



Dyslexiförbundet FMLS i Stockholms län

M E D L E M S B L A D – Nr.1 Februari 2013

*Välkommen till Dyslexiförbundet F M L S, Stockholms
länsavdelning och dess Lokalföreningar med förnyade
krafter och med nya friska idéer!*

**Hej alla medlemmar och vänner till Dyslexiförbundet FMLS i
Stockholms Län och lokalföreningar.**

Hoppas helgerna varit bra med tid för återhämtning.

Livet är för kort för att vänta. Vänta på att förverkliga våra drömmar? Börja nu!
Här finns möjligheter och utrymme att bidra med föreningsarbete. Att sprida
kunskap om dyslexi, att visa hur kreativa och initiativrika vi dyslektiker är.
Styrelse på länet samt lokalföreningar välkomnar dig med öppen famn.

Lokalföreningarna jobbar nu för fullt med sina årsmöten. Alla föreningar har
behov av nya människor i sina styrelser och du som är intresserad av att
engagera dig lite mera är välkommen. Eller varför inte att nominera någon som
du känner.

Kontaktuppgifter finner du längre fram i bladet.

Kom gärna med namnförslag.

Ebrahim Tabrizi
ordförande

Expeditionen

Vår expedition är öppen måndag, onsdag och fredag mellan kl 09.00 och 13.00 samt tisdag och torsdag mellan kl 13.00 och 17.00

Organisationen börjar nu sätta sig och fler och fler hittar till oss. Kom gärna upp och ta en fika och prata en stund, men ring före så vi inte är ute och springer när du kommer. Telefonnummer hittar du under kontaktuppgifter.



❖ **Dyslexiförbundet FMLS och Skriv-Knuten**

Post- och besöksadress: Solnavägen 100, 169 51 Solna

Telefon växel: 08-665 17 00, Fax: 08-660 79 77

Hemsida: www.dyslexiforbundet.se

E-post: info@dyslexiforbundet.se

Kolla gärna in även www.dyslexi.org och se mera av vad som händer inom förbundet.

Kontaktpersoner för Dyslexiförbundet FMLS, Stockholms Länsavdelning och dess lokalföreningar.

Postadress till Dyslexiförbundet FMLS, Stockholms länsavdelning:

Nynäsvägen 150, (Golfhallen Jordbro) 136 40 Handen.

Telefon kansliet, måndag, onsdag och fredag förmiddag samt
tisdag och torsdag eftermiddag: 08-777 08 17.

e-post: fmls.lan@gmail.com

- Telefon ordföranden Ebrahim Tabrizi tabrizi@kth.se.

Lokalföreningarna: (kontaktpersoner)

- **Stockholm;** ordförande: Mattias Beckius,
e-post: mbdr650@hotmail.com
- **Södertörn;** ordförande: Lars-Göran (Valle) Lehrmark.
e-post: lars.lehrmark@gmail.com
- **Värmdö:** e-post: varmdo_dyslexiforening@hotmail.com
Ordförande: Krister Möller, e-post mkrister@hotmail.com
- **Norrtälje:** ordförande Clarita Schedin
e-post: norrtalje@dyslexiforbundet.se

OBS! Dyslexiförbundet FMLS, Länets kontaktperson är Tania Laserna samt förbundet som hjälper till med telefonnummer och postadresser till lokalföreningarna.

Föreläsningar om dyslexi på ABF våren 2013

God självkänsla med dyslexi?!

Vi delar med oss av våra upplevelser i skolan.

Föreläsare: **Louise Lindqvist och Gro Granqvist** som nyligen gått ut gymnasiet och startat företaget Mount Dyslexi AB.

Tisdagen den 22 januari kl 18.00

Med roliga ljudlekar hittar barnen sitt språk!

En inspirationskväll för dig som arbetar med barn i förskolan och i f-klass

Föreläsare: **Anna Larsson**, förskollärare och **Helena Eriksson**, specialpedagog

Tisdagen den 29 januari kl 18.00

Matematik, är det svårt?

Har våra elever dåliga kunskaper i matematik alldeles i onödan?

Föreläsare: **Doris Lindberg** speciallärare

Torsdagen den 14 februari kl 17.00 – 19.00

Engelska behöver inte vara ett hopplöst språk!

Barn och vuxna med dyslexi kan också lära sig läsa och skriva engelska.

