

FRE – nytt

Nummer 4, 2025

Dags för nummer fyra av FRE-nytt.
Nu tar vi sommarlov och återkommer till hösten

Sommarro

Sommarro är nu öppet för besökare kl. 11-16 varje dag.
Med undantag av 12/6, 14/6, 21/6, 26-27/7 samt 16/8, då det är uthyrt.

Under sommaren är det planerat för ett par utställningar:

Vecka 27-29, 30 juni-20 juli ställer Emelinda Wigdell ut sina målningar i akryl och digitala teckningar.

Hennes farfar Janne Wigdell ställer ut hantverk i form av nipperaskar och skrin med dekorbeslag.

Vernissage med bubbel och tilltugg, söndag 30 juni, kl. 11-16.



Vecka 30-32, 21 juli-10 augusti visar Lena Sjöberg sina alster. Skapandet, som följt henne hela livet, blev än viktigare efter en MS-diagnos 2017.

”Att få arbeta med mina händer och vara kreativ har alltid varit en del av mig.”

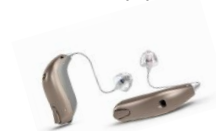
Vid frågor om Sommarro
Kontakta Torbjörn Bernström
Telefon: 070 520 08 39
E-post: siggesta06@hotmail.com

Påminnelse om Inbjudan till Boule på Sommarro

Är din förening bra på boule? Det spelar kanske ingen roll, viktigast är att vi får en trevlig dag på Sommarro med en boule-turnering. Hoppas många aktiva inom FRE vill vara med. Dag och tid bestäms tillsammans med dem som anmäler intresse.

Anmäl din förening eller dig själv till Anders Fritz, tel 070 658 5137
eller e-post info@afabtransmission.se

HRF Hörselskadades förening Enköping Håbo



När vår vice ordförande, Ann-Kristin Bergström, under Allmänhetens frågestund vid kommunfullmäktiges möte i april, ställde en fråga om hörmiljön i kommunens verksamheter till Peter Book, kunde hon inte uppfatta svaret. Ett av de problem hon lyfte var just att hörslingan i Westerlundska gymnasiet inte fungerade på åhörarplatserna. Det visade sig att den inte heller fungerade med mikrofonerna i talarstolarna.

Som tur är kan man se en textad webbsändning från KF, och där kunde vi ta del av Peter Books svar. Han hänvisade till Tekniska nämnden avseende fasta hörslingor. Men vem som ansvarar för att hörmiljön fungerar i stort fick vi inte svar på. Vi reagerade med en insändare, och nu har vi fått svaret att mikrofonerna vid KFs möte inte var kopplade till hörslingan och att det ska åtgärdas.

Utöver detta problem gällde frågan också hur man ska förbättra hörmiljön på omvårdnadsboenden. Det är en mycket bredare fråga som handlar om ansvar, kompetens och kontroller. Det blir nog en utmaning för kommunen att besluta vem som ska ta ansvar för detta.

Nu väntar vi med spänning på vad den nya Socialtjänstlagen innebär. Helt klart är att kommunerna ska arbeta mer förebyggande, vi anser att hörmiljön för äldre faller inom det området. När hörseln sviktar, vilket kommer att drabba de flesta – varannan över 75 år har en påtaglig hörselnedsättning och den ökar med åldern – är det stor risk för att vi avstår från samvaron med andra. En isolering kan medföra depression, kognitiv svikt och demens. Kan man inom äldreomsorgen ha mer fokus på samtalsvänliga miljöer och ge personalen kunskap om hörsel och bemötande är mycket vunnet. Då kan vi fortsätta hålla oss aktiva, friska och vara mer delaktiga i den vård och omsorg som vi är beroende av. Vi ser fram emot att få diskutera området med ansvariga inom Vård- och omsorgsnämnden/förvaltningen.

Astma- och Allergiföreningen Enköping-Håbo

Vi ansvarar för serveringen på Sommarro den 5-6 juli samt 9-10 augusti, fler är välkomna att vara med för att baka och servera fika till besökarna. Det planeras också för den årliga **GRILLKVÄLLEN fredag den 13 juni kl. 17.**

Var och en tar med det som ska grillas, på elgrill, och tillbehör till det.

Kaffe med dopp bjuder föreningen på efter maten.

Anmälan till Agneta Södersten agnsod@gmail.com eller 070 320 39 73

Badet i Rehabbassängen är avslutat för i år.

Vi hoppas att vi kan bli fler som badar, då vi startar igen i september.

Parfymfritt bad i den varma bassängen är ett fint sätt att röra på sig.

RSMH Liljan

Här kommer några rader från RSMH Liljan. Vi har både positiva och lite tråkiga händelser att berätta om. Det positiva är att vi verkligen har kommit igång med fler aktiviteter. Förutom det vanliga, som vi har varje vecka, målning, datakurs och fikastunder, har vi haft påsklunch, födelsedagsfirande, Valborgsfirande. Nu senast samlades 7 personer, för att titta på song contest finalen.

Det har bakats och lagats god mat, allt detta tack vare vår fina lokal på Ormvråksgränd 8. Vi har även besökt Lasse Åbergs museum, varit på grillfest i Tängby, gjort en Eckerökryssning och några åkte till Bro på galopp och vann en slant. Grattis! I juni åker vi till Stockholm och vecka 28 har vi aktiviteter på Sommarro.

Den senaste RSMH lokalen, som fungerade som den vi har idag, togs bort 2008. Fram till hösten 2023 hade RSMH ingen egen lokal. Då fick vi möjlighet att disponera denna lägenhet på Ormvråksgränd 8. Det har medfört att Liljan fått fler medlemmar och blivit aktivare. Nu kan det bli så att detta fina och trygga försvinner då lokalen är uppsagd i januari 2026.

