



Relationer som funkar

- ❖ Ett treårigt Arvsfondsprojekt (2021-2024)
- ❖ Vårt syfte:
Vi vill göra det lättare för personer med IF eller autism att ha nära relationer på de sätt som de själva vill.
- ❖ Vårt arbetssätt:
Erfarenhetsexperter möter möjliggörare.

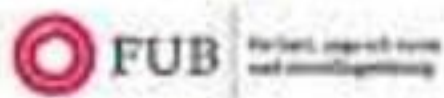
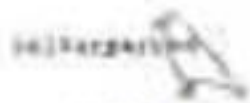
Den viktigaste kunskapen kommer från erfarenhetsexperterna

Varje människa är expert i sitt eget liv.
Därför är erfarenhetsexperterna viktigast för oss.

Hittills har vi samlat in tankar
från 400 personer som har IF eller autism.

Vissa av dem har varit med på en träff.
Andra har varit med på 100 träffar.





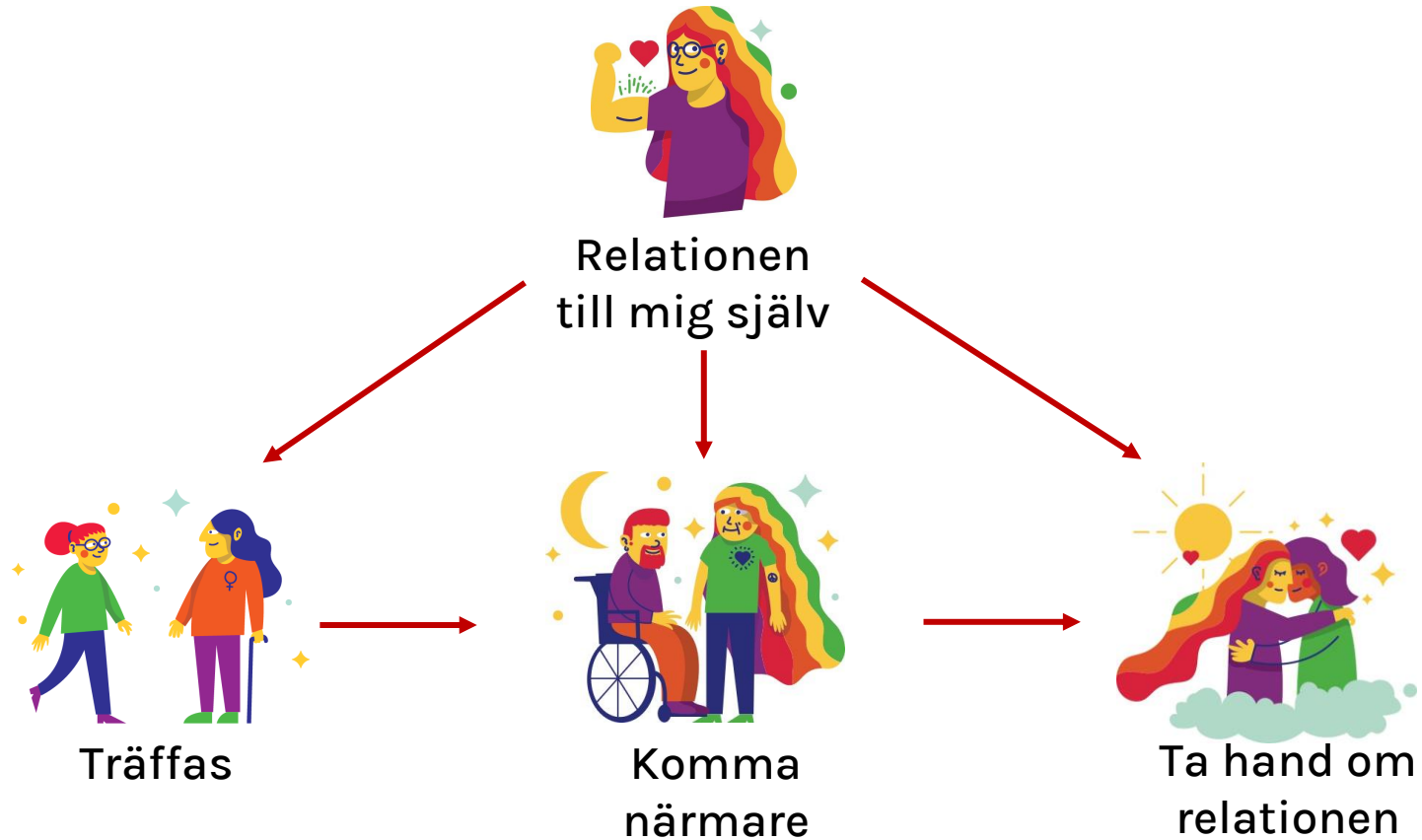


Tårtan:

Ett sätt att arbeta systematiskt
med nära relationer, sexualitet och funktionsstöd

- Vem har koll på och ansvarar för helhetsperspektivet?
- Hur säkrar vi tillgången till utbildning, handledning och forum för etisk reflektion?
