

I väntan på ... Nollåttan 4 2023



Kansliet sommarstängt

Kansliet kommer att ha sommarstängt mellan den **3 juli och 13 augusti**.

Styrelsen och kansliet önskar våra medlemmar en härlig sommar och hjärtligt välkomna till sommarens aktiviteter!



Collage: Louise Lindström



**Nollåttan är DHR Stockholmsavdelningens medlemstidning
Delaktighet Handlingskraft Rörelsefrihet**

*PST! Släng inte bort tidningen
när du läst den! Ge den vidare!*

Detta händer i sommar

Juni

- 4 juni** Resa Tusen sjöars land 1
12 juni Västerort styrelsemöte
14 juni Avdelning styrelsemöte
23 juni Midsommarafton Lagersberg
26 juni Lunchträff

Juli

- 24 juli** Lunchträff
29 juli Resa med hemligt mål

Augusti

- 3 aug** Utflykt Artipelag
19 aug Musik-café
24 aug Fiskeutflykt
27 aug Resa Tusen sjöars land 2
29 aug Bowling

September

- 3 sept** TrivselBingo
6 sept Bad på Beckomberga
10 sept Nollåttan nr 4
12 sept Bowling
16 sept Resa Grisslehamn - Eckerö

Pssst! Du vet väl att vi har en **Facebookgrupp**?

facebook

Gå med och diskutera där!
Sök på
”DHR Stockholm avdelningen”
så hittar du oss.



Utgivningsplan Nollåttan 2023

	<i>Manusstopp</i>	<i>Utgivning</i>
Nr 4.	12/8	Vecka 37
Nr 5.	15/9	Vecka 42
Nr 6.	3/11	Vecka 49

Nummer 4 kommer ut under andra veckan i september.

Som medlem är du alltid välkommen att skicka 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.

Ditt material mailar du till info@dhrs.se eller skickar per post till DHR Stockholmsavdelningen, Hammarby Fabriksväg 12, 120 30 Stockholm.



Nollåttan kontaktuppgifter

Ansvarig utgivare: Sebastian Nikula

Redaktör: Lina Jansson

Redaktionsutskott: Sebastian Nikula,

Louise Lindström, Lina Jansson.

E-post: info@dhrs.se

Marknad & Annons: Kansliet

Tryck: Bergs Grafiska.

Bilder: DHR, Zakett och unsplash

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

Nollåttan info

Nollåttan är 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.

Foto: Samtliga personer har godkänt fotografering.

Om DHR Stockholmsavdelningen

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

Redaktör och administratör:

Lina Jansson. Tfn: 08 – 564 826 50,

mobil 0709-819989 (må-to 09.00-13.30)

E-post: lina@dhrs.se

Ekonomi: Henric Stenström

Tfn: 070-258 78 94

E-post: henric.stenstrom@dhrs.se

Styrelse

- Nils Duwähl, ordförande

Tfn: 073-981 99 34

E-post: nisse.duwahl@dhrs.se

- Magnus Lindmark, vice ordf., kas-saförvalt. Tfn: 070-687 19 60

E-post: mlindmark873@gmail.com

- Amir Amirrazi, information, sektions-rådsansvarig. E-post: amirrazi@dhrs.se

- Ulla Kjellvinger, resor och evene-mangsansvarig. Tfn: 073-394 24 64

E-post: ulla.kjellvinger@gmail.com

- Daniel Pollak, ledamot.

E-post: danpo03@gmail.com

- Anna Palmborg, ledamot.

E-post: anna.palmborg@gmail.com

- David Hansson, ledamot.

E-post: david.hansson641@gmail.com

- Carina H Lindahl

E-post: scobidobi2003@yahoo.com

- Eva Pettersson, ledamot.

E-post: evasletmo@hotmail.com

Valberedning

Yvonne Lindros, Ingela Mismo,

Pelle Westerlund

E-post: info@dhrs.se



Midsommar

Fredag den 23 juni 2023 åker vi till DHR Västerås sommargård Lagersberg.
Samling kl 09.30-09.45 på Cityterminalen,
Klarabergsviadukten 72 Sthlm, på höger sida vid Espresso House.
Bussen lastar kl 10.00 åker kl 10.30.
Åter i Sthlm ca kl 21.30.

