

DHR
DELAKTIGHET
HANDLINGSKRAFT
RÖRELSEFRIHET
STOCKHOLMSAVDELNINGEN

Nollåttan

Årgång 54 Nr 3 2025

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

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

Innehåll

Nr 3 2025

2 Kalendarium

4 Ledare

5 Avdelningen

12 Söder om söder

14 Medlemsförmåner

15 Råd & Stöd

16 Bort med hindret

17 Valberedningen

har ordet

18 Info om Nollåttan

19 Krönika

Detta händer i avdelningen

April

22 april Pub-kväll

23 april Bowling

27 april Musik-café

28 april Lunchträff

Maj

14 maj Avdelningen styrelsemöte

14 maj Bowling

18 maj Bussresa Lasse Åbergs museum

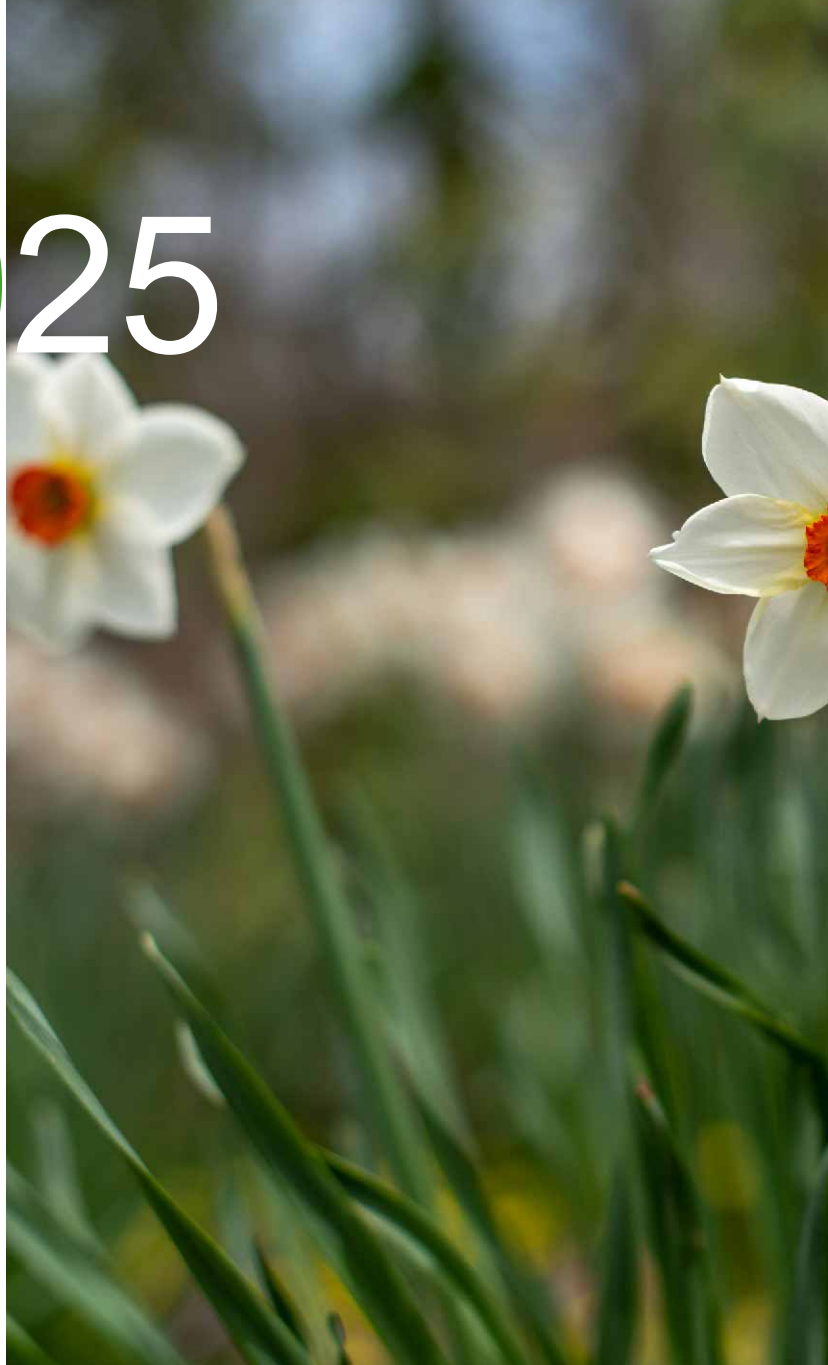
19 maj Pub-kväll

21 maj Bussresa Tranvik

24 maj Musik-café

26 maj Lunch-träff

27 - 29 maj Buss & Båtresa Sandösund





Juni

11 juni	Avdelningen styrelsemöte
18 juni	Bowling
20 juni	Bussresa midsommarafton
23 juni	Pub-kväll
30 juni	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

