

FFA Sundsvall Fritid För Alla

**Fritidsaktiviteter för ungdomar
med funktionshinder VT 2009**

DISCO VÅR 2009

Lördag 17 januari
Lördag 14 februari
Lördag 14 mars
Lördag 11 april
Lördag 9 maj

DOMSAGA
Västra Allén 13

Tid: 19.00 - 22.00
Kostar: 20:-

VÄLKOMNA!

Programinformation

Här kommer ett program med **fasta** aktiviteter för funktionshindrade ungdomar under våren 2009. Andra aktiviteter som sker under terminen skickas ut separat till skolor, via nyhetsbrev och på www.ffasundsvall.se

Funktionshindrade personer har som alla andra rätt till en aktiv och meningsfull fritid.

Att ha en bra fritid är viktigt! Det visar många undersökningar, både svenska och utländska. Med en bra fritid mår vi bättre, orkar mer, samtidigt som vi har roligt och får träffa nya och gamla vänner.

Fritiden är också betydelsefull för att öka självkänslan och självförtroendet. Det ger även möjlighet till att prova nya saker och att bli mer självständig.

Ge oss idéer på vad just DU vill göra in DIN fritid! Nästan allt är möjligt!

För anmälan, frågor och nya förslag ring eller skicka ett mail till:

Elisabeth Orre



060-191792 eller 070-210 79 22



elisabeth.orre@sundsvall.se

I lagen om stöd och service för funktionshindrade (LSS) finns det olika stödinsatser. Personer som behöver extra stöd för att kunna medverka i en fritidsaktivitet kan söka insatser enligt LSS hos Socialtjänsten,
Handläggningenheten för äldreomsorg och omsorg om funktionshindrade
Sundsvalls kommun
Telefon 060-19 10 00

Exempel på stödinsatser:

- Personlig assistent
- Ledsagarservice

Information

På Kultur & Fritid/Ungdomsavdelningen arbetar vi med kultur och fritidsverksamhet för funktionshindrade ungdomar främst i åldrarna 13-20 år.
Denna verksamhet kallar vi "Fritid för Alla".

Målgrupp

Fritid för alla arbetar i första hand med ungdomar, 13 - 20 år, med funktionshinder och som omfattas av LSS. Vi har verksamhet för begåvningshandikappade, rörelsehindrade och ungdomar med autismspektra störningar.

Upptagningsområde

Upptagningsområdet är Sundsvalls kommun. I mån av plats och ekonomi även närliggande kommuner.

Kostnader

Kostnaden för aktiviteterna finns angivna vid verksamheten utom för föreningsdrivna aktiviteter.

Lovverksamhet

Fritid för Alla genomför olika aktiviteter under loven. Både dagtid och kvällstid. Programblad för dessa aktiviteter skickas ut till särskolor och via nyhetsbrev.

Sommarverksamhet

Fritid för Alla har som ambition att anordna olika läger/dagkollo främst under sommaren.

Grupper

Vårterminen är här!

Nu är det dags för dig att bli aktiv igen - det finns massor av möjligheter! Ge oss förslag på **vad ni** vill göra!!!

Starta en grupp! Tema kan vara:

- ☺ Ridning
- ☺ Uteliv och äventyr
- ☺ Hantverk
- ☺ Slalom eller annan sport
- ☺ Tjejer och killar
- ☺ Musik, film

Deltagare: minst 5 ungdomar för att gruppen kan starta.

Innebandy

Vi spelar innebandy på Centrumvillan!

Lars-Erik är ledare för gruppen som vänder sig till **killar och tjejer** med intresse för innebandy!

Plats: Centrumvillan i Granloholm.

Tid: Onsdagar kl. 18.00 - 20.00.

Kostnad: 80 kronor för medlemskort på gården.

Startar onsdag 7 januari kl. 18.00 - 20.00

Har du/ni förslag på nya grupper, anmälan
eller frågor?