Bussen har lift. Antalet platser för resenärer som sitter kvar i sina stolar under färd är begränsad. Pris 400:- för medlem och för icke medlem 600:-
Avgiften betalas in på avd BG nr 710-9333

Det blir kaffe och smörgås när vi kommer fram. Sen kaffe/te och jordgubbstårta, fram emot kvällen blir det midsommartallrik. Vi hjälps åt med att klä midsommarstången. OBS! Ta med Er blommor.

Ledsagare finns med på resan.

Sista anmälningssdag onsdagen den 7 juni.

Anmälan är bindande.

Anmäl Er till Majvor de Chasseur tfn 070-528 50 69
eller till Ulla Kjellvinger tfn 073-394 24 64.

Alla är hjärtligt välkomna, inte bara medlemmar!

Arrangör Stockholmsavdelningen

Västerort

Västerorts utflykt torsdagen den 3 augusti: Artipelag



Vi träffas kl 11.00 och avslutar ca kl 15.00.
Vi börjar med att inta en lunch buffet och kaffe.
Därefter finns det goda möjligheter att promenera på en välordnad och tillgänglig väg ner till Bryggan och njuta av den vackra omgivningen.

DAGEN KOSTAR 250 KR som betalas kontant på plats. ANMÄLAN ÄR BINDANDE

Anmälan görs till:
Karin Lemberg 073-618 45 33
Eller
Gunvor Hersen 070- 771 39 17
SENAST TORSDAGEN DEN 27/7

Åker du färdtjänst så är adressen Artipelagstigen 1 Värmdö. Kommunalt tar du buss 474 från Slussen till Gustavsbergs Centrum, där byter du till buss 468 till Håludden/Artipelag. Restiden ca 1 timma.

Sommartid tabellen har inte kommit i skrivande stund, så ring SL upplysning telnr: 08-600 10 00.

Det finns även en direktbuss som går från Cityterminalen - kostar 50 kr. Biljetter köper du på nätet och i Artipelags informationsdisk. (Artipelags hemsida)

Vi hoppas på en solig och trevlig dag tillsammans. Ledsagare finns.

ALLA HJÄRTLIGT VÄLKOMNA
VÄSTERORTSEKTIONEN

Västerorts trivselbingo i SpångaFolkan

Efter ett par sköna sommarmånader startar vi åter TrivselBingo på Spånga Folkan, Spångavägen 353.

Höstens första Bingoträff den **3 september** mellan kl 12.00-15.00.
Vi spelar som vanligt på brickor med stora siffror.
Fikapaus med Hembakat bröd och kakor.
Vi ger information om aktuella möten och aktiviteter.

HJÄRTLIGT VÄLKOMNA
VÄSTERORTSEKTIONEN



Tillgängligt Fiske

Den 24 augusti kommer DHR Stockholmsavdelningen att anordna ett en fiskedag i Norrtälje, Naturreservatet Tranvik.

Det är möjligt att resa dit med färdtjänst eller egen bil.
Vi kommer under dagen att fiska i båt, uppleva en härlig natur.

Båten vi kommer använda oss av är tillgänglig i rullstol eller permobil.
Mer information om Sveriges Funktionshindrades Frilufts & Fiskeförening, SFFF, och den unika naturen finns att läsa mer om på deras hemsida. Se länk nedan.

Mer information om anmälan och mer praktisk info kommer, så var beredd.
Antalet platser kommer att vara begränsat.

<https://sverigesfff.se>



Bowling i höst

Ta chansen att förgylla höstmörkret med bowling!

**Vi träffas tre gånger med start 29 augusti.
Inga förkunskaper krävs.
Gotlandsränna finns.**



Begränsat antal platser.

Sista anmälningsdag 22/8

till Lina på kansliet, tel. 08-564 826 50 eller 0709-81 99 99.

