått förmånen att efter flera år, möta favoritbandet The Fairlines på Musik-Kaféet den 20 november på "Baggis" Bagarmossens Folkets Hus. Tala om att få åka och känna gung i salongen, under en resa i musikens värld från då de flesta i publiken var unga... Dessa män än lite gråhårigare och med åldern fler krämpor. Men när trummisen Sören Joelsson slår igång och övriga fem stämmer i, då märks inget av några krämpor. Kjell Andersson elbas hänger på likt Ulf Ammer som även ibland sjunger samt Björn Andersson som på sin sologitarr mycket stilfullt plockar ackorden. Inte att då förglömma gruppens huvudsångare Peter Persson som även hanterar Keyboard som gitarr. Men allt detta bygger på hela gruppens grundare kompgitarristen Rolf Johansson som ursprungligen startade allt som ett Televerksband i på Televerkets Huvudkontor i Farsta.

Publiken är hänförd och applåderna ökar för varje ny låt och som återskapar så många av gamla minnen. Drygt 60 anmälda till Musik-Kaféet, men tyvärr saknas några som inte kom fram beroende på strulande Tunnelbana likt Färdtjänstens brister och när det gäller det sistnämnda, kan man inte förstå de egendomliga frågor och likadant svaren som redovisats i en tidigare Nollåttan, men med där stora närmast idolporträtt, på en del av de som ingår i Färdtjänstnämnden...

Detta en mycket värdefull tillställning, inte minst för de som är SENIORER och som ofta ett helt liv varit aktiva i arbetslivet som i föreningslivet och tycker de gjort sitt och nu vill träffas på trivsamma och givande tillställningar under stor gemenskap. Detta måste förstås och bejakas, så de inte lämnar verksamheten.

13

Fika med fantastiska smörgåsar med ost respektive skinka. Lotteriet med 300 lotter försvann snabbt och den ny given med fler vinster för matborden verkar gå hem. Mycket värdefull medlemsinformation gavs. Men många undrar varför sällan eller närmast aldrig de verkligt styrande är med på dessa och säkert mest välbesökta träffarna i organisationen och då under verkliga "Rättvisenormer"? Hur ska man kunna fungera i en organisation om man inte gör sig känd och då visar upp sitt deltagande och stöd för fotfolket även om än lite till åren komna?

Många lämnar nog med saknad tunggunget, till nästa tillfälle, men måste här få framhålla ett stort TACK för detta från många till ansvarige Ulla Kjellvinger.

På begäran nedtecknat och prioriterat för Nollåttan av John-Lars de Chasseur.



	MEDGER INGA UNDAN- TAG	RÖKNING	HETSADES		FESTA		MODERN	
					BOK- RIDDARE		FEST- BLÅSA	
			KLÄR BARN I RUSK STARR		YTMÅTT			
	BETYG							
	PILLER- BAGGE							
					YTTRADE		DEN KAN GE ÅNGEST	SITTER I FÖRVAR
	KANT OCH NORA	VÅRD BOHAG						
	SKRIVS I NOLL- ÅTTAN		SPÅS IBLAND		ANLAGET	LAG	SEGER- TECKEN	PÅ NOTA
			D I DHR			PARTI		KORT
								
SVÄRS					BOLL- LIRARE		TYSK ARTIKEL	
KAPAR					KRAKE FINNAR		TRAVESTI	KRYPTON
					SORT REGN FAST KORTARE		GREKSTAD RITADE ROLIGT	
ÖDLA SOM SES I HYLLAN		HÅN		HÅNDA		SNART I BEIJING FÖR STORA	BUSKE	OBJEKTIV
				KORT KORT		ÄR ARM HÄST- BANA		ZORRO- MÄRKE
				HYLLA				LOPP
ÅKT OCH BLIR KVAR	DANS- RÖRELSE						BOXARE DHRs ÄR VIKTIGA	
	RUNN							
BOLL- VINNANDE LIRARE					SMEKA	KAM BIBELBÅT	ITALIEN- FLÖDE SVENSKT FJÄLL	
R I DHR		KÄRL GRUN- DADE RYSSLAND		KROCK LEVER I ETT TECKEN				DEN ÄR BLÅ
								STÄLLE FÖR TAUBES MAJ
OM KUDDE	RIKTNING			FÖREGÅR TIDEN		KONKURS		SAMMAN- FOGAR
	ARAB- PLAGG			STRAFF		GER DHR		
			ORTER			PRYDER PÅVE		
			DONERA			STRÅ		
HONUNG						HAR SIN SKUTA		GJORDE TUPPEN
GER OSS ASSISTANS								
						KREPERAR		DRIV- MEDEL

