



Nollåttan

Årgång 53 Nr 2 2024



Nollåttan är DHR Stockholmsavdelningens medlemstidning
Delaktighet Handlingskraft Rörelsefrihet

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

Nr 2 2024

2 Kalendarium

4 Ledare

5 Årsmöten

6 Avdelningen

8 Intressepolitik

12 Söder om söder

14 På gång

18 Medlemsförmåner

19 Råd & stöd

20 Smått & gott

21 Krönika

22 Info om Nollåttan

23 Korsord



Detta händer i avdelningen

Mars

6 mars	Bowling
13 mars	Avdelning styrelsemöte
16 mars	Musikcafé
18 mars	Pubkväll
23 mars	Söder om Söder årsmöte
23 mars	Avdelningen årsmöte
25 mars	Lunchträff

April

3 april	Bowling
10 april	Avdelning styrelsemöte
14 april	Resa Grisslehamn - Eckerö
15 april	Pubkväll
17 april	Möte inför regionens årsmöte
24 april	Möte intressepolitisk arbetsgrupp
25 april	Medlemsmöte Det fria samtalet
27 april	Musik-café
29 april	Lunchträff



Maj

15 maj	Avdelning styrelsemöte
16 maj	Temamöte nutid
20 maj	Pubkväll
21-23 maj	Resa Eckerö - Sandösund
25 maj	Musik-café
27 maj	Lunchträff

Om DHR Stockholmsavdelningen

DHR Stockholmsavdelningen

Postadress: Vasagatan 28, 111 20 Stockholm

Besöksadress: Mäster Samuelsgatan 70,
111 21 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., kassaförvalt.

Tfn: 070-687 19 60

E-post: mlindmark873@gmail.com

• Amir Amirrazi, information, sektionsrådsansvarig. E-post: amirrazi@dhrs.se

• Ulla Kjellvinger, resor och evenemangsansvarig. 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

Nisse Duwähl

JAG HADE NYLIGEN KONTAKT med en medlem som hade ansökt om hemtjänst. Behovet var bland annat att få hjälp med diskning för hand, men personen uppmanades av biståndsbedömaren att köpa en diskmaskin i stället eftersom punktinsatserna på 10 minuter inte räcker till för att diska för hand.

Hur kan att få sina behov tillgodosedda med hemtjänsten vara en plånboksfråga? Avgiften är baserad på den egna inkomsten, men att behöva köpa en rätt så dyr diskmaskin för att tiden man ges för hemtjänst inte räcker till basala behov tycker jag är väldigt illa. Jag blir inte förvånad längre, bara tvärlig över dessa ständiga besparingar.

En annan sak angående hemtjänsten som jag har fått vetskap om är att när personal kommer hem till kunderna så ska personalen läsa av en så kallad QR-kod med sina telefoner, så att tiden hos kunderna stämmer överens med biståndsbeslutet. Men tydligen går det att logga in innan personalen kommer fram till kunden utan att läsa av koden hemma hos kunden, vilket innebär att kunden inte får den tid som den har rätt till och staden och kunden får betala för dötid, så att säga.



Vet inte hur utbrett detta är, men kommer att rota vidare i det. Är det någon som vet mer så hör av er till avdelningen.

Över till en helt annan sak: Det har varit en dom i Högsta förvaltningsdomstolen att det inte längre går att ta upp bilkostnader som en merkostnad i en ansökan om merkostnadsersättning. Domen sägen bl.a. att om man har en bil så är driftkostnader m.m. en "vanligt förekommande kostnad". En ytterligare försämring alltså. Jag hoppas att förbundet tar tag i detta.

Till sist har jag en efterlysning: söker personer som kan vara God man eller förvaltare, för det är det stor brist på! Så om det är någon som känner sig manad så ta kontakt med Överförmyndarförvaltningen i Stockholm på telefon 08-508 29000. •

Dags för årsmöten

DHR Stockholmsavdelningens årsmöte
Lördag den 23 mars 2024
kl. 13.00 - 17.00 i Bagarmossens Folkets hus

Lillåvägen 44, Bagarmossen
Kaffe & smörgås serveras på eftermiddagen

Sedvanliga årsmöteshandlingar kommer att
finnas på plats. Fr.o.m. den 13 mars kan de
beställas från kansliet tfn 08-56482650 eller info@dhrs.se

Söder om Söders årsmöte
Lördag den 23 mars 2024
kl. 11.15 - 12.15 i Bagarmossens Folkets hus

Lillåvägen 44, Bagarmossen
Kaffe & bröd kommer att serveras
Sedvanliga årsmöteshandlingar kommer att finnas på plats.

Västerorts årsmöte: Söndag den 25 februari 2024



Njut av våren i den åländska skärgården!

**Resa till Sandösunds Resort & Camping på Åland.
Tisdag den 21 maj till torsdag den 23 maj.**

Resan går i den åländska författaren Sally Salminens bok "Katrina". Olof Salmi kommer att guida oss från Bommarsunds fästning via Vargata på Vårdö fram till Sandösund camping när vi kommer till Åland den 21/5.