Mail: lina@dhrs.se

Plats: Bowl4Joy i Vårby, adress Bäckgårdsvägen 47, 143 41 Vårby.

När: tisdag 29/8, 12/9, 26/9

Tid: 18.30 till 20.00. Deltagare bör vara på plats 18.00 för ev skobyte.

Resa Grisslehamn-Eckerö

Vi träffas **lördag den 16 september**
kl 11.15 på Cityterminalen
Klarabergsviadukten 72 Sthlm, på
höger sida vid Espresso House.

Bussen lastar kl 11.45 och åker kl 12.15
Åter i Stockholm ca 21.45. Bussen har lift.
Antalet platser för resenärer som sitter kvar
i sina stolar under färd är begränsad.
För de som vill åka direkt med färdtjänst
gäller följande: Samling utanför terminalen ca kl
14.15.

**Pris: Medlemmar som tar egen färdtjänst
300:- Medlemmar som åker med bussen 350:-**
Icke medlemmar 600:-
Resterande belopp står avdelningen för.
OBS. Det finns inga rullstolar att låna vid
terminalen.

Avgiften betalas in på avd BG nr 710-9333.
I priset ingår bussresa, båtresa och buffé. Vi
äter direkt när båten lägger ut kl 15.00.



Ledsagare finns med på resan.

**OBS: De som har problem med att gå
och behöver mycket hjälp måste ha en
egen assistent med på resan.**

OBS! Glöm inte godkänd ID-handling.

Anmäl Er till Majvor de Chasseur
tfn 070-528 50 69 eller till Ulla Kjellvinger
tfn 073-394 24 64

**Sista anmälningsdag
måndag den 28 augusti**

Anmälan är bindande

Arrangör Stockholmsavdelningen

Resa med hemligt mål!

Resa ev mot kusten, ej klart ännu pga
problem med tillgänglig restaurang.

Lördag den 29 juli träffas vi vid Citytermi-
nalen. Samling kl 09.30 Klarabergsviadukten
72 Sthlm på höger sida vid Espresso House.
Bussen lastar kl 10.00, vi åker kl 10.30
Åter i Stockholm ca kl 18.00.

Bussen har lift, antalet platser för resenärer
som sitter kvar i sina stolar under färd är
begränsad.

Pris 400:- för medlem
och för icke medlem 600:-
Avgiften betalas in på avd BG nr 710-9333.

I priset ingår: bussresa och lunch med varm-
rätt (kött, fisk eller vegetarisk) plus smör,
bröd och bordsdricka. Bestäm vad Du vill
äta. Ledsagare finns med på resan.

Anmälan är bindande.

Sista anmälningsdag torsdag den 6 juli.

Anmäl Er till
Majvor de Chasseur tfn 070-528 50 69
eller till Ulla Kjellvinger tfn 073-394 24 64

Alla är hjärtligt välkomna,
inte bara medlemmar!
Arrangör Stockholmsavdelningen



Andra resan till Tusen sjöars land

Söndagen den 27 augusti, samling kl 15.45

i Tallink-Silja Terminalen Hamnpirsvägen 10, Värtan Stockholm.

Båten Silja Symphony åker till Helsingfors kl 16.45.

Åter vid terminalen tisdag den 29 augusti kl 10.00.

OBS! Det finns 8 st fullt tillgängliga hytter. Det är först till kvarn som gäller.

Pris 1500:- för medlem, för icke medlem 2500:-

I priset ingår resa, hytt, 2 st bufféer och 2 st frukostar

Resterande belopp står avd för.

Ledsagare finns med på resan, för att bistå vid måltider och dylikt.

Alla måste på egen hand eller via egen assistent ta sig in och ur sin egen hytt och toalett/dusch. Våra ledsagare har inte möjlighet att hjälpa till med detta.

OBS! Tänk på att ta med godkänd ID-handling.

Anmäl Er till Majvor de Chasseur tfn 070-528 50 69

eller Ulla Kjellvinger tfn 073-394 24 64

Sista anmälningssdag tisdag den 25 juli

Anmälan är bindande.