Ring eller skicka ett mail:

Elisabeth Orre

Tfn. 060-19 17 92 eller 070-210 79 22

elisabeth.orre@sundsvall.se

Innebandyörening



HEJ - ni som är intresserade av att spela INNEBANDY!

Det är många ungdomar som vill starta en Innebandyörening där vi lär oss mer om regler, har ett planerat träningschema och spelar matcher mot andra lag.

Ett första möte är inplanerat! Kom du också!

När: Onsdag 4 februari

Plats: Centrumvillan

Tid: 19.30 – 21.00

För mer information eller frågor ring/maila till Terese eller Elisabeth!

Terese Källman 070-213 12 88 eller teresevallman@ffasundsvall.se

Elisabeth Orre 070-210 79 22 eller elisabeth.orre@sundsvall.se

Nyhetsbrev och nyhetstips!

Vill du som ungdom/förälder ha nyhetsbrev via e-post eller nyhetstips via sms om vad som händer inom Fritid För Alla?

Skicka eller ring in din e-postadress eller ditt mobiltelefonnummer till:

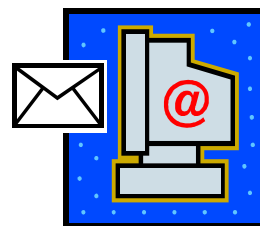
elisabeth.orre@sundsvall.se

060-191792 eller 070-210 79 22

Eller anmäl dig på hemsidan www.ffasundsvall.se

Nyhetsbrev och nyhetstips skickas regelbundet för att uppdatera dig om vad som är på gång!

Kolla in FFA NYTT på hemsidan!!!!!!!!!!!!!!



Fritidsgård-Skönsmon

Till Skönsmogården kan du komma för att träffa kompisar. Här kan du göra vad du vill! Spela spel, sitta och snacka, surfa på Internet, fika m.m. Alla är välkomna! Vissa kvällar har vi tema! Transport till och från ordnar ni själva.
Har du assistent/ledsagare är de naturligtvis välkomna!

Plats: Skönsmogården
Fridhemsgatan 71 i källarplanet av Skönsmohuset.
Tel. 060-66 38 70

Tid: Måndagar kl. 18.00 - 20.30 (om inget annat anges)
Start: måndag 12 januari 2009

Kostar: 80:- för medlemskort på fritidsgården, gäller läsår 08/09

- Mån 12/1** Utomhuslek – vi bygger snöskulpturer och grillar korv!
Mån 19/1 Öppen verksamhet!
Mån 26/1 Tid för lek! Vi gör olika roliga lekar med volontärerna under kvällen!
- Mån 2/2** Innebandyturnering!
Mån 9/2 Alla hjärtans dags pyssel! Gör något fint till den du gillar!
Mån 16/2 Utflykt till Sidsjön! Vi fikar och åker pulka!
Vi träffas kl. 18.00 på parkeringsplatsen, Dalstugan/Sidsjön. Slut kl. 20.00
Mån 23/2 Öppen verksamhet!
- Mån 2/3** **SPORTLOV - Gården är stängd!!!**
Se separat program som kommer till din skola!!!
- Mån 9/3** Vi gör porträtt av oss själv och vad vi gillar!
Mån 16/3 Svensk kväll! Mat, musik och traditioner på svenskt vis!!!
Mån 23/3 Laserhallen! Vi träffas kl. 18.00 på Nöjeshallen, Bultgatan 20,
Kostar 40:-, Slut kl. 20.00
Mån 30/3 Öppen verksamhet!
- Mån 6/4** Påskpyssel med frågeslinga!
Mån 13/4 **PÅSKLOV- Gården är stängd!!!**
Se separat program som kommer till din skola!!!
- Mån 20/4** Bowling! Vi träffas kl. 18.00 på O' Learys, Storgatan 51
Kostar 60:-, slut kl. 20.00
Mån 27/4 Karaoke tävling!
- Mån 4/5** Portugisisk kväll! Mariana är ledare för kvällen!
Mån 11/5 Öppen verksamhet!
Mån 18/5 Bak och pyssel!
Mån 25/5 Öppen verksamhet!
- Mån 01/6** Femkamp och lekar utomhus!
Mån 08/6 Avslutning på Södra Berget med fika och brännboll!