Redaktör och administratör:
Lina Jansson. Tfn: 0709-81 99 89
E-post: lina@dhrs.se
Ombudsman / Sekreterare:
Ingela Larsson. Tfn: 0739-81 99 54
E-post: ingela@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
- David Hansson, ledamot.
E-post: david.hansson641@gmail.com
- Carina H Lindahl
E-post: scobidobi2003@yahoo.com
- Mika Ihanus, ledamot.
E-post: mikaihanus@outlook.com
- Peter Ojala, ledamot.
E-post: peter.ojala@dhr.se

Valberedning

Sari Nykvist och Lena Haglöf
E-post: info@dhrs.se

Nisse Duwähl

DET KOM ETT FÖNSTERKUVERT!

I början på året fick jag en hel del samtal från medlemmar som hade fått fönsterkuvert från Försäkringskassan som de inte vågade öppna direkt utan att ha pratat med mig innan.

Tänkte först att det kan väl inte vara så farligt att öppna ett kuvert, men så sa en som jag pratade med *"tänk om jag blir av med min assistans nu"* och då föreställde jag mig den oro som personen hade byggt upp innan samtalet med mig, och vilken lättnad som hördes på rösten när kuvertet öppnades under vårt samtal när det visades att Försäkringskassan hade bytt kuvert för årsbeskedet för utbetalningar från det gröna till det vita fönsterkuvertet.

Tänk att det har gått så långt att folk blir som handlingsförlamade när det kommer ett brev från en myndighet. Jag har hört uttrycket byråkratiskt våld som samhället utövar mot personer som är beroende av olika insatser från olika delar av samhället.



Skulle nog lägga till psykisk terror till den termen också eftersom ett byta av en kuvert-typ kan skapa en enorm oro för mottagaren av ett brev.

Vad är det för samhälle vi lever i nu när en del av befolkningen har en ständig oro för kommande omprövningar av olika myndigheter?

Själv lever jag nu i en ovisshet eftersom min elstol jag har hemma efter drygt 13 år nog har gjort sitt. Den har tjänat mig bra under åren men nu står den för bedömning om det är lönt att reparera den eller ej. Väntan på svaret går mig på nerverna minst sagt. Att få tag på en vettig förskrivare blir nästa kapitel och prövning - återigen ska jag bli bedömd av samhället. •

0-tillgänglighet i det offentliga rummet kan vara ett enkelt avhjälpt hinder.*..



Vad övergångsstället av välkänd Stockholmsmodell (och en internationell förebild) har man tanklöst onödigt blockerat avfasningen.

som bakom Gustav Vasakyrkan vid Odenplan där man stängt av trottoaren under markarbete runt kyrkan.



* sidostaketet vid Odengatans och Karlbergsgatans övergångsställen kan nog enkelt justeras

Mars 2025:
Rapport i förbifarten från
Rullstolen och Louise med
'tanttelefonkamera försedd'



Mötet i full gång! I förgrunden bland andra revisor Karin Sääf-Göransson.



Presidiet: Mötesordförande Johan Heinonen, Stockholmsavdelningens ordförande Nisse Duwähl och mötessekreterare Ingela Larsson.

DHR Stockholmsavdelningens årsmöte hölls på Bagarmossens Folkets hus lördagen den 29:e mars.

Ungefär 21 röstberättigade medlemmar hade samlats. Johan Heinonen, socialdemokrat från bland annat trafiknämnden, valdes till mötesordförande och Ingela Larsson valdes till mötessekreterare.

Först behandlades 2024 års verksamhetsberättelse, som godkändes precis som ekonomin. Styrelsen gavs ansvarsfrihet.