Alla är hjärtligt välkomna, inte bara medlemmar!

Arrangör Stockholmsavdelningen

Söder om söder

Första musik-caféet för säsongen

Lördag den 19 augusti kl 13.00-15.30

Ari Haatainen underhåller med dragspel och sång



Sista anmälningdag tisdag den 15 aug.

Plats: Bagarmossens Folkets hus. Lillåvägen 44, Bagarmossen.

Pris 60:- för medlemmar och 70:- för icke medlem.

Betalas på plats eller via Swish.

Välkommen med din anmälan till Majvor de Chasseur tfn 070-528 50 69
eller till Ulla Kjellvinger tfn 073-3942464

Anmälan är bindande. Smörgås o kaffe/the serveras. DHR-Info och ett stort lotteri med fina vinster. Hörselslinga finns på plats. Ledsagare finns på plats. Alla är hjärtligt välkomna inte bara medlemmar. Arrangör Söder om Söder.

Lunchträffar i sommar

Måndag den 26 juni kl 12.30-15.00

OBS! Nytt ställe: Vi träffas på Bagarmossens Tapas, Lagaplan 5
(samma hus som ICA)

Färdtjänstadress Lillåvägen 44 Bagarmossen

Sista anmälningdag onsdag den 21 juni.

Måndag den 24 juli kl 12.30-15.00

Vi träffas på Bagarmossens Tapas Lagaplan 5
Färdtjänstadress Lillåvägen 44 Bagarmossen.

Sista anmälningdag onsdag den 19 juli



Höstens första lunchträff

Måndag den 21 augusti kl. 12.30-15.00

Vi träffas på Restaurang Hjälmarens Hjälmarsvägen 43

Färdtjänstadress Hjälmarsvägen 37 Årsta

Buss 160 från Gullmarsplan eller Årstaberg till Årsta Torg.

Sista anmälningdag onsdag den 16 augusti.

Info om lunchträffarna: Vi äter lite god lunch, pratar och umgås under trevliga förhållanden. Var och en betalar för sig själv. Ledsagare finns på plats. Anmäl Er till Majvor de Chasseur tfn 070-528 50 69 eller till Ulla Kjellvinger tfn 073-394 24 64

Alla är hjärtligt välkomna, inte bara medlemmar.
Arrangör Söder om Söder

Söder om söder firar 50 år!

Lördag den 23 september kl 13.00-16.30

Lokal ej klar ännu.

Kom och fira med oss!

Fair-Lines kommer att spela o underhålla.

Det blir smörgåstårter med dricka, kaffe o kaka.
DHR-Information och stort lotteri med fina vinster.

**Välkommen med din anmälan senast
tisdag den 5 september till:**

Majvor de Chasseur, tfn 070-528 50 69 eller till

Ulla Kjellvinger, tfn 073-394 24 64

Anmälan är bindande

Pris: 100:- för medlem, 150:- för icke medlem.

Betalas på plats eller via Swish.

Hörselslinga finns på plats. Ledsagare finns på plats.

Alla är hjärtligt välkomna inte bara medlemmar.

Arrangör Söder om Söder



Bidragstiftelsen

Den 1 maj – 1 september tar DHR Bidragstiftelsen emot ansökningar om bidrag. Du kan ansöka om bidrag till studier, tekniska hjälpmedel, anpassade fritids- och idrottsredskap samt rehabilitering- eller semester-vistelser.

Besked om eventuellt bidrag lämnas i december.

Läs mer på

www.bidragstiftelsen.se

Kontaktperson Susanne Wettby tfn 08-744 12 90 e-post:

susanne@bidragstiftelsen.se



Kansliet sommarstängt

Kansliet kommer att ha sommarstängt mellan den 3 juli och 13 augusti.

Styrelsen och kansliet önskar våra medlemmar en härlig sommar och hjärtligt välkomna till sommarens aktiviteter!



Vi börjar den 6 september kl. 17.40 –19.30 och badar onsdagar t.o.m. 13 december
Välkommen!