Vinnare av korsord i Nollåttan nr 5 är Karin Birck, Uppsala som får två trisslotter.
Stort Grattis Karin!

Skicka in din lösning senast 7 januari 2022 till info@dhrs.se alternativt per post:
DHR Stockholmsavdelningen, Hammarby Fabriksväg 23, 120 30 Stockholm.

1:a pris: 2 Trisslotter, 2:a pris: 1 Trisslott

Vinnare presenteras i nästa nummer av Nollåttan Nr 1/2022.

Ingen kan göra allt men alla kan göra något!

Ett av avdelningens ändamål är att bedriva intressepolitik med mål att personer med nedsatt rörelseförmåga ska vara fullt jämställda, jämlika och delaktiga i samhället.

Detta behöver vi göra tillsammans, medlemmar och styrelse!

Styrelsen har därför för avsikt att under våren 2022 tillsätta en arbetsgrupp för att stärka det intressepolitiska arbetet. Arbetsgruppens främsta uppgift är att arbeta för att vi ska bli en stark röst i samhällsdebatten och ha ett effektivt påverkans- och opinionsbildande arbete.

I arbetsgruppen ingår förutom du som medlem även någon ifrån styrelsen och kansliet. Vilken fråga brinner du för? Vilken fråga skulle du vilja arbeta med?

Du behöver DHR och DHR behöver dig.

Skriv till kansliet och berätta!

E-post: sebastian.nikula@dhrs.se

Tfn: 073-981 99 54

Adress: Hammarby Fabriksväg 23, 120 30 Stockholm

Är det dig vi söker?

Årsmötet 2022 ska välja ordförande och ledamöter till styrelsen samt revisor.

Valberedningen söker nu efter nya kandidater till styrelsen så känn dig varmt välkommen att komma med förslag på lämpliga personer.

15

Var inte blygsam! Är du intresserad av att vara med i styrelsen eller har du någon som du vill föreslå? Ta kontakta med någon i valberedningen, senast den 24 januari.

Avdelningsstyrelsens uppgift

Avdelningsstyrelsen ansvarar för avdelningens hela verksamhet och leder det rättighets-/intressepolitiska arbetet. Till sin hjälp har styrelsen bl.a. två sektioner, Västerort och Söder om Söder, som främst arbetar med medlemssociala aktiviteter.

Valberedningen, vald vid årsmöte 2021

Lena Haglöf

Tfn: 070-859 29 73

E-post: lena.haglof@dhr.se

Carin Lemberg

E-post: carin.lemborg@gmail.com

Yvonne Lindroos

E-post: yvonnelinthroos19@gmail.com

Saari Nykvist

Tfn: 070-092 21 73

Tfn: 08-120 556 83

E-post: sari.stockholmslan@dhr.se

Pelle Westerlund

E-post: pellewesterlund66@gmail.com

REPRIS från Nollåttan 6 2011

PS Det finns färdiga pepparkakshus att köpa!
Kolla ArkDes Pepparkakshustävling också! DS



Pepparkakor

Antal: ca 50 (eller varför inte ett hus?)

3 1/2 dl sirap
2 1/4 dl socker
300 g smör
850 g vetemjöl
3 ägg
1-2 msk kanel
1-2 msk nejlikor
1-2 msk ingefära
5 g bikarbonat
6 dl florsocker
1 dl äggvita
1 msk citronsaft

Gör så här:

1. Koka upp socker och sirap sakta. Ta bort från värmen och tillsätt smör i bitar och låt det smälta. Låt allt kallna.
2. Rör ner ägg, nejlikor, kanel och ingefära. Blanda i mjölet och bikarbonaen, lite i taget. Låt degen vila och stå kallt, med fördel till nästa dag.
3. Sätt ugnen på 225°. Kavla ut degen så tunt som möjligt på bakplåtspapper. Nu är det dags att låta fantasin sprudla och ta ut kakor med mått eller sporre. Dra över bakplåtspapperen till kalla plåtar. Grädda kakorna i mitten av ugnen i cirka 5 minuter. Låt kallna helt, gärna på galler.