Två nya styrelseledamöter valdes genom fyllnadsval på ett år: Mika Ihanus och Peter Ojala. Vi önskar dem varmt välkomna till styrelsen! Ulla Kjellvinger, Magnus Lindmark och David Hansson omvaldes på två år. Lena Haglöf och Sari Nykvist valdes till ny valberedning.

Efter alla dessa val avslutades mötet med god fika och lotteri på röstkortet.

Kansliet och den nya styrelsen tackar för ett trevligt årsmöte. Nu ser vi fram emot det kommande arbetsåret!

Tågtips



Kanske vill du resa någonstans i vår eller sommar? Att åka tåg genom Sverige kan vara en fantastisk upplevelse – men det gäller förstås att ha koll på hur tillgängligheten ser ut... Här kommer några tips från Bo Hjulström, tidigare konduktör och medlem i DHR Stockholmsavdelningen:

När jag arbetade som tågmästare omkring 1960–1962 var det bara nästan rälsbussar som hade trånga ingångar på fordonen. Men sedan SJ tagit över har tillgängliga tåg kommit. Jag kan rekommendera både SJ och Mälartåg.

SJ

SJ:s tåg X40 är dubbeldäckare som bland annat kör mellan Stockholm och Göteborg via Enköping, Västerås, Örebro, Kumla, Hallsberg, Töreboda, Herrljunga och Alingsås.

SJ:s tåg 3000 och Regina är också bra anpassade. 3000 körs bland annat från Stockholm upp till Umeå via Uppsala, Gävle, Sundsvall, Hudiksvall och Örnsköldsvik. Även söderut från Stockholm. Regina påminner om 3000, fastän något mindre. Inne i bägge tågen finns en rund platta som är höj- och sänkbar som man själv kan sköta. Plattan rör sig ett kvarts varv under tiden och kommer upp jämn till övre golvplan. Rymlig toalett för rullstol. Reginatåg är lika lätt att komma på och av som Stockholms tunnelbana.

Mälartåg

Mälartåg kör sträckorna till Norrköping, Nyköping, Katrineholm, Vingåker, Hallsberg, Eskilstuna, Strängnäs. Nykvarn, Kungsör, Arboga Södertälje, Knivsta och Uppsala.

Mälartåg vagn 13 är idealisk med platser för rullstolar. Lätt att komma på och av tåget. Skyltat inne i tågvagnen. Rymlig toalett att använda.

Det är två rullstolsplatser i varje Mälartåg. Är bägge rullstolsplatserna upptagna så kan man utnyttja den del där cyklar finns i andra delen av tågvagnen. Intill ingången till tågvagnen finns markering antingen med symbol för rullstol eller cykel.

Om det är fler än fyra vagnar (i samband med större helger) kan det finnas ytterligare två rullstolsplatser per tåg.

/Bo Hjulström



Pubkvällar

**Pub-kväll måndag den 19 maj
kl. 16.00-18.30**

Sista anmälningdag: den 14 maj.

**Pub-kväll måndag den 23 juni kl.
16.00-18.30**

Sista anmälningdag: den 18 juni.

Vi ses på Restaurang Hjälmarens,
Hjälmarsvägen 43
Ramp finns på sidan om trappan.

Så här tar du dig till restaurangen

Färdtjänstadress:
Hjälmarsvägen 37 Årsta.

Info om pubkvällar:

Vi äter lite och umgås under trevliga förhållanden.
Var o en betalar för sig själv.

Anmäl Dig till

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

Arrangör: Stockholmsavdelningen

Kollektivtrafik:

Buss 160 från Gullmarsplan eller Årstabergr till
Årsta Torg.

Försommarbussresa till Lasse Åbergs museum, Bålsta

Söndag den 18 maj

Tid: Vi träffas i kl 09.45 på Cityterminalen, Klarabergsviadukten 72 (mitt emot Pressbyrån), Stockholm.

Bussen, med lift, lastar kl 10.00 och åker cirka kl 10.30.

Antal platser för resenärer som sitter kvar i sina stolar under färd är begränsad.

Till lunch serveras Wallenbergare med potatismos, skirat smör och gröna ärtor.
Meddela om du istället önskar vegetarisk kost.



Bowling

Bowlingträffarna på Sollentuna Bowling fortsätter.

Onsdag 23 april kl. 14.00-15.30

Onsdag 14 maj kl. 14.00 - 15.30

Onsdag 18 juni kl. 14.00 - 15.30



Info inför bowlingen:

Plats: Sollentuna Bowling, Stubbhagsvägen 2, Sollentuna.

