



# Medlemsblad Våren 2017



**DUV**

DE  
UTVECKLINGSSTÖRDAS  
VÄL I  
SYDÖSTERBOTTEN

## Kurser i samarbete med Kristinestads Medborgarinstitut

- Handarbete varannan tisdag med start den 10.1-4.4 kl. 17.30-19 i Kristinestads gymnasium.

## Kurser i samarbete med Närpes Vuxeninstitut

- Sjung med oss, varannan tisdag med start 24.1-21.3 kl. 18.30-19.15
- Bowling, varannan torsdag med start 19.1-30.3 kl. 18-19
- Handarbete vid vänstugan torsdagar 12.1-20.4 kl. 18-20.30
- Läs- och skrivgrupp 1 varannan torsdag 19.1-11.5 kl. 13-13.45
- Läs- och skrivgrupp 2 varannan torsdag 19.1-11.5 kl. 13.45-14.30
- Anpassad gymträning Mittistan varannan måndag 16.1-24.4 kl. 12.45-13.45
- Mat och samvaro var 3:dje lördag start 14.1 kl. 13-15

Obs! Datum kan ändras!

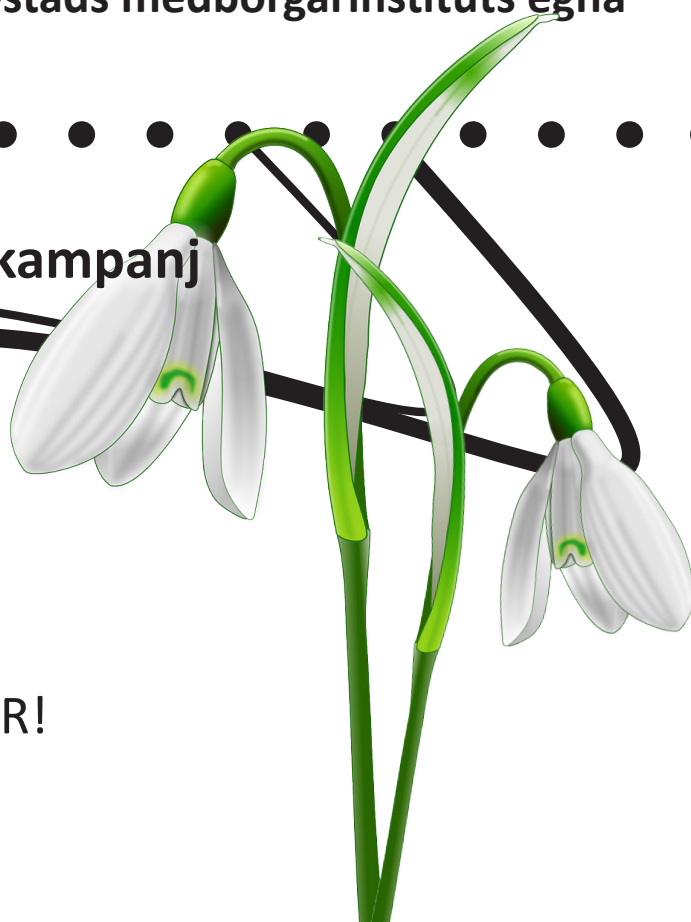
**Mera information om hur du anmäler dig till kurserna hittar du i Närpes vuxeninstituts och Kristinestads medborgarinstituts egna kursprogram.**



## Vinnare av höstens motionskampanj

Jens Stenfors  
Ulla Forsén

STORT GRATTIS TILL ER!



# Får jag lov - kurs om närhet, beröring och sexualitet

Kurs för personer med lindrig utvecklingsstörning i Vasa  
onsdagen den **18.1 kl. 17.30-20.30.**

Under kvällen pratar vi om:

- känslor och kroppen
- pojkvän/flickvän
- att kramas, pussas och hålla handen - eller mer?
- rättigheter
- hur ska jag göra för att känna mig trygg tillsammans med andra personer

Kårkullas ledande psykolog Anita Norrdahl leder gruppen under kvällen. Kursen kostar 10 euro.