Kristyr:

Vispa ihop äggvita, florsocker och citronsaft till kristyren (gärna med elvisp då kristyren blir fast och fin). Spritsa ut kristyren på pepparkakorna. Använd engångssprits eller en helt vanlig plastpåse eller rulla en egen strut av smörpapper.





Vi tipsar om läckra griljeringar med diverse olika kryddor.

Vi blir allt fler som väljer en färdigkokt jultskinka. Men griljeringen vill vi gärna göra själva. Det är trevligt att sätta sin egen smak så skinkan samtidigt som ljuvlig väldoft sprider sig i huset. Vi tipsar om några läckra griljeringar till skinkan. Recepten är lagom till en tillagad skinka på 2-3 kilo.

Kryddgriljering

20 hela kryddnejlikor

1 dl farinsocker

1 tsk malen kryddpeppar

1 msk malen ingefära

Värm ugnen till 225°. Skär fettranden ovanpå skinkan till ca 1 1/2 cm. Skär rutor i fettranden. Stick in kryddnejlikorna. Blanda samman socker, peppar och ingefära. Strö blandningen över skinkan. Ställ in den mitt i ugnen och griljera tills ytan blir hård och får fin färg, 10-15 minuter.

Glansgriljering

4 msk farinsocker

2-3 kvistar färsk rosmarin

Värm ugnen till 225°. Skär fettranden ovanpå skinkan till ca 1 1/2 cm. Skär rutor i fettranden. Strö rikligt med socker över skinkan. Stick in små buketter av rosmarin i rutmönstret. Griljera i ca 20 minuter eller tills sockret smält och skinkan fått fin färg.



Texten är hämtad från www.svenskthult.se, där finns fler tips på olika griljeringar.

Roliga julfakta

Julgranar är ätbara. Många delar av granar och tallar kan ätas. Barren innehåller mycket C-vitamin. Kottar innehåller också mycket näring.

Elektriska julgransljus användes första gången år 1895. Uppfinnaren var amerikanen Ralph E. Morris.

Det finns två öar som heter Christmas Island. Den ena ligger i Stilla Havet och den andra i Indiska Oceanen.

1996 förbjöds julkörer (Christmas caroling) i två stora shoppingcenter i Florida efter att handlare och shoppare klagat på att julkörerna varit för högljuda och tagit för mycket plats.

I Armenien består en traditionell julaftonsmåltid av stekt fisk, sallad och spenat. Måltiden äts efter julaftonsgudstjänsten till äminnelse av Marias middagsmål dagen före Jesu födelse.

I Storbritannien har man ätit julpajer sedan 1700-talet. Att äta en paj på var och en av julens 12 dagar sägs bringa lycka under kommande års 12 månader.

I Sverige och Finland var det dubbla böter på alla brott under julfriden.

I Norge gömde man alla kvastarna efter att man ätit upp maten och delat ut jultklapparna eftersom man trodde att häxor och onda andar stal dem för att åka på.

I Thomas Noons teckning som för första gången visade Jultomten med en släde och renar, levererade han jultklappar till soldater i amerikanska inbördeskriget. Teckningen som heter "Santa Claus in Camp" publicerades i Harper's Weekly den 3 januari 1863.

New York Citys byggnad Empire State Buildings ljus släcks vid midnatt varje kväll undantaget Julaften, Juldagen, Nyårsafton, Nyårsdagen och St. Patricks Day då den släcks klockan 3 på natten.

Julen börjar när solen går ner den 24 december och slutar när solen går ner den 5 januari. Därför har julen 12 dagar.



Fördomsfri luva

Stockholms decemberregn. Stickande kallt när det hittar och rinner in under jackkragen.