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

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

Praktiskt är att anmäla sig till Janne eller Mikke, Zakett på deras gemensamma nummer, tel. 08-400 255 33

Alla är hjärtligt välkomna till avdelningens träffar och resor - inte bara medlemmar!

Ledsagare finns alltid med vid våra träffar

Vi är åter på Cityterminalen cirka kl. 16.30

Anmäl dig senast den 1/5. OBS! Anmälan är bindande.

Varmt välkommen!

Info:

Kostnad: 400 kr sätts in på avdelningens BG konto 710-9333. I detta ingår bussresa, lunch, entré och guidning.

Anmäl dig till:

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

Arrangör: Stockholmsavdelningen



Naturupplevelse i Roslagens famn

Onsdag den 21 maj



Tid: Vi träffas i Tranvik kl. 09:30 onsdagen den 21 maj

Vi tar en båttur med Jonas egendesignade tillgängliga båt bland kobbar och skär.

Den som vill kan fiska både från båt och brygga. Alla redskap finns. Annars kan du bara njuta av naturen med chans att se havsörn.

Vi äter lunch och fikar. God och mycket mat! Jonas grillar hamburgare av alla de slag.

Anpassad toalett finns.

Anmälan dig senast 16/5. OBS! Anmälan är bindande.

Varmt välkommen!



Vägbeskrivning från Stockholm till SFFF Tranvik, Norrtälje

- Kör(E18) till Norrtälje
- Tag av kustvägen (276)
- Kör mot Åkersberga förbi Penningby avfarten 400m
- Sväng vänster vid skylt "Naturreservat Grovsta" (gul skylt)
- Följ vägen ca 400
- Sväng höger vid träskylten "Oscarsbrygga" (vit text)
- Följ vägen ca 2 km
- Sväng första vägen vänster vid liten träskylt (vit text) brygga 400m.

Grattis! ni är framme vid Oscars Brygga i Tranvik.

Koordinater: 59.651917,18.715528

Info:

Kostnad: Allt detta för 150 kr som sätts in på avdelningens BG konto 710-9333.

Anmäl dig till:

Mikke Malm - Zakett, 0760-106978
eller

Janne Uvebrandt - Zakett, 070-7406523
alternativt mejla till: info@zakett.se

Arrangör: Stockholmsavdelningen



Nu åker vi till den åländska skärgården

**Resa till Sandösunds Resort & Camping på Åland.
Tisdag den 27 maj - torsdag den 29 maj.**

Tid: Vi träffas kl. 11.30 tisdag den 27 maj på Cityterminalen, Klarabergs-
viadukten 72 (mitt emot Pressbyrån), Stockholm. Bussen, med lift, lastar kl. 11.45
och åker ca kl. 12.15.

För de som åker direkt till Grisslehamn gäller följande:
Samling utanför terminalen senast kl. 14.30. Båten åker kl. 15.00.

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

Program på Sandösund:

På onsdagen underhåller gruppen
Lösa Boliner oss med sjömans-
sånger och berättar om gamla
segelbåtar.

På torsdagen efter lunch åker vi
till Ålands fiskemuseum.
Sedan åker vi till Berghamn där
vi går ombord på Eckeröbåten
för hemfärd.

Vi är åter i Stockholm torsdag
den 29 maj ca. kl. 21.45

Glöm inte att ta med dig:

Myggmedel och godkänt ID-kort eller pass.

Info:

Kostnad: 1.300 kr. för medlem, 1.600 kr. för
icke medlem. Avgiften sätts in på
avdelningens BG konto 710-9333.

I priset ingår:

Resa, 2 middagar, 2 frukostar, 2 luncher
samt buffèmiddag på båtresan hem.

Anmäl dig till:

Majvor de Chasseur, tel. 070-528 50 69 eller
till

Ulla Kjellvinger, tel. 073-394 24 64.

Arrangör: Stockholmsavdelningen

Anmäl dig senast den 24 april. OBS! Anmälan är bindande.

**Ledsagare finns med på resan för att bistå med mat och på buss-
och båtresa. OBS! De hjälper inte till i rummen.**

Lunchträffar

Lunchträff måndag den 28 april kl. 12.30-15.00.