Fritidsgård-Granlo

Till Granlogården kan du komma för att träffa kompisar. Här kan du göra vad du vill! Spela spel, sitta och snacka, surfa på Internet, fika m.m. Alla är välkomna! Vissa kvällar har vi tema! Transport till och från ordnar ni själva.

Har du assistent/ledsagare är de naturligtvis välkomna!

Plats: Granlogården
Ättehögsvägen 27
Tel. 060-12 68 20

Tid: Onsdagar kl. 18.00 - 20.30 (om inget annat anges)

Start: 14 januari 2009

Kostar: 80:- för medlemskort på fritidsgården, gäller läsår 08/09

- Ons 14/1 Welcome party!
Ons 21/1 Öppen verksamhet!
Ons 28/1 Vi gör filmer om oss!
- Ons 4/2 Bio kväll!
Vi träffas kl. 17.30 på Filmstaden. Kostar 30:-, slut kl. 20.15
Ons 11/2 Vi bakar ikväll - Alla hjärtans dag tema!
Ons 18/2 Öppen verksamhet!
Ons 25/2 Vi gör egna pins!
- Ons 4/3 **SPORTLOV - Se separat program som kommer till din skola!!!**
Ons 11/3 TV speltävling! Singstar, Eyetoy...
Ons 18/3 Öppen verksamhet!
Ons 25/3 Vi målar egen t-shirt! Ta med dig en t-shirt!
- Ons 1/4 Vi gör äggformade korgar!
Ons 8/4 Vi målar korgarna och gör kort!
Ons 15/4 **PÅSKLOV - Se separat program som kommer till din skola!!!**
Ons 22/4 Restaurang kväll - vi går ut och äter!
Vi träffas kl. 18.00 på Navet. Kostar 50:-, slut kl. 20.00
Ons 29/4 Öppen verksamhet!
- Ons 6/5 Iberisk kväll - musik och mat från Portugal och Spanien!
Ons 13/5 Filmkväll!
Ons 20/5 Vi lekar utomhus!
Ons 27/5 Bowling!
Vi träffas kl. 18.00 på O' Learys Bowling, Storgatan 51.
Kostar 60:-, slut kl. 20.00

sportlov & påsklov 2009

Separat program kommer ca 2 veckor innan loven!

Basket för Alla

Torsdagar kl. 18-19 i Granloholmsskolans gymnastiksal

Startar torsdag 22/1

För mer information ring Tina Fjårem på Dragons: 060-12 16 95

Granlo fritidsgård

Onsdagar kl. 18-20.30

Startar onsdag 14/1

Du behöver inte anmäla att du kommer! Alla är välkomna! Spela spel, sitta och snacka, spela pingis, surfa på Internet, fika, studiebesök, lekar & tävlingar m.m.

Adress och tfn till Granlogården: Ättehögvägen 27. Tfn: 060-12 68 20

Skönsmons fritidsgård

Övernattning på Skönsmogården - Cowboytema!

Äntligen - nu övernattar vi på Skönsmogården!

21 februari 2009

Startar 18.00 med middag.

Kostar 100:-

Anmäl dig till gården på tfn: 060-66 38 70!

Du kan också anmäla dig på måndagskvällar till:

Linda, Efraim, Tessan, Kathrin eller Mariana!



FFA Sundsvall Fritid För Alla

DISCO VÅR 2009

Lördag 17 januari - Rock och metall

Lördag 14 februari - Skräck

Lördag 14 mars - Djungelboken

Lördag 11 april - Påsk

Lördag 9 maj - Sport

Domsaga, Västra Allén 13

Kl.19-22

Inträde: 20:-

Försäljning av fika och godis!

Tävlingar och lekar under kvällen!

Välkommen!

Information och frågor.