Ruskar på mig, kniper ihop ögonen och kisar bortåt längs trottoarens ödslighet.

Snart jul att äta och dricka mig igenom till nyårets nystart. Då blir det framåt, framåt på nybytta däck fullpumpade med hoppets spänst. Men vad gör jag tills dess? Hoppas på tomten?

Har ingen att grubbla fram en julklapp till. Det blir en jul med mig själv.

Tittar ner i den grå asfalt och biter mig i underläppen.

– Janne, öka på farten i stegen nu är du snäll. Det är fan så kallt.

Ett grymtande svar kommer över min axel och stegtakten ökar.

Huttrar till och låter handloven stryka bort något under näsan.

– Att du tog cowboybootsen i det här vädret? Du kommer att frysa fötterna av dig.

Böjer ner skallen för att skydda mig från det starkare vinddraget.

Okej, en jävligt ruskig tisdagskväll men ändå... Konstigt att inte en själ är ute. Klockan är ju bara runt åtta. Och så här års är det inget mellodravel eller allsångshelvete heller.

Blir sugen när jag tittar in i en pubs svagt upplysta värme. Där sitter några få tufsiga uvar utspridda med sina glas på borden framför sig. En drar ner sin röda luva i pannan och höjer pekfingret till bartendern.

Här brukar det vara smockat av alla de slag om kvällarna. Var är alla människorna?

Lutar huvudet bakåt och får det blöta i ansiktet.

– Helvete Janne, vad gråsur det är. Svårt för några änglar att landa i det här diset. Ingen idé

att hoppas på någon frälsning. Hmm, undrar om jag har någon glögg kvar? Behöver jävlar i mig få något varmt i mig efter den här färden.

Ett mummel till svar.

– Vad säger du, Janne? Du snackar nästan lika sluddrigt som jag. Kom igen nu! Fryser fan

ihjäl. Kör på!

Något lyser kraftigt där framme och får mig att kisa och skruva in skärpan.

Vad är det?

Kan inte vara en gatlampan. Och inte heller julpynt för det rör sig hitåt. Ett ljushuvud skulle man kunna säga. Men inte en Lucia.

Blundar hårt och ruskar på mig.

Jag var ju till optikern för bara knappt ett halvår sen och det var inget fel med mina ögon. Så då är det väl något annat som behöver bytas ut då.

Jag blinkar några gånger innan jag till slut ser att det är Tina.

– Jaha, hej! Haha, är det du som sprider ljuset i mörkret?

– Hej Håkan, är du också ute i ovädret. Jomen, jag är ute och testar pannlampan som sonen

ska få i julklapp.

– Jabbadooo, vi går mot ljusare tider!

– Ja, den här lampan kan man se långt med. Han kommer gilla att vara ute i mörkret och spana.

Ljuskällan riktas rakt i mitt ansikte. Jag nickar och garvar när hon blinkar några gånger med lampan.

– Förresten Håkan, vad gör du på julafton? Vad skulle du säga om att komma och vara tomte för Jonatan?

Skrattet bubblar ur mig och jag hostar fram en undran om hon verkligen tror att Jonatan skulle köpa att Tomten kommer i rullstol.

– Ja, vadå?! Han har inga såna fördomar.

/Håkan P



Västerort

Årets sista Bingo 2021 med försmak av julen!
Söndagen den 12 december 2021 klockan 12.00-15.00
på Spånga Folkan, Spångavägen 353.



Välkommen till DHR Västerortssektionens Årsmöte

Årets VIKTIGASTE möte!

Söndagen den 20 februari 2022 klockan 13.00-16.00

Spånga Folkan, Spångavägen 353

Sedvanliga möteshandlingar. Du kan påverka kommande verksamhet.

Efter mötet bjuder vi på förtäring och lite underhållning.

Kom och tyck till om verksamhetsåret 2022.

Ge förslag och tips för kommande års verksamhet.

Alla Hjärtligt Välkomna

Styrelsen DHRS Västerortssektionen



Trivselbingo 2022 med DHR Västerortssektionen!

Spånga Folkan, Spångavägen 353.

Söndagar mellan 12.00 – 15.00.