Beckomberga simhall, Söderberga allé 80
 Omklädningsrum, dusch, bastu och stora bassängen har vi för oss själva
 Terapibassängen med 32 – 34 grader och
 höj- och sänkbar botten (70 – 140 cm) är vår
 mellan kl. 18 och 19. Vi har egen ledsagare.

DHR-medlemspriset är 400 kr per termin
 Ring kansliet på tfn 08-564 826 50 eller till
 Carin Lemberg tfn 073-618 45 33 och anmäl
 dig till höstterminen senast den 31 augusti!



Stora Sköndals handikappbad

Nils Brincks väg 11

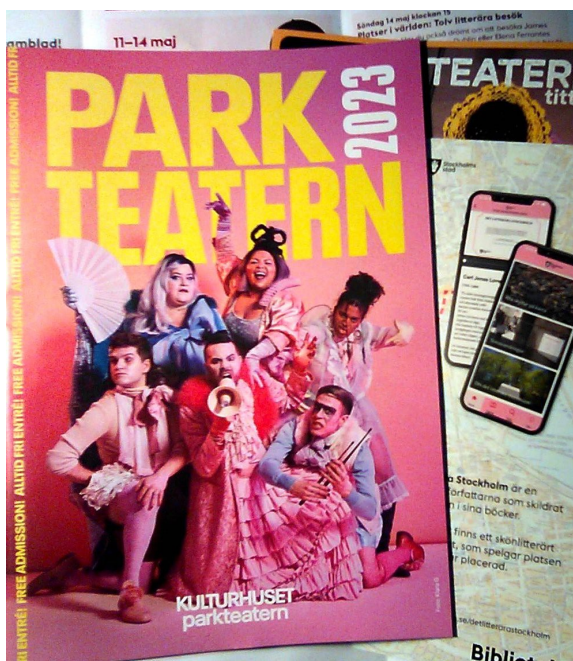
10 juni – 20 augusti 2023:

Badet är bemannat:

Måndag:	10.00–18.00
Tisdag:	10.00–18.00
Onsdag:	10.00–18.00
Torsdag:	10.00–21.00
Fredag:	10.00–18.00
Lördag:	10.00–18.00
Söndag:	10.00–18.00
Midsommarafton	10.00–16.00
Midsommardagen	10.00–16.00

Badet är för dig med funktionsnedsättning och dina närstående.
 Har du en funktionsnedsättning
 är du välkommen att hämta
 ditt badkort på badet

Parkteatern presenterar sig både på nätet och med ett tryckt program



De uppträder maj-september med olika aktörer över hela Stockholmsområdet med program för alla åldrar och många olika smaker. Det brukar finnas rullstolsplatser. Man kan också kolla tolkningsmöjligheter. Det finns en praktisk lista med färdtjänstadresser till spelplatserna. Parkteaterns och andras trycksaker finns i Kulturhuset och på biblioteken.

Praktisk info!

- ▶ Alltid fri entré och ingen biljett krävs.
Tips! Kom i god tid för bäst chans till sittplats.
- ▶ Vår ambition är alltid att spela även om det är dåligt väder under dagen.
- ▶ Många av våra föreställningar är visuellt intressanta och spännande att titta på även om svenska inte är ditt modersmål.
Fråga oss om tips!
- ▶ Läs mer om vår värförening Parkteaterns vänner på vår webbsida.
- ▶ Med reservation för ändringar, läs mer och se aktuellt program på vår webbsida.