**Anmälningar till Annika Martin senast den 4.1**  
**annika.martin@fduv.fi eller tel. 050 302 7888**

## Föräldraträff på Arom Bar&Cafe i Närpes 26.1 kl. 18-21

Välkomna på föräldraträff på Arom Bar&Cafe i Närpes torsdagen  
den **26.1 kl.18-21.**



Vi äter något gott (vi betalar det själva),  
diskuterar och utbyter erfarenheter.

DUV i Sydösterbotten berättar om vårens program.

**Anmälningar till Tina Holms senast den 23.1**  
**tina.holms@fduv.fi eller tel.**

## Bioföreställning 28.1 kl. 14.00

Film? Hundraettåringen som smet från notan och försvann  
Var? BioBio Showtime i Närpes  
När? Lördagen den 28.1 kl.14.00  
Pris? DUV i Sydösterbotten bjuder sina medlemmar

Vänskapskortet gäller.



**Anmälningar till Linda senast den 23.1**  
**sydosterbotten@duv.fi eller tel. 050 358 2106**

## Friluftsdag på Vargberget 11.2 kl. 13-15 i samarbete med Fritidsbyrån i Närpes

Lördagen den **11.2 kl. 13-15**  
är det dags för friluftsdag på  
Vargberget.

- Korvgrillning
- Fyrhjulskörning
- Pulkåkning
- Andra roliga aktiviteter

Det bjuds även på kaffe/soft och dopp.

(Kom ihåg att anmäla eventuella allergier.)



**Anmälningar till Linda senast den 3.2**  
**sydosterbotten@duv.fi eller tel. 050 358 2106**



## **Zumba Gold 18.3 kl. 14.00-15.00**

Häng med på ett fartfyllt och kul Zumba Gold pass  lördagen den 18.3 kl. 14-15 i Stenbackens skola, Närpes.

Zumba Gold är ett enklare zumbapass där du lär dig zumban från grunden. Passet är uppbyggt på enkla koreografier vilket gör det lättare för dig som aldrig dansat.

Lämplig för alla, även rullstolsbundna kan komma med och ta sig en sväng om!

**Anmälningar till Linda senast den 7.3  
sydosterbotten@duv.fi eller tel. 050 358 2106**

## **Föreläsning med Christoph Treier 28.3 kl. 18-21**

Den omtyckta föreläsaren Christoph Treier kommer till Vasa tisdagen den 28.3 kl. 18-21 för att föreläsa om föräldraskap.

Kom och lyssna på t.ex:

- Hur föräldrar med specialbarn ska få kraft att orka med vardagen.
- Hur det påverkar hela familjen, både föräldrar och syskon att ha ett barn med särskilda behov i familjen.

Kaffeservering.

Deltagaravgift: 10 euro.