Vi spelar alltid på brickor med stora siffror, har hembakat bröd till kaffet.

Datum för Bingon våren 2022:

6 februari

13 mars

24 april

29 maj



Styrelsen och Bingokommittén
DHR Västerortssektionen

Söder om söder

Söder om Söder Lunchträffar våren 2022

Måndag den 31 januari kl 12.30-15.30

Vi träffas på Lilla Wien Swedenborgsgatan 20

Färdtjänstadress: Fatbursgatan 11 Stockholm

Sista anmälningdag 26 januari

Måndag den 28 februari kl 12.30-15.30

Vi träffas på Zinkensdamms Restaurang o Hotell

i Matsalen, Zinkensväg 20 Stockholm

Sista anmälningdag 23 februari

Måndag den 28 mars kl 12.30-15.30

Vi träffas på Lilla Wien Swedenborgsgatan 20

Färdtjänstadress: Fatbursgatan 11 Stockholm

Sista anmälningdag 23 mars

Info: Vi träffas under säkra förhållanden.

Vi följer FHM rekommendationer så vi reserverar oss för ev ändringar.

Vi äter en enkel lunch och pratar.

Ledsagare och handsprit finns på plats.

OBS: Höjt pris, 80 kr för medlem och 90 kr för icke medlem. Betalas på plats eller via Swish.

Resterande belopp står Söder om Söder för.

Välkommen med din anmälan till Yvonne Lindroos tfn 070-8810593 eller Ulla Kjellvinger tfn 073-3942464.

Anmälan är bindande.



Rapport från V-orts årsmöte!

DHR Västerortssektionen höll sitt årsmöte söndagen 3 oktober 2021 i Spånga Folkan.

Det var 16 st deltagare och Nils Duwähl, DHR Stockholms avdelningens ordförande utsågs att vara årsmötesordförande.

Man gick igenom verksamhetsårets verksamhet och ekonomi för året 2020.

Även i år, antog mötet revisorns förslag att bevilja styrelsen ansvarsfrihet!

Ordförande Gunvor Hersén och ledamoten

Yvonne Lindroos omvaldes enhälligt på två år samt ledamoten Liza Syeda nyvaldes på två år

Karin Lemberg och Madeleine Palmgren har ett år kvar av sin mandatperiod samt Birgitta Rappa avgick ur styrelsen och bingokommittén.

Före årsmötesförhandlingarna bjöds deltagarna på goda smörgåsar, samt kaffe och kaka.

Som vanligt, ett trevligt årsmöte med Västerort!

/Annika Sjöstedt

Söder om söder

Musik-kaféer

**Bagarmossen Folkets Hus,
Lillåvägen 44, Bagarmossen**

Musik-kaféer våren 2022

Söndag den 27 februari kl 14.30-17.00

Vi får lyssna till Fyrtioalisterna som spelar och sjunger Gamla Godingar.

Sista anmälningssdag den 16 februari

Lördag den 19 mars kl 13.00-15.30

Underhåller gör Staffan Klingspor med sång och musik på sina olika dragspel.

**§ Söder om Söders Årsmöte
för verksamhetsåret 2021
kommer att ske den 26 mars
2022 kl 11.30-12.15 i**

Folkets Hus Lillåvägen 44 Bagarmossen

Vi följer hela tiden Folkhälsomyndighetens råd och rekommendationer varför datumet kan komma att ändras.

Mer info i Nollåttan Nr 1/2022

Info om Musik-kaféer

Plats: Bagarmossen Folkets Hus
Lillåvägen 44, Bagarmossen

Vi träffas under säkra förhållanden.

Vi följer FHM rekommendationer så vi reserverar oss för ev ändringar.

Ledsagare och handsprit finns på plats.

OBS: Höjt pris 60 kr för medlemmar och 70 kr för icke medlemmar, om inget annat anges.

Välkommen med din anmälan till Ulla Kjellvinger tfn 073-394 24 64

eller 08-39 88 07. Smörgåsar och kaffe/te serveras. Anmälan är bindande.

Som alltid DHR-info och fina lotterivinster. Hörselslinga finns på plats.

Betalning på plats eller via Swish.

Alla hjärtligt välkomna inte bara medlemmar.