Onsdagen den 22/5 kommer vi att på eftermiddagen ha storytelling: skådespelaren Mats Stenlund läser ur romanen Katrina av Sally Salminen En timme och det kommer att serveras fika till det.

Ett tips till deltagarna är att läsa Sally Salminens bok Katrina.

Praktisk info:

Tisdag den 21 maj träffas vi kl. 11.30 på Cityterminalen, adress: Klarabergsviadukten 72 Sthlm. (mitt emot Espresso House).

Bussen lastar kl. 11.45 och åker ca 12.15. Bussen har lift.

Åter i Stockholm torsdag den 23 maj ca kl. 21.45

För de som åker färdtjänst till Grisslehamn gäller följande:
samling vid terminalen kl. 14.30. Båten åker kl. 15.00.

Vi äter en middag när vi kommer fram till Sandösund. Det finns åtta fullt tillgängliga dubbelrum där.

Pris: 1300 kr för medlem. Pris: 1600 för icke medlem. Avgiften betalas in på avd BG 710-9333. I priset ingår resa, två middagar, två luncher, två frukostar samt buffé-middag på båtresan hem.

Sista anmälningdag torsdag den 18 april.

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

eller till Ulla Kjellvinger tfn 073-394 24 64. Anmälan är bindande.

Alla är hjärtligt välkomna inte bara medlemmar. Arrangör Stockholmsavdelningen



Pubkvällar

Avdelningen

Alla Pub-kvällar är på Restaurang Hjälmaren.

Pub-kväll måndag den 18 mars kl 16.00-18.30

Sista anmälningdag onsdag den 13 mars.

Pub-kväll måndag den 15 april kl 16.00-18.30

Sista anmälningdag onsdag den 10 april.

Pub-kväll måndag den 20 maj kl 16.00-18.30

Sista anmälningdag onsdag den 15 maj

Vi ses på Restaurang Hjälmaren Hjälmarsvägen 43
Årsta. Färdtjänstadress: Hjälmarsvägen 37 Årsta.
Buss 160 från Gullmarsplan eller Årstaberg till Årsta Torg.
Ledsagare finns på plats.

Info om Pub-kvällar:

Vi äter lite och umgås under trevliga förhållanden.

Var o en betalar för sig själv.

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

eller till Ulla Kjellvinger

tfn 073-394 24 64

Anmälan är bindande.

Alla är hjärtligt välkomna, inte bara medlemmar.

Arrangör Stockholmsavdelningen.

Buss och Båtresa Grisslehamn-Eckerö

Söndag den 14 april

Tid: Vi träffas kl. 11.15 på Cityterminalen, adress Klarabergsviadukten 72 Sthlm (mitt emot Espresso House).

Bussen lastar kl. 11.45 och åker ca kl. 12.15. Åter i Stockholm ca kl. 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 till Grisslehamn gäller följande: Samling utanför Terminalen kl. 14.30.

Pris: 300:- för medlemmar 600:- för icke medlem. Avgiften betalas in på avd BG 710-9333. I priset ingår resa och buffé. Vi äter direkt när båten lägger ut kl. 15.00.

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

Sista anmälningdag onsdag den 13 mars.

Glöm inte godkänt ID-kort eller pass.

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

eller till Ulla Kjellvinger tfn 073-394 24 64

Anmälan är bindande.

Arrangör Stockholmsavdelningen

LSS har urholkats

Många kommuner tycks inte se som sin uppgift att medverka till att personer med svåra funktionsnedsättningar ska få goda levnadsvillkor, utan strävar efter att göra så litet som möjligt utan att bryta mot lagen. Det skriver Bengt Westerberg, i en debattartikel ursprungligen publicerad i Svenska Dagbladet.

För 30 år sedan trädde LSS, lagen om stöd och service till vissa funktionshindrade, i kraft. Jag var som socialminister ansvarig för den.

LSS ska säkerställa att personer med omfattande funktionsnedsättningar får möjlighet till ett gott liv. Vi kan inte trollera bort deras funktionsnedsättningar, men vi kan försöka kompensera för dem. Det förutsätter att de snart sagt dagligen får stöd, ofta av andra personer, för att klara det andra klarar på egen hand. Erfarenheten var att de tidigare hade svårt att få sina behov tillgodosedda och halkade efter i välbefinningsutvecklingen. Det lade också ett orimligt stort ansvar på anhöriga. Många hade en 168 timmars arbetsvecka. Därför behövdes LSS.

Funktionsnedsättningar är av många olika slag. Det är omöjligt att i lagtext räkna upp alla tänkbara varianter och vilka insatser de kräver. I stället får man ange vilket målet är och från fall till fall bedöma vilka insatser som behövs.

Målet enligt LSS är att personer med stora funktionsnedsättningar ska ha goda levnadsvillkor och kunna leva som andra. För att nå det måste insatserna anpassas till den enskildes behov.