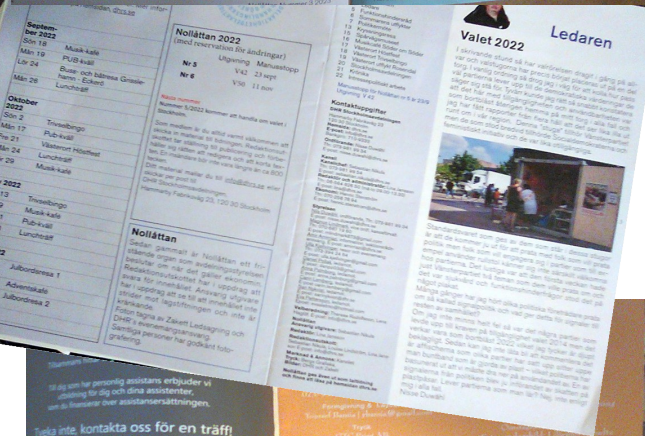
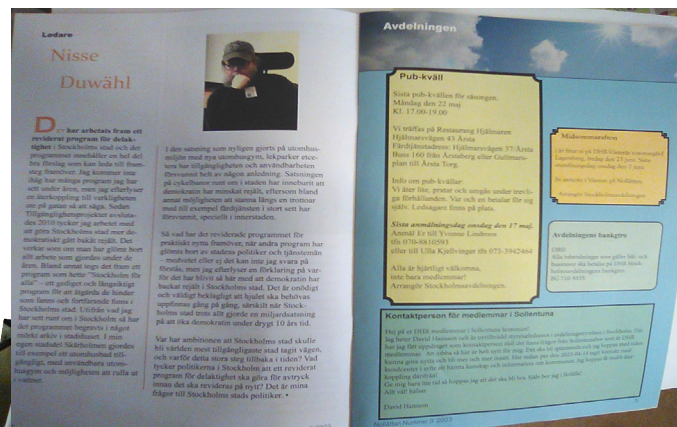
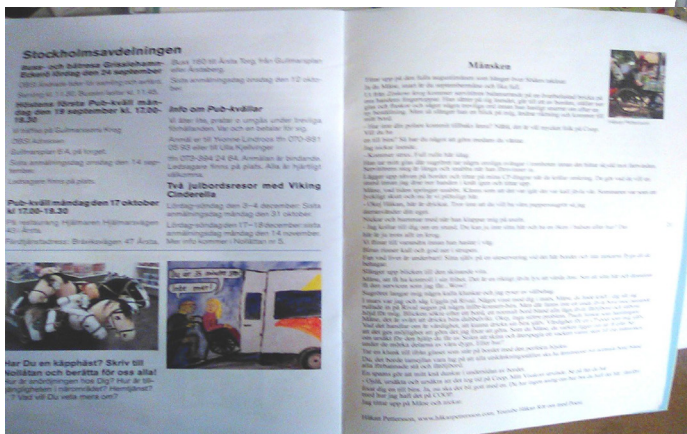


kulturhusetstadsteatern.se/parkteatern

Medlemstidningen Nollåttan har sett olika ut under åren...

I år fyller DHR hundra år och nästa år är det Stockholmsavdelningens tur. Nollåttan och tidigare medlemsblad är hälften så gamla och de har speglat sin tid och smak och teknik. Sedan internet blivit en del av vardagen är mycket nu digitalt. Nollåttan är fortfarande en tryckt produkt men den går också att scrolla på www och lyssna på som taltidning.

Det vore roligt och bra att få veta vad du tycker om hur Nollåttan fungerar och vad du önskar inför kommande år! Hör av dig och tyck till!



PS Det är roligt och spännande att arbeta med en pigg hundraårigs medlemstidning som försöker vara ett bra forum för de lokala konstanta frågorna om hur vår gemenskap ska hjälpa både oss och många andra att göra miljön och vardagen mer praktisk och tillgänglig. Det är en utmaning tycker både Louise som kreatör och Lina som har erfarenhet från bl.a. Djurens rätt och till vilka vi ju som människor – homo sapiens - också hör! DS

Sopor – en evig såpa...

För oss med rörelsenedsättning är det sedan 2021/22 knepigt med t.ex. farligt och skrymmande avfall som inte längre kan hämtas i bostaden utan kostnad. Svoa/Stockholm Vatten och Avfall har utan vidare förvarning slutat med den nätsökningsbara avgiftsfria tjänsten...



Sedan 1 januari 2023 ska ju soprum etableras, matavfall sorteras m.m.... Hur är det hos dig? Hör av dig till oss och berätta!