

I väntan på jul 2024

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

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

Innehåll

2 Kalendarium

4 Årsmöten

5 Avdelningen

6 Söder om söder

7 Avdelningen

9 Krönika

**GOD JUL
OCH
GOTT NYTT ÅR**

*önskar avdelningens
styrelse
och kansliet*

Detta händer i avdelningen

November

25 november Lunchträff

December

11 december Bowling

11 december Avdelningen
styrelsemöte

14 december Advents-café

15 december Julbordsresa



Januari

16 januari Båtresä whiskey

20 januari Pub-kväll

22 januari Avdelningen styrelsemöte

27 januari Lunchträff



Februari

12 februari Avdelningen styrelsemöte

17 februari Pub-kväll

22 februari Musik-café

24 februari 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

• Ulla Kjellvinger, resor och
evenemangsansvarig. Tfn: 073-394 24 64

E-post: ulla.kjellvinger@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

Valberedning

Sari Nykvist och Ingela Larsson

E-post: info@dhrs.se

DHR Stockholmsavdelningens årsmöte

Lördag den 29 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 29 mars 2024

kl. 11.15 - 12.15 i Bagarmossens Folkets hus

Kaffe & bröd kommer att serveras

Sedvanliga årsmöteshandlingar kommer att finnas på plats.

Intressepolitiska arbetsgruppen

Vårens första möte blir den 5/2 kl. 13.00 - 15.00 på kansliet.

Vi diskuterar aktuella intressepolitiska frågor, kom med du också! Anmäl dig till Lina på kansliet, tel 0709-81 99 89 eller mail lina@dhrs.se.



Pubkvällar

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.

Pub-kväll måndag den 20 januari kl 16.00-18.30

Sista anmälningsdag onsdag den 15 januari

Pub-kväll måndag den 17 februari kl 16.00-18.30

Sista anmälningsdag onsdag den 12 februari

Vi träffas på Restaurang Hjälmarén,
Hjälmarsvägen 43
Färdtjänstadress Hjälmarsvägen 37 Årsta.
Ramp finns på sidan om trappan.

Buss 160 från Gullmarsplan eller Årstaberg
till Årsta Torg.

Bowling

Vi fortsätter bowla i Sollentuna!

Bowlingen är tillgänglig för alla tack vare hjälpmedlet Gotlandsrännan.



Alla datum vårterminen 2025:

onsdag 29/1, onsdag 26/2, onsdag 26/3, onsdag 23/4, onsdag 14/5, onsdag 18/6

Tid: 13:30 - 15:30.

Plats: Sollentuna Bowling, Stubbhagsvägen 2, Sollentuna.

Starttiden är kl. 14.00 men man bör vara på plats ca 13.30.

Mikke från Zakett är på plats i god tid om du kanske vill äta eller fika innan.

Anmäl dig till Zakett på tel. 08-400 255 33

Bad på Beckombergabadet

När julens alla högtider tagit slut kanske det kan kännas skönt att börja bada i Beckombergas simhall.

Våren 2025 startar upp onsdagen den 8 januari och sista badningen blir den 25 maj.

Vi badar mellan kl. 17.40-19.00.

Vi har stora bassängen och terapibassängen tillgängliga för oss själva. En ledsagare finns på plats. Terapibassängen har hög och sänkbar botten, mellan 70 cm-1,40 cm, och vattentemperaturen är 32-34 grader.

Pris: 300 kr/termin

Anmäl dig till Carin Lemberg, tel. 073-6184533.



Lunchträffar

Lunchträff måndag den 25 november kl. 12.30-15.00

Sista anmälningssdag onsdag den 20 november.

OBS! Sista lunchträffen i år.

Januaris första lunchträff

måndag den 27 januari kl. 12.30-15.00

Sista anmälningssdag onsdag den 22 januari

Lunchträff måndag den 24 februari kl. 12.30-15.00

Sista anmälningssdag onsdag den 19 februari

Vi träffas på Restaurang Hjälmarén, Hjälmarsvägen 43
Ramp finns på sidan om trappan.

Färdtjänstadress: Hjälmarsvägen 37 Årsta

Buss 160 från Gullmarsplan eller Årstaberg till Årsta Torg.