De ska göra det möjligt för hen att till exempel bo i en egen bostad, arbeta, gå på toaletten när behovet uppstår, gå ut och handla eller gå på bio eller göra en semesterresa.

Hur har det gått? För dem som får insatser har LSS betytt jättemycket, oavsett om de har en bostad med särskild service, personlig assistans, ledsagning, daglig verksamhet eller någon annan insats. Men färre får hjälp, och färre får den hjälp de behöver, än det var tänkt. Bedömningarna har ofta blivit snävare än vad som förutsattes när vi tog fram lagen. Ta personlig assistans som exempel.

I propositionen sades att personer som ”behöver mycket omfattande hjälp eller hjälp av mycket privat karaktär” för att till exempel klara sin hygien, klä av och på sig, inta måltider eller kommunicera med andra skulle ha rätt till insatsen. Vi undvek dock att i lagtexten precisera några kriterier eftersom det är svårt att förutse alla de situationer som kan motivera personlig assistans.

Redan 1996 ändrades lagen i syfte att minska kostnaderna genom att begränsa rätten till assistans. Regeringen och riksdagsmajoriteten skrev då in de nämnda kriterierna i lagen och benämnde

dem grundläggande behov. För att någon skulle ha rätt till assistans krävdes från då att hen skulle ha sådana grundläggande behov av viss omfattning.

I rättspraxis har begreppet grundläggande behov därefter successivt snävats in så att bara de behov som är av mycket privat karaktär räknas.

I stället för att ta hänsyn till alla behov som är ”omfattande” eller ”av privat karaktär” räknas nu bara de som är ”omfattande och av privat karaktär”. Låt mig konkretisera.

- Vid måltider räknas bara det behov som anses vara av mest privat karaktär, att föra mat till munnen, som grundläggande, inte behov av hjälp att inhandla maten, duka inför måltiden eller att tillaga eller skära upp maten även om de behoven är mycket omfattande.
- Vid på- och avklädning räknas bara det som anses vara av mest privat karaktär, att klä på och av sig underkläder, som grundläggande, inte behov av hjälp med att ta fram kläder, att välja kläder efter väder eller att ta på och av andra innekläder eller ytterkläder även om de behoven är mycket omfattande.

Det dröjde till omkring 2010 innan den här rättspraxisen slog igenom. Dessförinnan tog man hänsyn till både omfattningen och den privata karaktären.

Ibland blev domstolarnas tolkning av lagen så märklig att regering och riksdag kände sig tvingade att ändra den. När det till exempel i en dom hävdades att sondmatning inte skulle ses som ett grundläggande behov ändrades lagen så att sondmatning blev det.

Men gällande rättspraxis leder fortfarande ibland till absurda konsekvenser.

Personer som har haft personlig assistans i många år på grund av omfattande behov har blivit av med den därför att de behov som klassificeras som grundläggande inte har bedömts vara tillräckligt stora. Deras totala behov har inte minskat men myndigheterna har plötsligt valt att klassificera dem annorlunda. Andra med omfattande behov har av samma skäl nekats assistans.

Konsekvenserna av dessa beslut skiljer sig från fall till fall, men låt mig ge ett konkret exempel, som handlar om en ung man, 26 år gammal, med utvecklingsstörning och autism.

I över tio år och fram till för något år sedan har han haft personlig assistans, under de sista åren på heltid. Det innebar i hans fall cirka 500 timmar per månad. Den insatsen gav honom goda levnadsvillkor. Han kunde bland annat bo i en egen bostad. Men så beslutade kommunen plötsligt att dra in assistansen. Den bedömde inte längre att hans grundläggande behov var tillräckligt stora. Han kan föra mat till munnen och klä av och på sig sina underkläder och då spelar det ingen roll att hans totala behov är omfattande, att han måste få hjälp med alla andra moment vid måltider och vid på- och avklädning och med mycket annat, till exempel att kommunicera med andra, och att han behöver kontinuerlig tillsyn eftersom han kan bli utåtagerande.

forts. på nästa sida

Vi ska naturligtvis inte blunda för att insatser kostar. Men kunde vi mitt under krisen i början av 1990-talet prioritera den uppgiften så kan man det nu.

Så vad fick han i stället? Jo, drygt 110 timmar hemtjänst och 25 timmar ledsagning. Liksom tidigare deltar han på vardagar i daglig verksamhet. **Men hans behov kvarstår alltså under de resterande 365 timmarna. I praktiken förutsätter kommunen att hans mamma då tar hand om honom.**

Det står naturligtvis inte uttryckligen så i något kommunalt beslut, men att det är intentionen framgår av att kommunen har beviljat henne avlösning under 20 timmar per månad. För att hon ska klara uppgiften har han tvingats flytta hem till henne. Kommunen har alltså sparat pengar genom att övervältra ansvaret på hans mamma. Hon måste ovanpå sitt vanliga arbete lägga mer än en heltid på att ta hand om sin vuxne son.

