

Nr 5 maj 2010

Finlands

Synskadade



4

Synskadade barn
dansar i New York

7

Arto Vanhanen
hedersordförande

12

Bamsegruppen
ger föräldrastöd



Innehåll Nr 5/10

- 3** Ledaren: Mission och vision
- 4** Synskadade unga dansar i New York
- 7** Arto Vanhanen utsågs till hedersordförande
- 10** Hälsoinspiratör - vad är det
- 12** Bamse-gruppen ger föräldrastöd
- 16** Kåseriet: Kattfot och kaprifol
- 18** Meddelanden
- 20** Meddelanden från distrikten
- 23** Annonser: Må bra i punktskriftens tecken
- 24** Annonser: Quinnor på wift

Finlands Synskadade är medlemstidning för Förbundet Finlands Svenska Synskadade. Tidningen utkommer med 10 nummer/år i svartskrift, punktskrift, på CD och som elektronisk version, se www.fss.fi/aktuellt/fs. Kan också fås som e-postbilaga. Årgång 99. Nummer 6/2010 utkommer 23.6, manusstopp 2.6.

Utgivare:

Förbundet Finlands Svenska Synskadade r.f.,
Parisgränden 2 A 1,
00550 Helsingfors
Tfn 09-6962 300

Chefredaktör:

Sofia Stenlund, tfn 09-6962 3017
e-post: sofia.stenlund@fss.fi
Meddelanden och annonser
mottas av chefredaktören.

Prenumerationer och adressändringar:

Tina Dunderfelt, tfn 09-6962 3010
e-post: tina.dunderfelt@fss.fi.

Pärmbild: Synskadade dansare i New York
Foto: Jennie Dehlén

ISSN 0789-5739



Mission och vision

Under förbundets vårmöte fick mötesdeltagarna tillfälle att i form av gruppdiskussioner begrunda de för förbundet centrala begreppen mission och vision. Termerna kan vara svåra att greppa och utmynnar lätt i filosofiska utsvävningar, men är trots allt av stor betydelse för en sammanslutnings gemensamma målsättning. Begreppet mission kommer ursprungligen från latin och har bland andra ursprungsbetydelse uppdag, kall och kallelse.

I praktiken handlar det alltså om att utkristallisera vilket mål förbundet har, vilken mission som är vår unika uppgift som ingen annan kan erbjuda. Tankarna kring detta flödade då styrelseledamöter, anhängare, ledsagare och medlemmar fick sätta sig ner i mindre grupper och fritt låta sina tankar formuleras. Som man kunde förvänta sig var åsikterna varierande, enskilda personer hade olika förväntningar på förbundets mission. På många sätt var det nog det kreativa diskussionsformatet i sig som utgjorde behållningen. Allas röster blev hörda i det ändamålsenliga samtalsklimatet och det var många som satte ord

på sina tankar. När grupperna övergick till diskussionen om vision blev ämnet än mer långsiktigt. En vision behöver inte ha en klar verklighetsförankring utan utgör en framtida idealbild, ett långsiktigt mål att eftersträva utan krav på tidsbundenhet eller konkretism. Visionen ger uttryck för hur vi vill att världen ska se ut för synskadade i framtiden om vi får önska oss fritt och förbehållningslöst.

Det begrepp som knyter samman dessa termer och samtidigt förankrar dem i vardag och verklighet är strategier. På vilket sätt har vi gemensamt för avsikt att uppnå de målsättningar vi satt upp?

Denna form av tankeövningar kräver att man återgår till det allra mest grundläggande, till det ursprungliga målet och förbundets existensberättigande. Samtidigt kräver visionering ett öppet sinne, en förändringsbenägenhet och en vilja att arbeta mot samma mål. Diskussionen under vårmötet var ett steg mot att kollektivt optimera förutsättningarna för en ändamålsenlig, gemensam vision att arbeta mot.



■ Tio-åriga Gabriella Mendonca (längst till höger), som är gravt synskadad, uppträder här i musikalen "Imagine" tillsammans med seende barn.

Här kan alla dansa

Tio-åriga Gabriella Mendonca ser ut precis som alla de andra tjejerna i dansklassen: en svart topp, rosa tights, sneakers och håret prydligt uppsatt i en hästsvans. Det är först när klassen är slut och en väninna tar Gabys hand för att leda henne till omklädningsrummet som man förstår att Gaby är gravt synskadad. Frilansjournalisten Jennie Dehlén har för Finlands Synskadade besökt en danskurs för synskadade barn i New York och i denna artikel berättar hon mer.

Sedan några månader tillbaka går Gaby och ett tiotal andra synskadade barn på en speciell danskurs på Lighthouse International, en skola i New York med speciella musik- och dansprogram för blinda och synskadade. Eftersom Gaby snabbt gjort framsteg dansar hon nu även med seende dansstudenter och uppträder i deras shower.

Varje lördagsmorgon leder danspedagogen Jenny Seham tre olika klasser för synskadade och seende barn mellan åldrarna 7 och 18 på Lighthouse-skolan. Nu har klockan hunnit slå tio och fler elever börjar strömma in i skolan, som ligger på anrika Upper East Side på Manhattan.