21



ZAKETT®

Janne Uvebrandt & Mikke Malm

assistans & ledsagning

Telefon
08-400 255 33

E-post
info@zakett.se

Hemsida
www.zakett.se



DHR-AKTUELLT Region Stockholm

Kontaktuppgifter till Regionens kansli i Rissne:
Kavallerivägen 30, 1 tr, 174 58 Sundbyberg
(T-bana Rissne)

Kanslitelefon: 08 - 120 556 80

E-post: stockholmslan@dhr.se
(telefontider måndag-torsdag kl 9.00-14.30
med lunchstängt 12-13)

Webbplats: www.dhr.se/stockholmslan

Facebook: www.facebook.com/DHRStockholmsLan

Twitter: www.twitter.com/DhrLan

Distriktsbloggen: www.dhrstockholmslansblogg.com

Layout: Ingela Larsson

Region Stockholm medverkar i detta nummer med sex egna sidor. För distriktets löpande information hänvisar vi till vår webbplats och sociala medier.

I detta nummer:

- * DHR Region Stockholm
- * Syns man inte så finns man inte!
- * Nya på webben!
- * Valberedningen behöver din hjälp
- * Rapport Botkyrka-Salems träffar
- * Skrivarcirkel
- * Dags att motionera



1

Nyhet:

DHR Region Stockholm

Vi har bytt namn till DHR Region Stockholm.

Vid distriktsstyrelsemötet i oktober beslutade styrelsen att byta namn och hemställde hos förbundsstyrelsen detsamma.

Vid förbundsstyrelsens styrelsemöte under samma månad beslutade de att godta vår ansökan varvid vi numer heter:

DHR Region Stockholm.

Nya på webben!

Nu har avdelningarna Botkyrka-Salem och Södertälje nya webbplatser!

Sidorna följer samma format som förbundets nya webbplats men är ännu inte helt klara. De uppdateras dock kontinuerligt. På webbsidorna kan du bland annat läsa om vilka aktiviteter och möten som avdelningarna anordnar.

Avdelningarnas webbplatser når du via:

www.dhr.se/botkyrka-salem och www.dhr.se/sodertalje.

Välkommen till

Skrivarcirkel



För dig som bär på en historia, men inte vet hur du ska gå vidare. Du får verktyg i att bygga en berättelse. Du blir läst av kurskamraterna som ger sina kommentarer.

Skrivandet är ett hantverk. Varje individ har något viktigt att berätta. Du får inblick i att skriva så läsaren är delaktig i din historia. Hur du kan tänka kring skrivande. Det behöver inte vara så märkvärdigt. Under kursen får du skrivövningar samt hemuppgifter.

Mika Ihanus är kursledare och leder samtalen och ger korta (5-10 minuter) uppgifter som ni ska skriva. Det här är inte en kurs i svensk grammatik så glöm vad din svensklärare sa om ditt skrivande. Vi är kreativa och testar oss fram. Vi skriver krönikor, insändare och kortare prosatexter.

Mika har gett ut romanen "Fjärilen från Rovaniemi" som är en självbiografi om uppväxten. Hans poesi har blivit publicerad på nätet och han skriver i Nollåttan.

Cirkeln är ett samarbete mellan

Mika och DHR Region Stockholm.

Antalet är begränsat till 5 deltagare, först till kvarn gäller.

När: Deltagarna träffas 8 onsdagar kl 17.45-20.00 med början den 2 februari 2022. Därefter varannan onsdag.

Var: Distriktets lokaler, Kavallerivägen 30 i Rissne.

Anmälan: görs till Mika på e-post: ihanusster@gmail.com senast den 26 januari.

Varmt välkommen!

Syns man inte så finns man inte!

Distriktet har bildat arbetsgruppen "Synliga i Media" som har i uppdrag att producera förslag till insändare.

Syftet med förslagen är att underlätta för avdelningarna att bli mer synliga i lokalpressen. Hittills har arbetsgruppen tagit fram tre förslag, replik på Fredrik Walléns (ordförande i Färdtjänstnämnden) artikel i Mitt i, "Vi som åker färdtjänst har också tider att passa" samt "Hållbarhetsstrategi".