Konsekvenserna är naturligtvis orimliga. De försöker få kommunen att ändra sig och dess beslut har överklagats till förvaltningsrätten. Men allt tar tid, prövningen i rätten kanske ett år. Under tiden måste han leva med sämre levnadsvillkor än vad han enligt LSS har rätt till. Och hans mamma tvingas dubbelarbeta och utföra det ena arbetet utan lön.

Situationen är dessvärre inte unik. Många kommuner tycks inte se som sin uppgift att medverka till att personer med svåra funktionsnedsättningar ska få goda levnadsvillkor, utan strävar efter att göra så litet som möjligt utan att bryta mot lagen. Erfarenheten visar att det alltför ofta är alltför litet. Vi hade goda intentioner med LSS, men kraven på insatser för att nå målen är uppenbarligen inte tillräckligt vassa. Därför bör LSS 30 år firas med att ta fram en ny LSS som ställer tydligare krav.

Vi ska naturligtvis inte blunda för att insatser kostar. Men kunde vi mitt under krisen i början av 1990-talet prioritera den uppgiften så kan man det nu. Om viljan finns. •

*Bengt Westerberg
socialminister 1991–94*

Rapport från temamöte dåtid

Det är lördag den 17 februari 2024.

Vi befinner oss i en konferenssal i Globe Hotell med adress Arenaslingan 7.

Efter en otillgänglig start som krävde en extra sväng för att hitta en nedskuren trottoarkant att rulla över.

Desto mer positivt att av trevlig hotellpersonal bjudas såväl glass som varm eller kall dryck vid ankomst. Vice ordförande Magnus trädde in i Nisses ställe, som blivit sjuk, hälsade oss välkomna. Vi serverades, vid dukat bord, jättegoda wraps och valfri dryck. Johan och David hälsade och satte sig vid mitt bord.

Seminariets tema behandlade inte bara DHR:s jubilerade hundra år, utan gav ett grundligt historiskt pusselperspektiv vars bitar inte alltid passat eller passar in.

Föreläsarna med Margareta Persson i spetsen, gav de historiska perspektiven omkring funktionshindrade, allt från att man skämdes, gömde eller tyckte de "efterblivna" borde dö, till att stoppa dem i "vanförestalter". De beskriver DHR:s gedigna och envetna kamp att organisera sig för funktionshindrade. Ett makalöst arbete som ofta lett till ordentliga bakslag men också givit många goda resultat, förändrat en hel del samhällsstruktur, anpassat bostäder samt skapat möjligheter för många vars vissa funktioner har brister.

Mycket återstår menar man, innan det råder fullständig likvärdighet människor emellan. Margareta Persson har skrivit en bok om funktionshinderrörelsen, där hon genom titeln Demokratins styvbarn, ger en känga till det politiska ansvaret för brister i likställighet mellan alla människors möjligheter.

Som själv rörelsehindrad till följd av en muskelsjukdom, är jag naturligtvis med i stora drag över förbundets ståndpunkter. Naturligtvis är vi som har problem med vissa funktioner tacksamma för stöd, hjälpmedel och inte minst DHR:s kämpande och självklara arbete för attitydförändringar och förbättringar för funktionshindrade.

Vissa samhällsinstanser saknar kunskap och förståelse för oss med funktionshinder. Det gäller t ex trafikkontoret, som varken begriper att skära bort vissa trottoarkanter eller skrapa bort snö och is-knölar så våra hjälpmedel tar sig fram. Däremot erfar jag att de flesta människor man möter i vimlet är förstående, hjälpsamma och tillmötesgående.

/Gun Sjöbom

Lunchträffar



Lunchträff måndag den 25 mars kl 12.30-15.00

Sista anmälningdag onsdag den 20 mars.

Den här lunchträffen ses vi på Restaurang Hjälmaren, Hjälmarsvägen 43 Årsta. Färdtjänstadress Hjälmarsvägen 37 Årsta. Buss 160 från Gullmarsplan eller Årstaberg till Årsta Torg. Ledsagare finns på plats.

Lunchträff måndag den 29 april kl 12.30-15.00

Sista anmälningdag onsdag den 24 april.

Vi ses på Restaurang Hjälmaren, Hjälmarsvägen 43 Årsta. Färdtjänstadress Hjälmarsvägen 37 Årsta. Buss 160 från Gullmarsplan eller Årstaberg till Årsta Torg. Ledsagare finns på plats.

Lunchträff måndag den 27 maj kl 12.30-15.00

*Sista anmälningdag onsdag den 22 maj.
Bestäm om Du vill ha kött eller fisk.*

Nu träffas vi på Bagarmossens Tapas Lagaplan 5 Bagarmossen (samma hus som ICA) Färdtjänstadress: Lillåvägen 43 Bagarmossen.

Info om lunchträffar:

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.