- Hur ser samverkan ut, och hur lotsar vi mellan nivåerna?

Ömsesidiga, nära relationer som jag väljer själv



När det inte funkar





Träffas enkelt på nätet

DigiVi



**Relationer
som funkar**



FUB
Uppsala län



**ALLMÄNNA
ARVSFONDEN**

Vad är DigiVi?

- ❖ En app som funkar på datorn, paddan och mobilen
- ❖ Träffa vänner, kärleken eller umgås
- ❖ För personer med funktionsnedsättning
- ❖ Enkel
- ❖ Trygg

Välkommen till DigiVi!



Träffas enkelt på nätet

DigiVi



**Relationer
som funkar**



FUB
Uppsala län



MED
STÖD
FRÅN

**ALLMÄNNA
ARVSFONDEN**

Välkommen till DigiVi!



Varför DigiVi?

- ❖ En rättighet och självklarhet
- ❖ Andra sociala medier ofta otrygga och svåra
- ❖ Många har önskat sig DigiVi!



Träffas enkelt på nätet

DigiVi



**Relationer
som funkars**



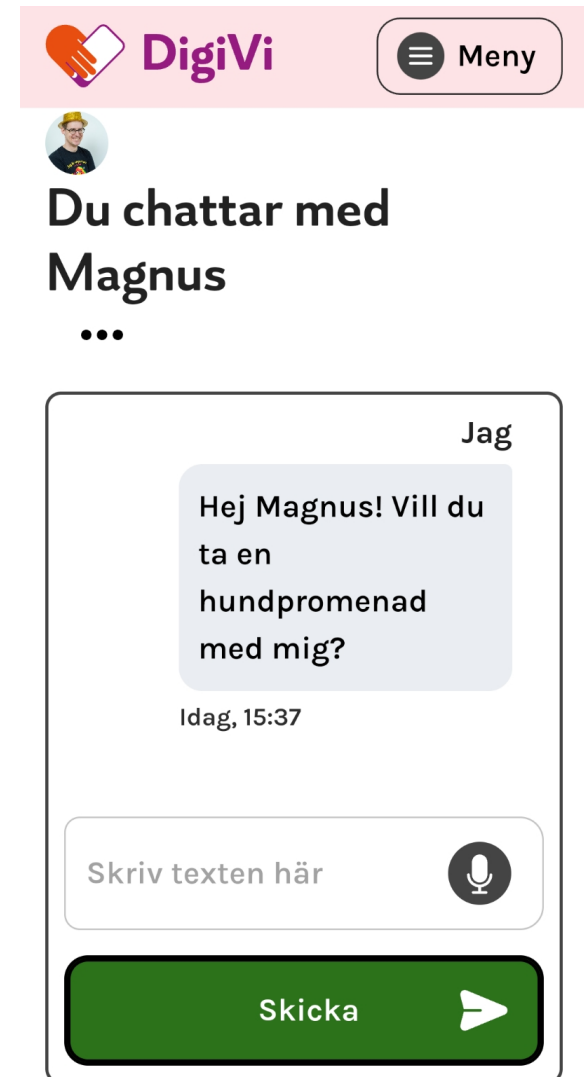
FUB
Uppsala län



**ALLMÄNNA
ARVSFONDEN**

Vad kan man göra i DigiVi?