Har du tips på ämne för en insändare så kontakta distriktet! Och berätta gärna för oss om Du har skrivit en insändare som har publicerats!

Här bredvid finner du ett urklipp på insändaren "Problemen drabbar oss hårt" som DHR Södertäljeavdelningen fått publicerad.

"Vi som färdtjänstresenärer har också arbets- och skoltider att passa eller barn att hämta på förskolan, vi besöker teater, bio och opera. Det vill säga att vi har ett liv som vem som helst.

Färdtjänstnämndens ordförande, Fredrik Wallén (KD), anser att regionens färdtjänstverksamhet bedrivs med hög kvalitet och god passning.

Verkligheten är att fordon allt oftare är försenade eller uteblir helt. Detta får bland annat till följd att tidsbestämda behandlingar eller tandvårds besök missas och att personen tvingas betala för uteblivna besök.

Det är inte nog. Du får inga svar av kundtjänst vid uteblivna resor



vare sig på telefon eller mejl. Det finns inget säkerhetstänk vare sig för chaufför eller kund.

Med svag ledning har det skapats en oro bland de inblandade parterna -beställningsmottagare, chaufför och kunder.

Den här formen av tillvaro är vår vardag. Inte Fake News.

*DHR Stockholms läns distrikt
DHR Södertäljeavdelningen*



Inför DHRs Regionsårsmöte

Valberedningen behöver din hjälp!

4 Det är nu dags för valberedningen att sätta igång sitt arbete inför valet vid regionsårsmötet 2022 och är nu intresserad av att få in förslag på kandidater till de olika förtroendeposter som då skall tillsättas.

Kandidater kan föreslås från hela Stockholms län och naturligtvis kan man också föreslå omval av de ledamöter som är valda till och med årsmötet 2021. Kandidaterna ska vara tillfrågade och ha accepterat att bli föreslagna till en post.

Mandatperioden går ut för:

Regionens ordförande Jaan Kaur, regionsstyrelsens ledamöter

Anders Berglund, Anna Westberg, Gunder Wåhlberg och Magnus Lindmark, revisorn Anders Runnman och revisorssuppleanten

Karin Sääf Göransson.

Förslag på personer du vill nominera kan skickas in, **senast den 31 januari 2022**, till Valberedningen, DHR Region Stockholm alternativt mejla till stockholmslan@dhr.se, skriv nominering i ämnesraden, så ser vi till att valberedningen får det.

/ Valberedningen

- Patrik Forslin och Mika Ihanus

Dags att motionera

Du som medlem kan skriva motion till distriktsårsmötet.

Senast den 31 januari behöver din motion vara inne hos distriktet. Du kan mejla till stockholmslan@dhr.se eller sända per post till distriktskansliet. Är du osäker på hur en motion skrivs men vill skriva en, hör av dig till distriktskansliet så berättar vi.

Rapport:

Botkyrka-Salemavdelningens träffar

Botkyrka-Salemavdelningen har numera begränsad verksamhet vilket innebär att distriktet har övertagit förvaltningen av avdelningen. Vi har nu tre år på oss att få i gång avdelningen med en aktiv styrelse. Lyckas vi inte så läggs avdelningen ner.

100 år av demokrati – men inte för oss

Den 30 oktober deltog avdelningen gemensamt med ABF Botkyrka-Salem i deras årliga evenemang "För Botkyrka Framåt". Årets tema var svensk demokrati 100 år. Vi arrangerade ett seminarium på temat "100 år av demokrati – men inte för oss" för det var inte förrän 1991 som alla medborgare fick möjlighet att rösta för första gången.



Jessica Smaalund.

Foto: FQ, Forum - Kvinnor och Funktionshinder

Inbjudna talare var **Margareta Persson**, författare med bakgrund i funktionshinderrörelsen och politiken och **Jessica Smaalund**, politisk sekreterare på STIL och assis-

tansanvändare.

Margaretas föreläsning hade fokus på synen på kvinnor med funktionsnedsättning utifrån hennes nya bok *Styvsysstrar* och boken gamla spöken – synen på funktionshinder förr och nu. Jessica talade om den personliga assistansen - en demokrati- och frihetsreform då och nu. Båda dessa föreläsningar var mycket intressanta och uppskattade.