Musik-café



Lördag den 16 mars kl 13.00-15.30

Vi blir underhållna av trubadurerna
"Janke och Tjomba Duo". Det blir sång och musik.

Sista anmälningdag tisdag den 12 mars.

Lördag den 27 april kl 13.00-15.30.

Den här gången så får vi välkomna:
Ninni Bautista och Måns Ek

Ninni är känd som körsångerska hos
Lotta på Liseberg, hon har sjungit med
Sonja Ahlden. Måns spelar o sjunger.

Sista anmälningdag tisdag den 23 april.

Lördag den 25 maj kl 13.00-15.30.

Säsongsavslutning!

Nu blir det fart när vi välkomnar gruppen FAIRLINES
Det blir fullt ös med 50-60-70-80 tals musik.

Sista anmälningdag tisdag den 21 maj.

Plats: Bagarmossens Folkets Hus Lillåvägen 44, Bagarmossen.

Pris 60:- för medlemmar 70:- för icke medlemmar. Betalas på plats eller via Swish.

Kaffe/the och smörgås serveras.

Info:

Välkommen med din anmälan till Majvor de Chasseur tfn 070-528 50 69
eller till Ulla Kjellvinger tfn 073-394 24 64.

Anmälan är bindande. 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.

Är du mellan 15–50 år och har ett rörelsehinder?

Var med i forskningen som handlar om att gå från ung till vuxen när man har ett rörelsehinder.

Vill du dela din berättelse pseudonymiserat*? Vi är forskare från Marie Cederschiöld högskola som undersöker hur det är att bli vuxen när man har ett rörelsehinder.

Att bli vuxen är inte alltid lätt. Det är mycket som ändras när man går från att vara barn till att bli vuxen.

Man bestämmer vad man vill fylla livet med. Hur vill man bo? Vill man jobba eller plugga? Hur ska ens fritid se ut? Vilka vill man umgås med eller dejta? Och mycket mer.

Har man ett funktionshinder kan övergången till vuxenlivet se annorlunda ut. Det behövs mer kunskap om hur det är att leva med rörelsehinder och bli vuxen idag. Var med i en intervju och dela dina erfarenheter!

Vi söker dig som är 15–50 år, haft ditt rörelsehinder sedan födseln eller innan 3 års ålder – och som inte har diagnos intellektuell funktionsnedsättning eller autism.

Vill du bli intervjuad, veta mer eller har frågor är du varmt välkommen att höra av dig till:



Caroline Andersz

caroline.andersz@mchs.se
073 143 99 61



Magnus Tideman

magnus.tideman@mchs.se
070 371 23 11



*Pseudonymiserat betyder att all din personliga information kommer bytas ut till påhittade namn eller koder så utomstående inte kan få reda på att informationen kommer från dig.

På gång

VAR MED OCH FORMA FRAMTIDEN

På framtidsseminariet i höst kommer vi gemensamt diskutera hur vi vill att samhället ska se ut i framtiden. Det vi i Stockholmsavdelningen ska arbeta för.

Vi kommer diskutera utifrån grundtexter inom fem olika intresseområden:

- Tillgänglighet och bostäder
- Individuella tjänster
- Kommunikationer
- Arbetsliv
- Kultur och fritid

Vi kommer hålla fem fokusgruppsmöten i maj - en fokusgrupp per ämne - där vi tar fram grundtexterna.

Vi behöver din hjälp att hitta deltagare till fokusgrupperna.

Om du känner någon du tror kan vara en bra deltagare i någon av grupperna - eller imorgon du själv kan bidra - skriv till oss och berätta vem du vill nominera, till vilken grupp, och varför du tycker den medlemmen ska vara med.

Det kommer bara vara 5-6 deltagare i varje fokusgrupp så det är inte säkert att just den du nominerar kan vara med. Vi får försöka få till en bra blandning.

Skicka nomineringen till info@dhrs.se

/Susanne Berg och Anna Palmborg

Teater och shower via internet

Personlig Event Service / <https://peservice.se>

(Personlig Event Service är framtagen av Emmel Production AB)

För att underlätta och samtidigt bibehålla hantering av rättigheter och upphovsrätt är förmedlingarna personliga (streaming), direkta och sparas inte.

PES - Personlig teaterbiljett

Hur funkar det?

- Besökaren köper en biljett med vald sittplats i salongen.
- En personlig kamera/telefon, med koppling till internet, startas av biljettkassan med hjälp av peservice.se och en unik internetlänk genereras.
- Kameran ställs på sittplatsen i salongen. Länken förmedlas till besökaren, via sms eller mejl, som då kan ansluta till föreställningen via peservice.se.
- Teatern har hela tiden koll på antalet samtidiga internettittare, med hjälp av peservice.se.

Mer info: Teatern monterar egna kameror i salongen. Teatern har möjlighet att producera en egen önskad kvalité, på den förmedlade föreställningen. Besökaren köper biljett utan sittplats i salongen. (Teatern/arrangören får då en ledig sittplats att sälja).