- ❖ Skriva med vänner
- ❖ Träffa nya vänner i hela landet
- ❖ Dejta och träffa kärleken



Träffas enkelt på nätet
DigiVi



**Relationer
som funkar**



FUB
Uppsala län



**ALLMÄNNA
ARVSFONDEN**

Varför är DigiVi så tryggt?

- ❖ Tydliga regler
- ❖ Alla anger sitt riktiga namn och personnummer (och det ser bara de ansvariga!)
 - ❖ Man registrerar sig hos ett DigiVi-ombud.
- ❖ Enkelt att anmäla och blockera



Träffas enkelt på nätet

DigiVi



**Relationer
som funkars**

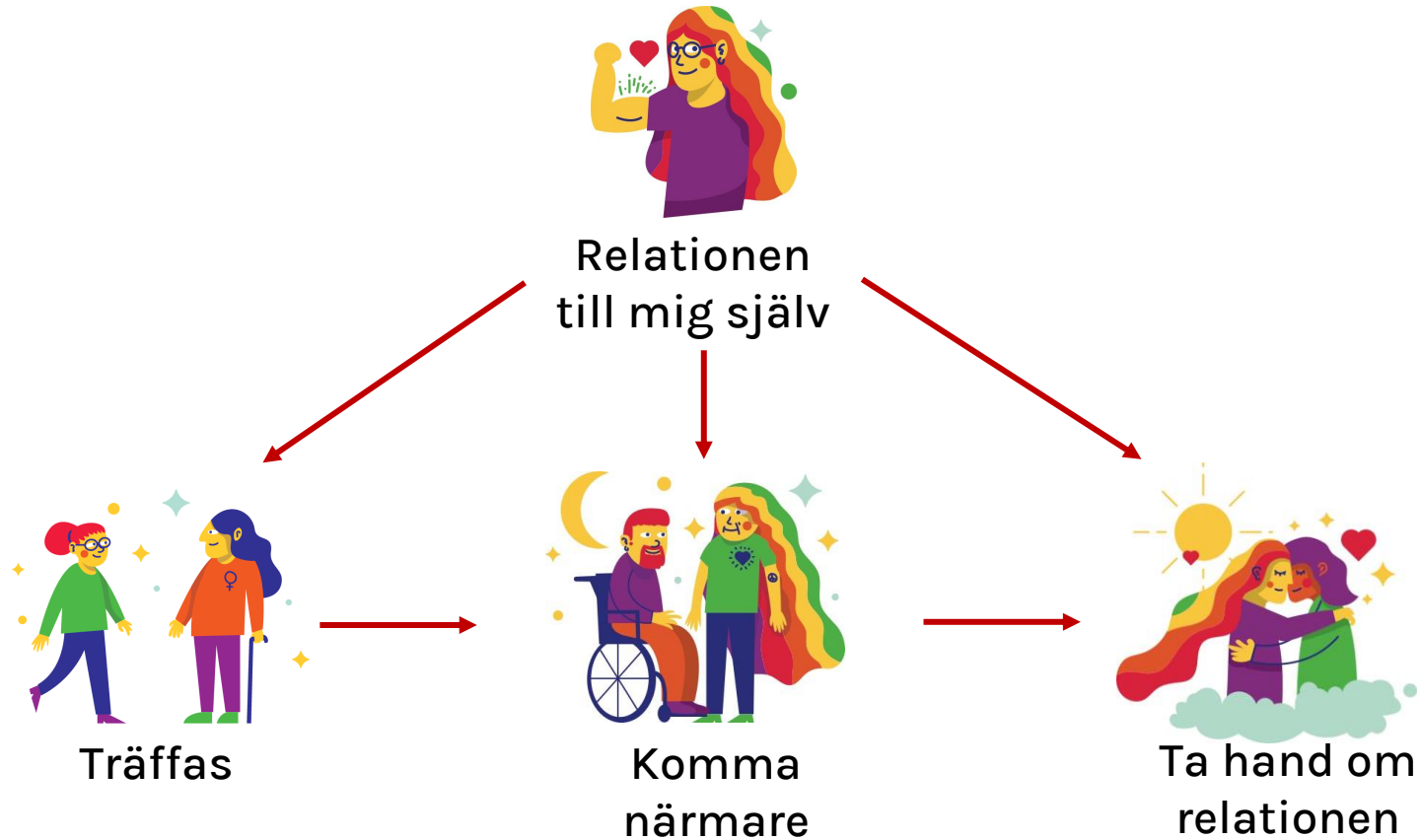


FUB
Uppsala län



**ALLMÄNNA
ARVSFONDEN**

Ömsesidiga, nära relationer som jag väljer själv



När det inte funkar

Några verktyg

❖ Mingelbingo

Mingelbingo

Hitta en person som har intresset. Skriv personens namn i rutan.

<p>Gillar att åka båt Vad gillar du med det?</p>  <p>Namn: _____</p>	<p>Gillar att laga mat Vad är din favoriträtt?</p>  <p>Namn: _____</p>	<p>Har ett husdjur Vad heter ditt husdjur?</p>  <p>Namn: _____</p>
<p>Gillar att träna Vad tränar du?</p>  <p>Namn: _____</p>	<p>Gillar att titta på film Vad är din favoritfilm?</p>  <p>Namn: _____</p>	<p>Gillar Disney Vilken är din favoritdisney film?</p>  <p>Namn: _____</p>
<p>Bor i Tierp Vad gillar du med Tierp?</p>  <p>Namn: _____</p>	<p>Bor i Östhammar Vad gillar du med Östhammar?</p>  <p>Namn: _____</p>	<p>Bor i Uppsala Vad gillar du med Uppsala?</p>  <p>Namn: _____</p>