Info om lunchträffar:

Vi äter en 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

Årets första musik-café

Lördagen den 22 februari kl. 13.00-15.30

Artist ej klar

Sista anmälningssdag tisdag den 18 februari.

Plats: Bagarmossens Folketshus Lillåvägen 44 Bagarmossen.

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

Betalas på plats eller via swish.

Info:

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

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.



Whiskymässa på Viking Cinderella



**Vi börjar året med en Whisky provningsmässa.
Med resa Vikingline Cinderella torsdag den 16 januari 2025.**

Vi träffas torsdag den 16 januari kl. 15.30

i Vikingline terminalen Stadsgården.

Båten avgår kl. 17.00

Åter vid terminalen fredag den 17 januari kl. 14.00.

Sista anmälningdag onsdag den 11 december.



Info: Det finns bara 2 fullt tillgängliga hytter. Först till kvarn gäller.

Pris: 1700 kr för medlemmar, 1900 kr för icke medlemmar

Betala in på avdelningens BG 710-9333.

I priset ingår resa, hytt, buffé, brunch och inträde till whiskyprovningen.

Ledsagare finns med på resan för att bistå vid måltider och dylikt. Alla måste på egen hand eller via egen assistent ta sig in i och ur sin hytt och till toalett/dusch. Våra ledsagare har inte möjlighet att hjälpa till med detta. OBS! Tänk på att ta med godkänd ID-handling.

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

Några kulturella ljusglimtar i vintermörkret

Vad Louise inte hunnit med och gärna vill besöka:

Nationalmuséets roliga utställning Romantiken som inkluderar modern konst!

Nordiska muséets jubileumsutställning NORDBOR
m

Det åter öppnade Postmuseum i Gamla sta'n för att kolla både tillgängligheten och hur man uppdaterat innehållet

MODE finns på flera ställen utom i butikerna!
Hos Sven-Harrys och Liljevalchs t.ex.

ArkDes är åter öppet och har också dammat av
PEPPARKAKSHUSTÄVLINGEN

Louise har besökt:

Moderna Muséets nya presentation av sin samling av surrealistisk konst med anledning av konstrikningens 100 år. Att jämföra med DHRs hundra år med sur(-)realistiska levnadsöden och kamp för delaktighet handlingskraft & rörelsefrihet...

Dramatens/Kungliga Dramatiska Teaterns och **Operans/Kungliga Operans** nya gemensamma ateljéer hade öppet hus i de nya stora och tillgängliga lokalerna i Flemingsberg. Operan flyttar tillfälligt till den stora Gasklockan i Norra Djurgårdsstaden om två år då renoveringen börjar. Ferdinand Boberg har ritat både Gaslockan m.fl byggnader inkl, Posthuset där DHRS har kontoret nu.

DANSMUSEET på Drottninggatan som ska flytta till andra lokaler. Passa på att kolla de unika samlingarna från hela världen
Det vore kul om rullstolsdans kunde komme upp i det nya muséet!



I Operans entré finns ett tittskåp med en modell av den gamla oeran från 1762

2024 okt förslag till Nollåttan från Louise



Adventscafé



Adventscafé lördagen den 14 december **OBS! Tid mellan kl 13.00-16.30.**

Vi välkomnar trubaduren Peter Widner som spelar o sjunger.
Sista anmälningdag fredag den 7 december.

Det blir landgång med bordsdricka kaffe o kaka.
OBS! Pris 80:- för medlem 90:- för icke medlem.
Plats: Bagarmossens Folkets hus Lillåvägen 44, Bagarmossen.

Välkommen med din anmälan till Majvor de Chasseur tfn 070-528 50 69 eller till
Ulla Kjellvinger tfn 073-394 24 64. DHR-Info och ett stort lotteri med fina vinster.
Hörselslinga finns på plats. Ledsagare finns på plats.
Anmälan är bindande.

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

Färdtjänst på julafton?

Bra att veta inför julfirandet:
Den 28 november kan man börja beställa julaftonsresor med färd-
tjänst. Deras system kan inte boka tidigare än 28 dagar innan resa.