Med hjälp av peservice.se genereras en unik internetlänk som förmedlas till besökaren via mejl eller sms. (Kan integreras med biljettförsäljningen.) Länken användes för anslutning till föreställningen.

Teatern har hela tiden koll på antalet samtidiga internettittare, med hjälp av peservice.se.

Exempel på mejl till besökaren

“Ämne: Länk till dagens föreställning på XX teater. Nedanstående internetlänk tar dig till dagens föreställning. Länken är personlig och får inte delas med andra.

Teatern har övervakning av antalet samtidigt anslutna besökare. Teatern kan avbryta ”streaming” om obehöriga besökare upptäcks. Med vänlig hälsning /
XX teater”

HBTOI-MÖTESPLATS

I TUMBA

FÖR DIG MED FUNKTIONSNEDSÄTTNING

På gång

Välkommen till en **HBTOI-mötesplats** för dig med funktionsnedsättning!

Här formar deltagarna verksamheten tillsammans med ledarna.
Det är en trygg plats där vi delar erfarenheter. Vi bjuder på enkel fika.

Vi heter **Axel och Noel**, och det är vi som kommer att leda gruppen.



Mötesplatsen är tänkt att vara en säker miljö där du kan dela med dig och utforska din identitet, både som hbtqi-person och funktionsnedsatt.

Vi kommer att ha samtal om normer, kropp, kärlek och liknande. Aktiviteterna anpassar vi efter vad deltagarna själva vill göra.

Vi hoppas och tror att vi tillsammans skapar en plats där deltagarna är normen och deras behov står i fokus.

Vi vill gärna att du kommer, för dina tankar och känslor är viktiga!

Tider:

Onsdagar

7 februari, 6 mars,

3 april, 15 maj kl 17:45-18:45

Plats:

Tumba bibliotek, Stora aktivitetsrummet,
Navet, Tumba torg 105

Kontakt och mer information:
irene.cederborg@botkyrka.se



Stadsbiblioteket i Tumba



BOTKYRKA KOMMUN



Medlemsförmåner i DHR



Har du koll på alla fina förmåner du har som medlem?

Några exempel är bra rabatter på bilar, hotellvistelser och glasögon. Du har också möjlighet att teckna Unik försäkring – ett försäkringskoncept som är ledande i att skapa en tryggare vardag med tillgängliga försäkringslösningar för alla, oavsett individuella förutsättningar. Ring eller maila vår medlemsrådgivare och få information, råd och stöd om att leva med nedsatt rörelseförmåga. Behöver du juridisk rådgivning ingår det också i medlemskapet.



Kurhotel på Teneriffa: På kurhotellet Mar y Sol i Los Christianos på Teneriffa äger DHR två lägenheter som du som medlem kan hyra. Hotellet uppfyller väl kraven på tillgänglighet. Bland annat är den stora poolen försedd med lift. Kontakt för mer information: Virginia Andersson tel: 08-685 80 33 eller Rani Ahmed tel: 08- 685 80 01

Juridisk rådgivning: DHR:s juridiska rådgivning för medlemmar sköts av Juridisk Assistans. Genom ditt medlemskap i DHR har du möjlighet att få juridisk rådgivning per telefon. Helt kostnadsfritt! E-post: info@juridiskassistans.se. Tel: 0793-012326. Lämna ett meddelande så hör de av sig. Du behöver uppge ditt medlemsnummer. Om du inte har ditt medlemsnummer, kan du kontakta medlemsservice på tel. 08-685 80 00 eller mail medlem@dhr.se



Glasögon: På SmartEyes kan du som DHR-medlem få rabatt när du köper glasögon. Rabatterna ligger mellan 15-25% beroende på produkt. Rabatten får du genom att uppvisa giltigt medlemskort.

Försäkring: Som medlem i DHR kan du teckna försäkringar genom Unik Försäkring. Där ingår försäkring av hjälpmedel som permobil och rullstol i hemförsäkringen. Självrisken är endast 300 kr om du förlorar eller skadar glasögon eller hörapparat. Du kan också försäkra anpassad bil, med mera. Genom medlemskapet hos DHR är ditt pris lägre än för andra kunder. För mer information, ring 08-520 056 85 eller maila unikforsakring@fuab.com.



Bil: Som medlem i DHR kan du få rabatt på många olika bilmärken. Rabatten varierar beroende på vilket märke/modell du är intresserad av. Vissa bilmärken ger även rabatter på fabriksmonterad- och extrautrustning.

Scandic-hotell: Du kan bo på alla Scandic-hotell i Sverige till reducerat pris. Rabatten skiftar och är beroende av på vilket hotell du vill bo och på säsong och/eller veckodag. Kontakta medlemsservice om du inte har rabattkoden, tel. 08-685 80 00.



Råd och stöd

DHR Stockholmsavdelningen erbjuder dig som medlem **kostnadsfri rådgivning**.