Vi träffas på restaurang Hjälmarens, Hjälmarsvägen 43
Ramp finns på sidan av trappan.

Så här tar du dig till Årsta:

Färdtjänstadress: Hjälmarsvägen 37, Årsta

Kollektivtrafik: Buss 160 från Gullmarsplan eller Årstaberg till Årsta Torg

Sista anmälningdag: onsdag den 23 april.



Lunchträff måndag den 26 maj kl. 12.30-15.00.

Nu träffas vi på restaurang Bagarmossens Tapas (samma hus som ICA)
Lagaplan 5 Bagarmossen. OBS! Nu får vi träffa en ny ägare till restaurangen.

Så här tar du dig till Bagarmossen

Färdtjänstadress: Lillåvägen 43, Bagarmossen

Kollektivtrafik: T-banans gröna linje mot Skarpnäck till station Bagarmossen eller buss 161

Sista anmälningdag: onsdag den 21 maj.

Bestäm om Du vill äta kött eller fisk.

Säsongens sista Musik-kafé

Lördag den 24 maj kl. 13.00-15.30

Nu välkomnar vi Trubaduren Janke Jönsson som kommer att sjunga och spela för oss.

Plats: Bagarmossens Folkets Hus, Lillåvägen 44, Bagarmossen

Pris: 60:- för medlem, 70:- för icke medlem. Betalas på plats kontant eller via Swish.

Kaffe/te och smörgås serveras.

Lunchträff måndag den 30 juni kl. 12.30-15.00.

Vi träffas på restaurang Bagarmossens Tapas (samma hus som ICA)
Lagaplan 5 Bagarmossen.

Så här tar du dig till Bagarmossen

Färdtjänstadress: Lillåvägen 43, Bagarmossen

Kollektivtrafik: T-banans gröna linje mot Skarpnäck till station Bagarmossen eller buss 161

Sista anmälningdag: onsdag den 25 juni.

Bestäm om Du vill äta kött eller fisk.

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.

Arrangör Söder om Söder

**Alla är hjärtligt välkomna till Söder om Söders träffar,
inte bara medlemmar!**

Ledsagare finns alltid med vid våra träffar

Du kommer få en del DHR-Info.

Ett stort lotteri med fina vinster anordnas.

Hörselslinga finns på plats.

Sista anmälningdag: tisdag den 20 maj.

Välkommen med din bindande anmälan till:

Majvor de Chasseur tfn 070-528 50 69

eller till Ulla Kjellvinger tfn 073-394 24 64.



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 medlemservice 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 medlemservice 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!

Nisse Duwähl tfn 073-981 99 34

BORT MED HINDRET!

En kant eller en trög dörr. För oss med nedsatt rörelseförmåga är vardagen ofta full av hinder som skulle vara enkla att ta bort. Men hur anmäler jag, och till vem? För att underlätta har DHR tagit fram appen Bort med hindret!

Enligt lag är kommunen tillsynsmyndighet och ska uppmana fastighetsägare att bygga bort enkelt avhjälpna hinder – men få kommuner gör det utan en anmälan. Med DHR:s app kan vem som helst anmäla ett enkelt avhjälpn hinder via sin smartphone varhelst hindret upptäcks.

Appen går inte att ladda ner i telefonen utan du öppnar sidan www.bortmedhindret.se för att få fram den i din smartphone. Sedan är det bara att välja vilket slags hinder det handlar om, välja kommun, beskriva och ta ett foto på hindret och så klicka iväg anmälan. Lätt som en plätt!

Scanna QR-koden med din smartphone så kommer du till www.bortmedhindret.se



Valberedningen har ordet:

Vi söker . . .



Vid avdelningens årsmöte valdes vi, Lena Haglöf och Sari Nykvist, till att vara valberedning inför 2026 års årsmöte. Vårt uppdrag är att till årsmötet lämna förslag på ordförande och ledamöter till avdelningsstyrelsen samt revisorer.

Ett år går fort, därför vill vi redan nu göra dig uppmärksam på att vi söker nya kandidater till styrelsen.

Styrelsens uppdrag är att inom Stockholms stad, Solna stad och kommunerna Ekerö och Lidingö driva rättighetspolitiska frågor med målet att personer med nedsatt rörelseförmåga ska vara fullt jämställda, jämlika och delaktiga i samhället samt att bedriva opinionsbildning och informera om frågor som rör personer med nedsatt rörelseförmåga. Styrelsen ska också verka för att avdelningen ska vara en mötesplats för kunskapsutbyte och bedriva kamratstödande verksamhet.

