



Nyhetsbrev sommar



Handicat - katamaransegling 24/8

Söndag 24/8 är det segling med Handicat. Deras katamaran, som är specialbyggd, är stabil och det går att rulla på med rullstolen.

Eftersom vi är ute till havs så är det bra att ha varma kläder. Alla tar med egen lunch/fika som vi äter ombord. Katamaranen ligger i Svinninge marina i Åkersberga.

Läs mer på vår [hemsida](#)

Save-the-date för följande aktiviteter!

Lägg in följande aktiviteter i din kalender, inbjudan kommer i nyhetsbrevet för augusti.

Testa teater & graffiti på Subtopia 7/9

I september ska vi göra något som vi inte har testat tidigare. Det blir en aktivitetsdag på

Subtopia där ni med hjälp av professionella ledare kommer få prova teater och graffiti. Subtopia är ett centrum för konst, kultur och socialt engagemang.

Friluftsdag för både medlemmar och icke medlemmar 20/9

Den här aktiviteten är perfekt för den person eller familj som ännu inte är medlemmar i RBU, men är nyfikna på vår verksamhet. Tipsa gärna personer runt dig som skulle kunna vara intresserade. Vi kommer ses i naturen för grillning, aktiviteter för barnen och möjlighet för föräldrar att ställa frågor till RBU-medlemmar. Till denna aktivitet behöver vi då såklart dig som redan är medlem och som kan tänkas svara på frågor från nyfikna.

Bio Kaskad 4/10

Precis som förra året har vi bokat en dag på bio Kaskad i Blackeberg. Det blir två olika filmer under samma dag, en för de yngre barnen och den andra för äldre ungdomar/unga vuxna. Håll utkik på vår hemsida och i nyhetsbrevet som går ut i augusti.

RBU Stockholm på Pride 2/8
- tema "kärlek, jämlikhet & inkludering"

Paraden startar 13.00 lördag 2 augusti

Samling på Normälärstrand kl. 12.00

*Ta gärna med vattenflaska och regnkläder

Läs mer om Stockholm Pride [här](#)



Påminnelse om aktiviteter!

Rörelseträning med häst 12-13/8

I år har vi rörelseträning med häst även på sommarlovet. Aktiviteten *Rörelseträning med häst* handlar om att stärka rörelseutvecklingen hos barn och unga med motoriska utmaningar. Läs mer på vår [hemsida](#)

Skansen för alla 20/8

Onsdag 20 augusti är det dags för vår årliga dag på Skansen tillsammans med många

andra föreningar. Läs mer på vår [hemsida](#)

Fiske - och friluftsdag i Tranvik 30/8

Vi fiskar från brygga och båt (som är anpassad). Till lunch grillar vi och vi bjuder på fika. Läs mer på vår [hemsida](#)

Segling med Skota hem 31/8

Häng med på segling i den stora båten eller den mindre jollen där du seglar endast med instruktör. Det blir fika och häng med andra RBU-medlemmar. Läs mer på vår [hemsida](#)

Tips från andra verksamheter:

Glädjeruset i Täby 23/8

[Glädjeruset - Loppet där alla är välkomna!](#)

Parasportveckan 37

Parasport Stockholm med flera bjuder in till årets parasportvecka 37. Läs mer [här](#)

Stora LSS-dagen 4/10

Stora LSS-dagen riktar sig till alla inom LSS och deras anhöriga, och syftar till att skapa en trygg, glädjefylld och inkluderande dag där alla deltagare kan uppleva gemenskap och delaktighet genom anpassade aktiviteter och sociala möten. I år lägger vi dessutom extra fokus på att stärka och stötta anhöriga. Dagen är kostnadsfri för alla besökare, välkommen att [läsa mer och anmäla dig här](#)

Sommarlovsaktiviteter på Skärholmens bibliotek

Skärholmens bibliotek ordnar flera aktiviteter i sommar, läs mer [här](#)

Enkät om SMO - samordnat medicinskt omhändertagande

RBU har, tillsammans med FUB, Svenska Downs och Autism (alla i Stockholms län) skapat en enkät om SMO - *samordnat medicinskt mottagande*.

Personer med funktionsnedsättning drabbas i högre grad av både fysisk och psykisk ohälsa jämfört med övriga befolkningen. Vården är ofta inte tillräckligt anpassad efter individuella behov, och förebyggande insatser brister. För att möta detta har vissa vårdcentraler i Stockholms län fått i uppdrag att samordna vården och erbjuda

anpassade insatser för målgruppen vuxna med omfattande funktionsnedsättning.

[Till enkäten](#)

Kansliet har sommarstängt v 28-32

Veckorna 28-32 har RBU Stockholm stängt. Vi svarar på akuta ärenden och det som är kopplat till aktiviteter under sommaren. Svar på mejl kan däremot dröja längre än vanligt.

Stort tack till er medlemmar för att ni har varit med på aktiviteter, följt oss i sociala medier och engagerat er i RBU Stockholm under våren. Vi önskar er en riktigt fin sommar så ses vi framåt sensommaren igen, hälsar Annika, Elinore, Jessica, Therese och Elise på kansliet.