Några verktyg

❖ Mingelbingo

❖ Prat-startare



Hej!



Vill du prata
med personen bredvid
och vet inte hur?



Ta en lapp
och läs upp frågan på lappen.



Kanske hittar ni
några gemensamma intressen.



Vilken är din favorit film eller serie?
Vad gillar du med filmen eller serien?



Vad har du för intressen?
Vad gillar du med det intresset?



Tränar du någon para-idrott?
Om ja: vilken?
Om nej: Vill du träna någon idrott?



Vilken är din favorit årstid?
Vad gillar du med årstiden?



Vilken är din favorit fika?

Några verktyg

- ❖ Mingelbingo
- ❖ Prat-startare
- ❖ Träffa dig igen-lapp

Jag vill träffa dig igen!

Mitt namn: _____

Kontakta mig på:

☐ SMS. Mitt nummer är: _____

☐ Telefon. Mitt nummer är: _____

☐ Mejl. Min mejl-adress är: _____

☐ Annat: _____

Några verktyg

- ❖ Mingelbingo
- ❖ Prat-startare
- ❖ Träffa dig igen-lapp
- ❖ Lagom utmanande, gemensamma aktiviteter
- ❖ "Lagom sociala" aktiviteter
- ❖ Kurser





Vad kan ni göra
för att främja relationer?

Tack!

Våra kontaktuppgifter

aline.groh@uppsala.fub.se

magnus.linden@uppsala.fub.se

therese.wappsell@uppsala.fub.se

Följ oss på facebook och instagram!

Kolla in på
RelationerSomFunkar.se
DigiVi.nu



**Relationer
som funkar**



Träffas enkelt på nätet

DigiVi



ALLMÄNNA
ARVSFONDEN



FUB
Uppsala län