**Anmälningar till Annika Martin senast den 20.3  
annika.martin@fduv.fi eller tel. 050 302 7888**

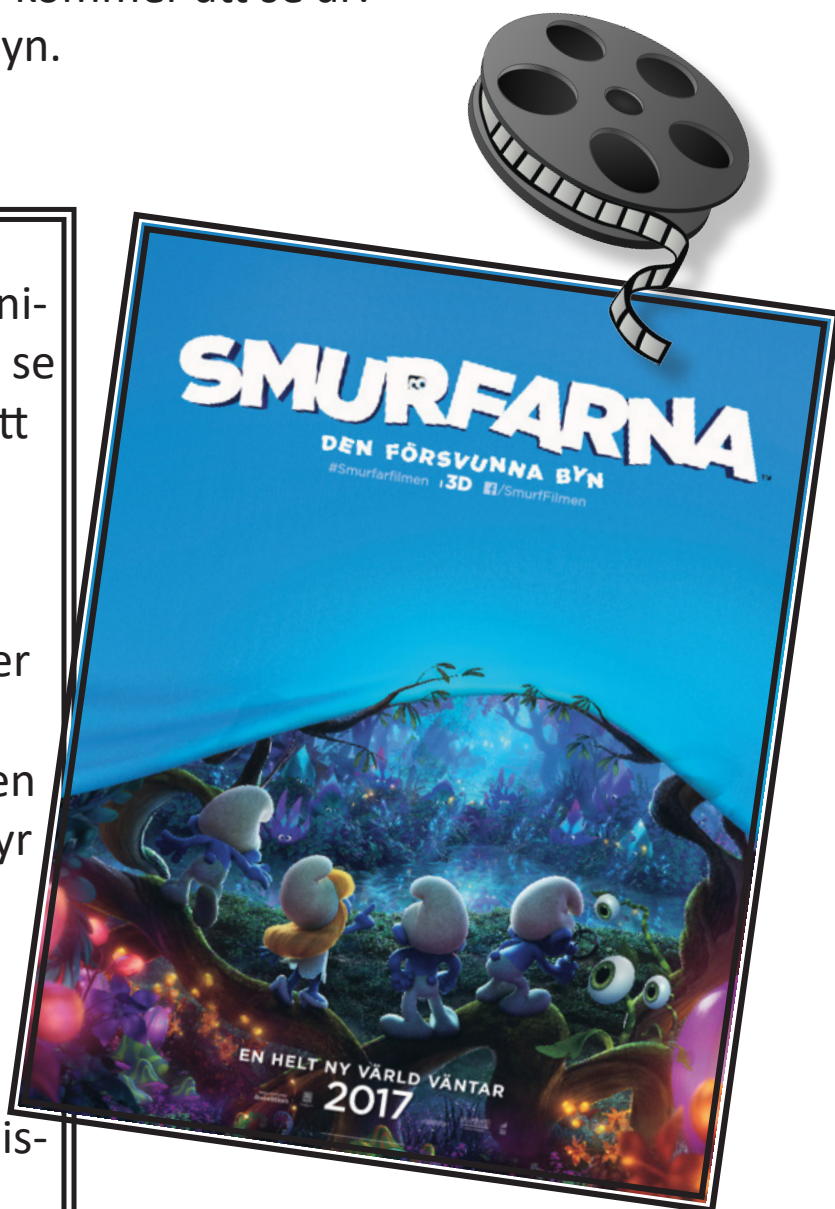
## Bioföreställning lördagen den 8.4 kl. 14.00 i Närpes

Lördagen den 8.4 bjuder DUV i Sydösterbotten sina medlemmar på en bioföreställning. Filmen vi kommer att se är:  
Smurfarna - Den försvunna byn.

Smurfarna är tillbaka i ett animerat filmäventyr, där vi får se smurfarna som vi aldrig sett dem förr!

En mystisk karta leder Smurfan och hennes vänner Glasögonsmurfen, Klunsmurfen och Muskelsmurfen ut på ett spännande äventyr genom den Förbjudna skogen.

Målet: den största hemligheten i smurfarnas historia.



**Anmälningar till Linda senast den 3.4  
sydosterbotten@duv.fi eller tel. 050 358 2106**

## **Valborgsdans lördagen den 6.5 kl. 18-20.30**



Lördagen den  
6.5  
kl. 18-20.30

Dansvänlig  
musik!

Välkomna med på dans i hembygdsgården i Påskmark lördagen den  
6.5 kl. 18-20.30.

Inträde till dansen är 10 euro. I priset ingår kaffe/saft med dopp.

(Kom ihåg att meddela eventuella allergier/dieter vid anmälning.)

**Anmälningar till Linda senast den 21.4  
sydosterbotten@duv.fi eller tel. 050 358 2106**



# Sommarens program

Mera information om sommarens program kommer på vår hemsida längre fram på våren.

Vill du ha mail om våra evenemang, skicka din e-mailadress till [sydosterbotten@duv.fi](mailto:sydosterbotten@duv.fi) så skickar vi ut information.

- Dagsutflykt i Juli till:



- Fagerödans i Juli i samarbete med Vasanejdens DUV

Glöm inte att besöka vår hemsida  
[www.sydosterbotten.duv.fi](http://www.sydosterbotten.duv.fi)



**DUV**

DE  
UTVECKLINGSSTÖRDAS  
VÄL I  
SYDÖSTERBOTTEN