För att valberedningen ska lyckas hitta nya kandidater behöver vi din hjälp. Vi väntar med spänning på dina förslag. Du är varmt välkommen att när som helst kontakta oss och lämna förslag på kandidater. Alla kontakter med valberedningen behandlas konfidentiellt.

[Kontaktuppgifter till valberedningen](#)

Lena Haglöf, sammankallande
E-post: [lena.haglof@dhr.se](mailto:lana.haglof@dhr.se)
Tfn: 070 – 859 29 73

Sari Nykvist
E-post: sari.nykvist@dhr.se
Tfn: 073 - 597 93 86

Varmt välkommen med dina förslag!

Lena och Sari

Utgivningsplan Nollåttan 2025

Med reservation för ändringar.

	Manusstopp	Utgivning
Midvintertid		Januari
Nr 2	10/3	Vecka 11
Nr 3	3/4	Vecka 17
Sommarbladet/ I väntan på Nollåttan	8/5	Vecka 22
Nr 4	14/8	Vecka 35
Nr 5	25/9	Vecka 43
Julbladet/ I väntan på Nollåttan	30/10	Vecka 47

Nästa nummer!

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: Susanne Berg

Redaktör & layout: 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.

Ägget

Dagbok

Jag är så jävla förbannad!

Det är Erika igen. Du vet, hon uppe i norr. Hon som har assistenter via ett stort privat sektliknande assistentbolag. Jo, det liknar tamejfan en sekt.

Fy fan för å vara i hennes situation! Hälften av dom som jobbar hos henne kanske är okej... men tveksamt. När vi chattar känns det inte som att hon ger mig hela svarta sanningen. Vill väl inte låta alltför gnällig.

Erika skrev igår att hennes själ var misshandlat blåslagen efter ett arbetspass med en som ifrågasätter allt vad än Erika gör.

Ur gårdagens chat:

”Hur pallar du Erika? Ut med skiten och skaffa en ny!”

”JAG ÄR SÅ RÄDD!!!”

”Varför?”

”Hon är bästis med chefen för assistentbolaget och dessutom säger några som jobbar här... Ja, dom tycker att hon är sååå bra, den bästa assen i stan.

Känner mig så ensam. Ensam mot dom. Vad fan kan jag göra? Fastspänd som jag är i rullen pga spasmer. Och så behöver jag hjälp av dom, fienden, för att tolka på bokstavstavlan vad jag säger.”

En lätt knackning på dörren får mej att slå ut med armen. Lättad när handen precis missar sejdeln.

– Håkan... Oj, ursäkta!

Jag snurrar runt med rullen och ser på Paula.

– Jo, jag tänkte när du ändå är upptagen vid datorn... Är det okej om jag smiter ner till Coop och köper nåt att tugga på?

– En god ide. Det är en höjdmatch ikväll. Kanon om du köper dom vanliga chipsen. Och fixar din goda dip?

– Din godisgris. Jag fixar.

– Toppen. Coopkortet ligger på köksbordet. Har du koll på om sommaren där ute är på g?

Hon höjer frågande på ögonbrynen.

– Du menar om det går att sitta på balkongen och ta nästa?

– Nä, jag undrar om du ska låna en tröja eller nåt. Du är som vanligt inte ordentligt klädd.

Det blir kortslutning i hjärnan av dom kalla klunkarna.

Varför skulle jag ut i istiden? Kanske för att kyla ner dom kokande tankarna. Vill ha Gyllene Tider och deras behagliga Sommartider!

Hostattacken skjuter en slemklump över balkongräcket.

Tänk om nån jävel kommer ut ur porten och får lite extra gele i håret.

Synd att Erika bor så långt bort. Svårt att supporta på avstånd.

Ha ha, skulle suttit bra om Erika's inkompetenta chef hade kommit ut ur porten där

Och fått sig en smaskande slemklump, som ett knäckt ägg, insmetad i hårbotten.

Kunskapens ägg fylld med budskap om värdighet.

Håkan Pettersson

www.hakanpettersson.com

Patreon Håkan med näsa för stil





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!