Vi är oroliga, ledsna och frustrerade över att tryggheten och kamratstödet tas ifrån oss, igen! Nu får vi hoppas att de som bestämmer, tänker om och river detta sorgliga beslut.



Vid datorn, Sirpa Jokela

Mer finns att läsa på vår hemsida

<https://www.rsmhliljan.se/>

Denna bild var införd i EP tillsammans med text om oron för att förlora den viktiga lokalen på Ormvråksgränd.

Öppet-tider för gymmet på Kryddgården under sommaren

Stängt vecka 26-28, den 20/6-20/7

Sommartider vecka 29-33, den 21/7-17/8

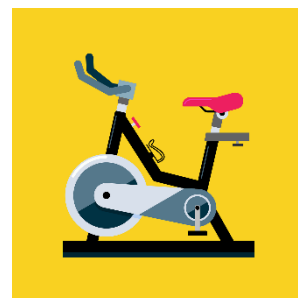
Måndag kl. 11-13, Onsdag kl. 11-13

Vecka 34 återgår det till de vanliga öppettiderna.

Alla som kämpat på gymmet under våren önskas en trevlig sommar!

Hoppas vi ses på Sommargymmet.

Neuroförbundet, PRO, SPF



Totalförsvaret

Den 26 maj bjöd Enköpings kommun in till en informationskväll om totalförsvaret. Vad händer om det blir en kris eller krig? Det är viktigt för oss alla att ta emot informationen om vilka Informationspunkter och Trygghetspunkter som kommer att finnas. Under hösten planeras fler informationsträffar som ska annonseras ut på fler sätt än denna gång.

Det är extra viktigt för alla som lever med en funktionsnedsättning att planera och förbereda sig. De som har hjälp på olika sätt idag, kommer att ha kvar det i händelse av kris. Alla övriga har mer eget ansvar. Det enda i informationen som rörde föreningarna inom FRE var att det i skyddsrummen är tillåtet att ta med assistanshundar.

Det bifogas med FRE-Nytt de två sidorna med viktig information som delades ut till alla som deltog den 26 maj. Hoppas det blir fler på kommande träffar och att fler ställer frågor utifrån sin funktionsnedsättning. Vid frågor uppmanas man kontakta kommunen på 0171 – 62 50 00 eller via E-post: kommunen@enkoping.se.

/Agneta Södersten

Grattis till Lasarettet i Enköping.

Hjärtsviktscentrum på Lasarettet i Enköping har fått den högsta ackrediteringen av den europeiska kardiologföreningen inom hjärtsviktsvård. Det är det första Lasarettet i Sverige som får det! Det innebär att Lasarettet uppfyller de högsta kvalitetskraven inom hjärtsviktsvården.

I kvalitetskraven finns områdena behandling, struktur, uppföljning och kompetens. Som patient på hjärtsviktsmottagningen kan jag bara instämma i att det är en mycket patientorienterad verksamhet. Allt från kontaktsjuksköterska, som du lätt kan nå, till strukturerad patientutbildning som fungerar bra.

Det är de områden som de flesta medicinförbund inom FRE idag vill få till stånd för att vården skall kunna utvecklas med oss patienter som medarbetare. Nu vet vi att Lasarettet kan fixa det på ett område. Låt oss nu hjälpa till med att belysa att det behövs på fler områden.

Maud Sundqvist - nöjd hjärtsviktspatient

Ett vist ord som härstammar från den indianska kulturen.
Värt att ha i åtanke för alla som är aktiva inom Funktionsrättsrörelsen.
"Döm aldrig någon, om du inte gått minst en mil i hans mockasiner"

Påminnelse om Öppet hus på Lasarettet 4 oktober

Lasarettet bjuder in patientföreningar till medverkan i ett Öppet hus, lördagen den **4 oktober kl 10-14** på Lasarettet i Enköping.

Där får vi möjlighet att informera besökare om våra föreningar.
Ett bra tillfälle att sprida kunskap och kanske få fler medlemmar.
Boka dagen i kalendern, mer information kommer!

Hälsoveckan i Enköping – Nationella Anhörigveckan

Vecka 41, med start den 6 oktober, planerar Enköpings kommun, i samverkan med Region Uppsala & Svenska kyrkan att en Må bra-vecka. Den sker i anslutning till nationella anhörigdagen. Då erbjuds en rad olika må-bra-aktiviteter, föreläsningar med mera för alla intresserade, anhöriga blir särskilt inbjudna.

Inom FRE är vi medvetna om att mycket tid, kraft och energi läggs ner av anhöriga, för att få vardagen att fungera. Vi diskuterar därför att vi på något sätt ska vara delaktiga den här veckan. Mer information kommer om eventuell aktivitet när det närmar sig.

Upplandsstiftelsen

Upplandsstiftelsen och Funktionsrätt Uppsala län har ett samarbetsprojekt kring tillgängligt friluftsliv, som finansieras av Allmänna Arvsfonden.

RSMH Liljan har haft möjlighet att delta i projektet med en aktivitet på Gröngarns område.

Vi gick en promenad med avslutning vid grillen med information och instruktion om hur man t.ex. kan baka kanelbullar på grillen.

Katarina Lindberg och Tilda Holstius ingår i projektets testgrupp av Upplandsstiftelsens områden.

Aktiviteten är varmt att rekommendera. Hör av er till era länsföreningar och genom dem till Funktionsrätt Uppsala län och Upplandsstiftelsen. Här kan du läsa mer: <https://www.upplandsstiftelsen.se/lara-och-uppleva/tillganglignatur-for-grupper/>

Maud Sundqvist

Redaktörer för FRE-Nytt:

Lena Thorén Hörselskadades förening Enköping Håbo

Agneta Södersten Astma & Allergiföreningen Enköping Håbo