Till detta evenemang kom både personer som inte är medlemmar och medlemmar från bland annat Södertälje-, Täby- och Stockholmsavdelningen. Så roligt att se alla!

Mellan de båda föreläsningarna så bjöds vi på fika och möjlighet till småprat med varandra.

Vi deltog också med ett bokbord med informationsmaterial om DHR och givetvis Botkyrka-Salemavdelningen. Under dagen knöt vi även kontakter med andra föreningar som nu resulterat i ett framtida samarbete.

Vad kan DHR och kommunen

DHR-AKTUELLT Region Stockholm

göra för dig med nedsatt rörelseförmåga?

Den 10 november anordnade avdelningen och distriktet denna träff. Det blev ett möte med många skratt, frågor, förslag och idéer!

Från kommunen medverkade **Tuva Lund**, kommunalråd och ordförande i vård- och omsorgsnämnden (S) och **Irené Cederborg** som är tjänsteman på Kultur- och fritidsförvaltningen och som handlägger funktionshinderfrågor. Från DHR deltog **Stefan Sundquist**, organisationsutvecklare och från ABF **Araia Sebhatu**. Totalt var vi cirka 15 personer.

Under mötet framfördes en rad förslag såsom funktionshinderråd i skolan, vilket Tuva tyckte var ett bra förslag och tog det med sig. Vidare förslogs att DHR skulle kunna hålla

så kallad insiktsutbildning för anställda inom kommunen. Om detta ska vi höras vidare.

Tuva betonade att kommunen behöver en aktiv DHR-avdelning för att utveckla sitt arbete med funktionsrättsfrågor och ställde fråga om vad kommunen, DHR och ABF har för möjligheter att samverka för att få till stånd en aktiv DHR-avdelning i Botkyrka. Alla var vi intresserade av att starta en gemensam arbetsgrupp. Araia från ABF tog på sig att kalla till ett första gemensamt möte.

Vi ser fram emot fortsatt samarbete med kommunen och ABF!

Och det finns planer inför 2022 . . .

/ Utvecklingsgruppen
- Anders Berglund, Lena Haglöf,
Magnus Lindmark och Sari Nykvist



GOD JUL OCH GOTT NYTT ÅR!

Tillönskas alla våra läsare och
samarbetspartners under året!

Regionsstyrelsen med personal

DHR Region Stockholm
- Rättigheter är möjligheter



Skippa pizzan på nyårsdagen bli medlem

Kampanjpris på medlemskap i DHR!



En pizza mumsar du i dig på en kvart, men ett medlemskap i DHR varar mycket längre – närmare bestämt hela 2022.

För endast 150:- kan du nu bli medlem hela 2022!

Men då måste du bli medlem senast den 31 december. Efter det gäller ordinariepris som för Stockholmsavdelningen är 300:- + 100:- dvs 400:-. Övriga avdelningar 300:-.

Som medlem i DHR kan du tillsammans med andra medlemmar påverka att samhället blir mer jämlikt och jämställt. Tillsammans med andra medlemmar kan du också delta i fritidsaktiviteter, kamratstöd och social gemenskap.

DHR behöver dig som medlem. Oavsett om du väljer att vara aktiv eller bara vill stödja oss är ditt medlemskap viktigt, för om vi är många blir vår gemensamma röst starkare.

Läs mer på dhr.se eller ring 08-685 80 20 och tala med Erik eller Åsa.

Värva medlemmar

Om du som redan är medlem värvar nya medlemmar, får du en Sverigelott per värvad medlem. Det vill säga – värvar du två medlemmar, får du två lotter. Värvar du tre medlemmar under ett kalenderår så är ditt medlemskap gratis året därpå.

Observera att villkoret för att du ska få en lott är att den person du värvat har tackat ja, blivit registrerad och betalat sin medlemsavgift.

Frågor?

Mejla medlem@dhr.se eller ring 08-685 80 20.

Telefontiderna är måndag kl. 10-12, tisdag kl. 13-15 och onsdag kl. 10-12.