Ring "Fritid för Alla",

Elisabeth Orre tfn: 060-191792, 070-210 79 22

FFA Sundsvall Fritid För Alla

Europeisk Volontärtjänst

Gör en insats utomlands. Skaffa dig internationell erfarenhet och jobba som volontär i ett annat land.

Europeisk Volontärtjänst (EVS) vänder sig till dig som är mellan 18-30 år.
Man kan söka både individuellt och som grupp.

Ett volontärprojekt pågår mellan 2 och 12 månader. I vissa fall kan du som fyllt 16 år delta.

Volontärtjänsten är en alternativ utbildningserfarenhet som ger dig chansen att utveckla din kulturella kompetens samtidigt som du gör en konkret insats i ett annat land.

**Vi hjälper dig!
Passa på att utforska en del av Europa!
Tillsammans söker vi ett passande projekt för just dig!
Vi ansöker om pengar för kost, logi, fickpengar och din resa!
Så, vad väntar Du på!?**

**Kontakta FFA/Elisabeth Orre för mer information:
060-19 17 92
070-210 79 22
elisabeth.orre@sundsvall.se**

Har du tips och idéer!

**Var med i FFA:s gårdsråd på Skönsmogården!
Då kan du vara med och tycka till om hur du vill att just din fritid ska se ut!
Vi träffas under våren på Skönsmogården.**

**Ring till FFA för mer information!
060-19 17 92**

Föreningsdriven verksamhet

Solens IF

Solens IF är en idrottsförening som är aktiva inom bowling, simning och innebandy.

På "Träningsverket" kan du också vara med och träna aerobics!

Kolla in hemsidan; www.solensif.nu eller ring till

Kerstin Norberg 060-552723, 070-1705149

HIF Kämparna

Kämparna är en idrottsförening som har träning för dig som vill hålla på med bad/vattengymnastik, kälkhockey, boccia, curling, luftvapenskytte, bordtennis, styrketräning och rullstolsträning.

<http://web.telia.com/~u60610333/> eller skicka e-post: kamparna@telia.com

Judo Sundsvall

Judo Sundsvall har judo träning i egna lokaler i Skönsberg. Är du intresserad av att börja med judo, ring Judo Sundsvall på telefon **060-665088**. Träningen är först och främst inriktad på att främja koordinationsförmåga och kroppsutfattning.

Övningarna går ut på att lära sig behärska sin kropp och utnyttja sina egna möjligheter.

En viktig ingrediens är judons fallteknik.

Kolla in deras hemsida på www.judosundsvall.com

Sjöstjärnan

Bedriver Halliwick-simning på Matforsbadet lördagar 14.30 - 16.30.

För information ring: **Ingemar Edblom: 060-260 38**

Alpint/Längd

I samarbete mellan HIF Kämparna och Nolby Alpina SK erbjuder vi skidskola för sitski och skicart samt för stående åkare t.ex. synskadade. Nu finns det chans för alla att prova på sitski eller skicart.

Är ni intresserad kontakta **Hans Sundström på tfn. 073-560 30 75**.

Ni kan även surfa in på Nolbybackens hemsida www.nolbybacken.nu

Ridning

Färsta: Ridning för dig som har ridit förut och kan ha med dig egen assistent/ledsagare!
Fredagar kl. 15.40 - 16.20. För info ring: 060-536640.

Kungsnäs: Lena Forsberg **060-563989**

Nolby: Lena Grönvold **060-561800**

Timrå: Pia Strömberg **060-570345** eller Kristina Karlsson **060-570346**

Sundsvall Dragons - Time out - basket för funktionshindrade ungdomar!

Läs mer på deras hemsida:

http://www.sundsvall.nu/snu/servlet/Visa?SidNamn=dragons_sociala

Attention

Attention - intresseorganisationen för barn, ungdomar och vuxna med neuropsykiatriska funktionshinder såsom ADHD, Damp, Tourettes syndrom, Aspergers syndrom samt tal- och språkstörningar.

Kontakta Marie Ström, Attention Sundsvall-Timrå: 0730-51 57 58 www.attention-riks.se

Nyhetsbrev och nyhetstips!