HELP Start ger redskap och nycklar till det krångliga engelska skriftspråket

Föreläsare: **Malin Holmberg**, dyslexilärare i engelska och svenska

Måndagen den 18 mars kl 16.30 – 19.30

Studieteknik kan göra skolarbetet lättare och roligare!

Hur man tränar att skriva och läsa med hjälp av datorn.

Föreläsare: **Helena Jacobsson** är specialpedagog med inriktning mot läs och skrivsvårigheter och har själv två barn med dyslexi

Torsdagen den 11 april kl 18.00

Fri entré

Välkommen till ABF, Sveavägen 41 i Stockholm



Lokalföreningarnas årsmöten

Stockholms Län genomför sitt årsmöten den 14 maj 2013
Golfhallen i Jordbro, Nynäsvägen 150, kl. 18.00

Södertörns lokalförening (Haninge, Huddinge, Nynäshamn och Tyresö)
genomför sitt årsmöte den 6 mars 2013.
Golfhallen i Jordbro, Nynäsvägen 150, kl. 19.00.

Norrtäljes lokalförening genomför sitt årsmöte den 7 mars 2013.
Roslagens sjukhus, kl. 18.30

Stockholms lokalförening genomför sitt årsmöte den 18 februari 2013.
Förbundskansliet, Vintergatan 2, Sundbyberg, kl. 18.00

Värmdö lokalförening genomför sitt årsmöte den 18 mars 2013.
Gustavsgården, Gustavsberg, kl. 18.30.

Har du idéer och är sugen på någon familjeutflykt eller aktivitet. Styrelsen vill gärna få synpunkter på vad vi kan göra och när det ska göras. Utflykter, picknick med brännboll i Hagaparken, besök på museum, Skansen, äventyrsbad, etc.

Kom med förslag.
Telefonnummer och mailadresser hittar ni under kontakter.
Välkomna.

Medlemsbladet

Vad kan vi använda medlemsbladet till?

Du som medlem kan själv lämna bidrag som kan vara intressanta för andra att veta.

Vi kan skriva historier och berättelser eller varför inte små tävlingar osv, det är alltid roligt att gnugga geniknölarna. Vi kan även tipsa varandra om något.

Kanske har du något du vill sälja eller något du önskar köpa.

Möjligen har du ett recept på någon god kaka eller maträtt du vill tilldela andra, alternativt söker du ett recept på något. Det kan ju lika gärna vara ett stick- eller virkmönster osv.

Du söker kanske kontakt med andra personer i din närhet för gemensamma aktiviteter i skolan eller på fritiden, tips och idéer mm.

Bidragen till medlemsbladet skickar du lämpligast till:
Dyslexiförbundet FMLS, Stockholms Län
Nynäsvägen 150
136 40 Handen

Alternativt per mail: fmls.lan@gmail.com eller
eller telefon 08-777 08 17.

Nästa manusstopp för medlemsbladet är den 1 juni

Fiskgratäng



Antal portioner: 4

Ingredienser

1 kg fast potatis
2 st gula lökar
2 dl vispgrädde
200 g färsk bladspenat
600 g torskfilé
2 msk färskriven pepparrot
2 dl lagrad ost, riven (t.ex. västerbotten el parmesan - ta vad som finns hemma i kylen)
3 msk smör
1 msk olivolja
Salt och nymald svartpeppar

Gör så här

1. Skala och koka potatisen mjuk i saltat vatten.
2. Sätt ugnen på 225 grader.
3. Skala och strimla löken och fräs i 1 msk smör ca 5 minuter tills den är mjuk.
4. Tillsätt grädde och bladspenat. Låt spenaten ånga på låg värme tills den är mjuk.
5. Skär torsken i bitar och lägg i en ugnform. Krydda med salt och peppar. Riv över pepparrot och strö över osten.
6. Häll på grädde, lök och spenat.
7. Häll av potatisen och stompa tillsammans med 2 msk smör. Krydda med salt och peppar.
8. Täck formen med potatisstompet och ringla olja på toppen.
9. Gratinera i mitten av ugnen ca 25 minuter.



Dyslexiförbundet FMLS

God fortsättning på år 2013
önskar

Dyslexiförbundet FMLS, Stockholms Läns styrelse

**gm/
Ebrahim Tabrizi
ordförande**



Foto: Ebrahim M.Tabrizi