Vi kan ge dig råd om hemtjänst, ledsagning, bostadsanpassning, parkeringstillstånd med mera.

Ordförande Nisse Düwähl och kanslichef Sebastian Nikula har lång erfarenhet av arbete med dessa frågor och har många bra kontakter.

Tveka inte att höra av dig om du har funderingar!

Sebastian Nikula tfn 073-981 99 54

Nisse Duwähl tfn 073-981 99 34

Smått & gott

Vill du engagera dig i Västerortssektionen?

Hör av dig till kansliet, info@dhrs.se eller kontakta avdelningens styrelse (se telefonnummer i på första uppslaget)

Kulturtips: Liljevalchs vårsalong 2024 pågår 9 februari–21 april

Ordinarie 150 kr
Under 18 år Fri entré
Pensionär 120 kr
Studerande 120 kr

Fri entré måndagar 11–17



Lösning på korsordet i Nollåttan Nr 1 2024

Grattis Louise Lindström som lämnat in rätt lösning! Två trisslotter kommer på posten!



	HAR MJÖLK- BONDE	HEN HITTAS PÅ SYSTEM- ET	HETT SLUT	VRAKAR	MET- STÄLLEN	LÄGER PÅ LAGER	Ö	STAD MED HAVRE	RADERAR FESTLIGA MINNEN?	ÄR SA NICKE	SILVER- SÖTA?	A							
	D	J	U	R	H	Ä	L	L	N	I	N	G							
	VILL FÅ SKÄMT ATLETISK	Ä	T	A	A LÄBB ALLA AVSE- ENDEN	A	S	E	A	Ä	R								
	U	R	S	T	A	R	K	GUMMAN BESKOWS SAGA	T	Ö	ÖVERGÅ TILL	A							
	STOR- MAN MED EGEN SAGA	N	J	A	L	U	T	T	R	A	R								
	DEL AV NY OM EN EN- KEL SAK	H	A	R	L	E	M	EBBA UT FORMEL I	S	I	N	A							
		S	A	S	... SIG OCH KRING SIG	OM	VIKLIK TILL HÖGER I MITTEN	B	U	K	T	PLAGG							
	B	Ö	R	E	J	H	A	M	N	A	M	FEL TILL- FÄLLE RAKNE- ORD	O	T	I	D	HALLS ÄLSKAD KAN MAN HA SKAGG	A	V
GRÖNA	O	V	A	N	A	TANDEN ÄR PÅ VÄG I FEBRU- ARI?	G	A	D	D	E	N	SPORRA WELLES	E	L	D	A	Ä	
ÄR HALV I BÖRJAN	S	E	M	I	FÄR STYRA STIFT	M	A	L	L	HJÄLP- ORGANI- SATION	L	I	O	N	S	FRUSTADE KNOLAR PÅ KNOLAR	N	Ö	S
BOHE- MER?	P	R	A	G	B	O	R	DUBBELT KAST KAN SKOTTEN	A	L	L	O	R	GJÖRT GRUNDA- RETE SES OÄRLIG	P	Å	L	A	T
KVINNA I BAG- DAD	A	G	D	A	TID SOM FYLLS	D	KAN GÅ SNETT LEVER PÅ NYTT	Y	R	Ä	N	S	T	O	L	A	R	SMA I MATEN	
OKOKTA OCH HÄRD- KOKTA	R	Å	A	KRA- VALL- BYGD 1931	Å	D	A	L	E	N	KORAR BAKOM	D	O	A	R	FLÅNGA RUNT	G	N	O
BORG- HILD MED GULLE- FJUN	A	R	N	E	R	SKRÄCK- EN	P	A	N	I	K	E	N	VARNAR	T	U	T	A	R

Plaggoort - Enns-Matthias

© Tankesport Foto: Mostphotos

... och det skiter jag i!

Förbannade, jävla skit! Jag får svepa snabbt för att hinna innan det är dags. Hostar några gånger och stirrar bort mot Janne i barkön.

Vad fan gör jag här på Berwaldhallen? Å framförallt vad gör den gamla rebellen Uggle på ett sånt här snobbställe? Hm just det, drar in en hel del kulor på spektaklet. Men hur kom han på idén att spela med Arméns musikkår? Svårt att tänka mig att han ens gjort lumpen. En annorlunda utmaning för honom förstås.

- Här chefen, ditt vin. Ledsen att jag var sen idag men bilen...
- Jag vill va i god tid på sånt här. Fan, väx upp nångång och fixa en riktig kärra.

Kom igen! Det är bara fem minuter kvar. I med ett jävla sugrör!

- Du är verkligen på ett strålande solskenshumör. Här, drick nu.

Morrar mig fram och hugger sugröret.

Tre stora, snabba klunkar innan smaken hinner ikapp.

– Fy fan! Det är till och med sämre än mitt hemkörda rödtjut. Nä, kör in mig nu så det inte blir mer strul.