Kansliet har julstängt
20 december - 6 januari

Här igen

- Åh, där kommer Tomten.

Jag tittar upp på farfarsklockan på köksväggen som, med trasig pendel, står på halv tre och mumlar åt Janne att lägga ner.

- Janne, jag är sextio, inte sex.
- Men se själv, där ute på ängen kommer nån.

Jag suckar och rullar fram till barndomens köksbord och ser bara mig själv i fönsterspegeln.

- Janne, din tokfan. Vad dillar du om?

Med hakan vänder jag blad i boken som ligger uppslagen på bordet.

Tar mig in till köket där Janne står och kavlar ut saffransdegen. Rullar vidare fram till terrassdörren och glor ut genom rutan i det svarta.

- Om Tomten kommer nu, till andra advent, så är han ganska tidig. Och jag kan inte se nån.

Janne, har du redan fått lappsjuka? Och hallisar?

– Visst, det är lättare att köra omkring dig i rullen på trottoarer i Stockholm än att så här års sladda omkring här i leran. Men nej fan, ingen lappsjuka. Lantluften smakar gott och framförallt är mitt jobb mer lustfyllt här. Det gillar både du och jag.

Ser hans överdrivna leende innan ett jamande från Moa-Katt kastar upp min arm i ett CP-ryck. Jag vrider på skallen.

– Jama lagom du Moa. Har du en mus på g? Eller något annat kul? Du får inte utlopp för din mördarinstinkt när vi är i lägenheten. Fattar suget. Och det är suveränt att du håller rent hus. Bra om du jagar dom från garaget också.

Hajar till när Janne sträcker fram ett pekfinger med en gul klick på.

– Sluta kommendera runt med Moa nu. Här, vill du smaka god deg? Det är exakt vad din begynnande kulmage vill ha.

Jag skakar på huvudet och säger att jag snart ska köra dagens omgång med hantlarna.

– Kom igen. Dega ner dig och var inte så träningsfixerad. Du får säkert på dig tomtedräkten i år också. Här, prova en klick.

Jag öppnar käften och mumsar i mig. Sväljer och tittar upp på Janne.

- Så du vad ängvarelsens kläder hade för färg?

– Nej, det var liksom mer bara som en skugga som kom hitåt. Som visste vart han eller hon skulle. Den bar nåt över axeln också. Inte en säck, det påminde mer om en stång eller nåt. Eller kanske snarare en stock.

Nickar hummande och fattar. Men tänker att jag inte kan säga vem det troligen är. Eller kan jag?

Dom bodde i sitt torp några mil här ifrån. Typiskt att han kommer så här års. Han vill bidra med värme inför julen. Kul att han håller traditionen vid liv.

- Håkan, hallå! Vart försvann du?

- Eh, okej, jaha. Hm, när blir lussekatterna klara? Det blir gott med några till kvällsfikat.

Kör mig till köksbordet igen.

Hickar till när jag ser att boken ”på egen hand” vänt blad.

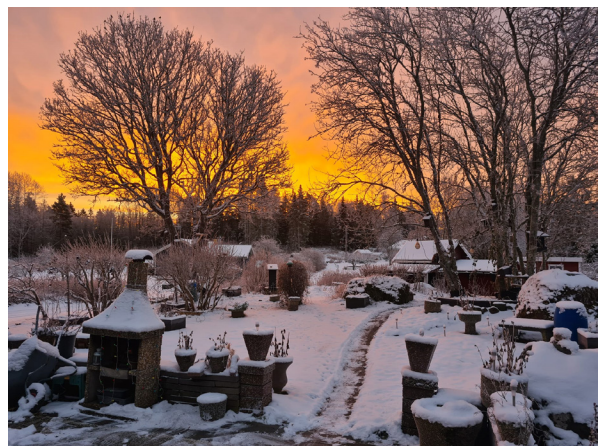
Efter en stund får klockpendeln, som genom ett under börjat svänga igen, ron att landa i mig.

Han är här.

Håkan Pettersson

Patreon Håkan med näsa för stil

Youtube Håkan Rör om med Poesi.





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 = "medmännisklighet istället för motmännisklighet".

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!