Vill du som ungdom/förälder ha nyhetsbrev via e-post eller nyhetstips via sms om vad som händer inom Fritid För Alla? Skicka då din e-postadress eller ditt mobiltelefonnummer till:

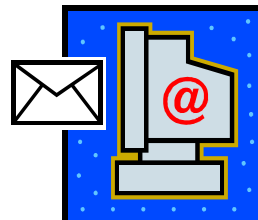
elisabeth.orre@sundsvall.se

060-191792 eller 070-210 79 22

Eller anmäl dig på hemsidan www.ffasundsvall.se

Nyhetsbrev och nyhetstips skickas regelbundet för att uppdatera dig om vad som är på gång!

Kolla in FFA NYTT på hemsidan!!!!!!!!!!!!!!



Projekt

Fritid för alla startar gärna upp olika projekt tillsammans med olika samarbetspartners. Det kan vara föreningar, organisationer eller kommunal verksamhet. Har ni idéer som kan leda till något intressant projekt så hör gärna av er till oss!

Råd och stöd

Råd och stöd finns för dig som vill komma i kontakt med någon förening men inte riktigt vet hur det ska gå till eller vill veta om de har något som passar dig. Råd och stöd kan både hjälpa enskilda och organisationer att komma i kontakt med rätt personer i frågor som rör kultur, fritid, och handikapp.

För mer information kontakta Elisabeth Orre tfn. 060-19 17 92.

Samarbetspartners

Fritid för Alla är en verksamhet som drivs av Sundsvalls kommun, Kultur & Fritid. Vi samarbetar med olika föreningar för inkludering av funktionshindrade ungdomar i sin verksamhet, och Barn – och Ungdomshabiliteringen. Vi samarbetar också med olika studieförbund i kommunen.

All anmälan (om ej annat angivits) och information, ring till Elisabeth Orre 060-191792 eller skicka ett mail till: elisabeth.orre@sundsvall.se

Fritid för Alla hälsar dig välkommen till en vårtermin fylld av spännande aktiviteter!

För uppdaterad information - kolla in hemsidan!
www.ffasundsvall.se



Tjänstedeklaration

FFA – fritid för alla

Fritid för Alla är en verksamhet som tillhandahåller anpassade (utifrån handikapp) fritidsaktiviteter riktade till funktionshindrade ungdomar, 13-20 år, i Sundsvalls kommun.

Beskrivning av tjänsten/service

FFA arbetar för att funktionshindrade ungdomar ska ges möjlighet att delta i en så varierad och upplevelserik fritid som möjligt. Aktiviteterna är i största möjligaste mån anpassade för ett aktivt deltagande för så många ungdomar som möjligt.

Vi lovar

Att lyssna på ungdomars önskemål om hur de vill att innehållet i verksamheten ska se ut.
Att skapa ett varierat utbud av aktiviteter utifrån ungdomars olika behov, idéer och åsikter för att möjliggöra delaktighet i en bra fritidsverksamhet.

Tjänstens gräns

Vi arbetar med fritidsaktiviteter och inte omsorg. Om deltagande ungdom behöver ledsagning eller är i annat behov av personlig assistens, ges möjlighet för personlig assistent/kontaktperson/ledsagare (via uppdrag av LSS/assistentbolag) att medverka tillsammans med aktuell ungdom.

Ditt ansvar

Som deltagande ungdom, eller vårdnadshavare till deltagande ungdom, är det din plikt att informera FFA om viktig information som gäller ungdomens välbefinnande.

Vid frågor

Om du inte är nöjd med denna tjänst, kan du vända dig till ansvarig chef för verksamheten:
Anders Hagman: 060-19 19 98.

Vid all kontakt med Sundsvalls kommun möts du med respekt av kunnig och trevlig personal.

Vi vill veta vad du tycker

Lämna synpunkter, beröm eller klagomål på tjänstedeklarationen och få svar inom tio dagar. Skicka in din synpunkt via webbformuläret på vår hemsida: www.sundsvall.se eller ring kommunens växel: 060-19 10 00