- Men kom igen, vinet kostade nästan tvåhundra.
- Ja, förjävligt. Det får jag tjugo liter hemkört för. Kör nu.

Den korta kön ringlar mig snabbt in och Janne sträcker fram biljetten till publikvärden. Som i sin tur gör en generös gest mot näst sista raden i salongen.

Jag nickar till rullstolsgänget längst bak.

Marschmusik drar plötsligt igång och utlöser ett CP-ryck som gör att armen flaxar till. Näven dunkar till skuldran på Janne som ger mig en förvånad blick och tar sig åt axeln. Så spricker han upp i ett leende och ger mig en blinkning.

Dags för Uggle. Han kommer in med taktfulla steg som tamburmajor viftande med stav och allt. Efter honom följer Arméns musikkår med trumpeter, pukor och bombar på med det tunga artilleriet.

Vips reser sig människomuren upp framför mig.

- Vad i helvete!

Känner Jannes andedräkt mot örat när han undrar om jag vill lite utåt i gången. Han ryggar tillbaka när min blick smashar in i honom.

- Kom igen Håkan, var lite positiv. Lite samarbete nu.

Jag hummar och nickar ilsket mot gången.

Tittar nedför trapporna. En ränna mellan höjda klappande händer ända fram till en meter från scenen. Beordrar foten att stampa takten till stråkversionen av *Varning på stan*. Men spänsten i stampet ebbar snabbt ut och blir till inget.

Vad fan gör jag här? Här i diket?

Gläfsar åt Janne och nickar mot utgången.

- Hem redan? Efter bara några låtar?
- Ja, om nu din biljavel bara vill vara så vänlig å starta så vill jag hem till fåtöljen och avnjuta mitt eget delikata vin. Och efter några glas ska näven upp i luften å högt skall det skrålas

”Jag skiter i allt och det skiter jag i!” för jag har vittring på livet.

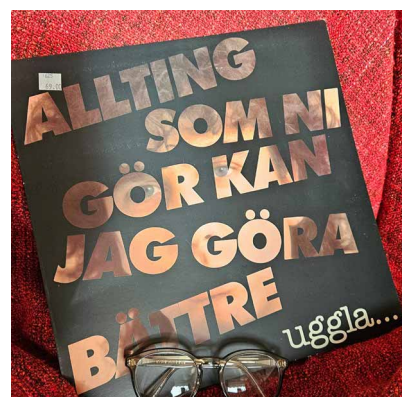
Allting som jag vill ska jag göra!

Håkan Pettersson

www.hakanpettersson.com

Youtube Håkan Rör om med Poesi.

Mejl hp@hakanpettersson.net.



Utgivningsplan Nollåttan 2024

	Manusstopp	Utgivning
Nr 1.	12/1	Vecka 5
Nr 2	14/2	Vecka 10
Nr 3	5/4	Vecka 17
Sommarbladet/ I väntan på Nollåttan	8/5	Vecka 22
Nr 4	9/8	Vecka 36
Nr 5	13/9	Vecka 41
Nr 6	31/10	Vecka 47

Hör av dig! 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, Vasagatan 28, 111 20 Stockholm.

Nollåttan kontaktuppgifter

Ansvarig utgivare: Sebastian Nikula
Redaktör & layout: Lina Jansson
E-post: info@dhrs.se
Marknad & Annonser: 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.

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

[illegible]



Hej igen!

Du som bor i Ekerö, Lidingö, Solna, Sollentuna och Stockholm!

Kom med i DHR* och Stockholmsavdelningen! Som medlem kan Du tillsammans med alla de andra påverka vårt samhälle så att det blir mer jämlikt och jämställt och då mer praktiskt och hanterligt för många fler människor.

Du kan dessutom också delta i och initiera fritidsaktiviteter och social gemenskap Du kan också uppleva och själv utöva bra kamratligt stöd = kompisskap = "medmänsklighet istället för motmänsklighet".

Du är självklart också välkommen om Du bara vill stödja vårt arbete! Även om Sverige ratificerade FN-konventionen för personer med funktionsnedsättningar redan 2009, så tar det tid att implementera ett nytt sätt att se på sig själv och sina medmänniskor. Därför är det viktigt att så många som möjligt är med i den här viktiga processen.

*DHR började som en Kamratförening 1924. **DHR** står numera för **Delaktighet Handlingskraft Rörelsefrihet** efter att ha hetat De Handikappades Riksförbund.

Läs mer på dhrs.se och se Nollåttan m.m. digitalt där. Kolla dhr.se eller ring till förbundet 08-685 80 20 och tala med Erik eller Åsa.

Värva medlemmar! Och få en Sverigelott per värvad ny medlem! D.v.s. ju fler medlemmar ju flera lotter! Värvar du 3 medlemmar under ett kalenderår får du gratismedlemskap året därpå.

Villkoret för lotteriet är att personen du värvat har tackat ja, har blivit registrerad och har betalat sin medlemsavgift.

Har du några frågor?

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

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

Varmt välkommen!