En av eleverna kommer fram till Jenny och frågar vad de ska lära sig den här gången. Han heter Daniel, och är med sina 16 år en av de äldsta i klassen. Daniel är gravt synskadad sedan födseln. Han har tränat dans i ett halvår nu och kommer regelbundet varje lördag.

- Det var jättesvårt i början eftersom jag aldrig hade dansat innan men det blir lättare och lättare för varje gång, berättar Daniel och fortsätter:

- Vi ska ha en avslutningsbal på min skola om några månader så jag tänkte att den här kursen kunde vara ett sätt för mig att lära mig nya "moves".

Att få eleverna att röra på sig är ett av huvudmålen så alla de olika danserna som lärs ut här är väldigt fysiska. Jenny Seham leder klassen på precis samma sätt som när hon håller i en klass för

enbart seende barn – med en gitarrist som ackompanjerar dansen, upprepade rörelseövningar och höga krav.

- Utmaningen i den här klassen är hur jag kan förmedla min passion för dans när de, till skillnad från mina andra elever, inte kan se min kropp, säger Jenny Seham.

Till sin hjälp har hon därför fem lärarasistenter. Deras arbete består av att gå runt och fysiskt demonstrera varje nytt steg för barnen. Jenny Seham använder sig av ett mycket mer beskrivande språk under den här klassen än när hon enbart undervisar seende studenter. Istället för att bara säga "öppna och för samman" säger hon nu "öppna dörren och stäng", så att barnen kan associera varje rörelse med en visuell bild. När de väl lärt sig ett visst rörelsemönster döper Jenny det till A, B eller C så att hon sedan bara kan säga "Gör rörelse A".

När alla de olika rörelserna sitter fogas de samman till en trettio minuter lång dansshow, som eleverna ska framföra vid terminens slut. De har själva valt årets tema, som är frihet. Showen utspelar sig på 1800-talet i USA och handlar om en grupp slavar som gör uppror mot en elak bonde och slavägare. Man får följa deras uppror mot den onde slavägaren och sedan flykten från plantagen de har arbetat på. Musiken är specialskriven av en musiklärare på Lighthouse-skolan och en gitarrist, Mike, sitter i salens långsida och ackompanjerar dansen. Favoritmomentet för de flesta verkar vara flykten från plantagen, då alla barnen springer

rakt igenom den vidsträckta salen. 11-åriga Emily skrattar högt av glädje:

- Jag springer aldrig någonstans i vanliga fall, enda gången är här på kursen en gång i veckan!

Emily berättar också att hon har fått en massa nya vänner tack vare kursen, både bland de andra synskadade barnen och assistenterna. Nu räknar hon dagarna till sommaren, då hon och Gabriella ska delta i ett flera veckor långt dansläger tillsammans med seende barn. Enda skillnaden mellan dem och de andra lägerdeltagarna är att de har med sig

varsin assistent, som stöttar och instruerar när det behövs.

Daniel i sin tur ser fram emot sin skolbal. Tidigare år har han inte velat gå men nu när han lärt sig en serie danssteg är han ivrig att få dansa precis som alla andra.

– Man behöver inte vara seende för att fixa dansen. Jag menar, dans är ju precis som livet – man ska ha något slags aning om vart man ska. Sedan är det bara att sätta den ena foten framför den andra!

Text och foto: Jennie Dehlén

FAKTA

- Lighthouses danskurs för synskadade ges i samarbete med amerikanska Nationella Dansinstitutet, National Dance Institute, som grundades av Jacques d'Amboise 1976 med målsättningen att göra dans tillgänglig för alla barn, oberoende av social bakgrund, etnicitet eller handikapp.

- Kursen ges just nu enbart i Lighthouse-skolans New York-lokaler, men inom några år kommer liknande klasser att hållas över hela USA. Chefen för Lighthouses musikskola, Dr. Leslie Jones, har även varit i kontakt med europeiska skolor för att diskutera möjliga samarbeten.

- Här kan du läsa mer om Lighthouse och deras olika program för synskadade: <http://www.lighthouse.org/>



■ FSS fick sin andra hedersordförande i Arto Vanhanen, sedan tidigare innehar även Karl-Oscar Skogster titeln. På bilden ser vi ordförande Gunilla Löfman överrätta en blomsterhyllning till Arto Vanhanen.

Arto Vanhanen utsågs till hedersordförande

FSS fick en ny hedersordförande då den mångåriga aktiva medlemmen Arto Vanhanen utsågs till hedersordförande under vårmötet. "FSS blev mitt andra hem som alltid har varit kärt för mig", menade Arto i sitt tacktal.

Cirka 40 röstberättigade medlemmar samlades den 24-25 april för vårmöte i Forssa. Mötesdagarna inleddes med utnämningen av Arto Vanhanen till förbundets hedersordförande i form av diplom, blomsterhyllning och tal.

- Jag upplever att det under din tid i styrelsen inleddes en utveckling av FSS och den nuvarande styrelsen jobbar tappert vidare med detta. Jag tänker till exempel på projektet Trygg Hemma som idag har blivit Livbojen, så förbundsordförande Gunilla Löfman i sitt tal.

FSS stormöten värdefulla

Arto Vanhanen har varit medlem i FSS i över 30 år och deltagit i ett talrikt antal förtroendeuppdrag. Han har suttit i FSS styrelse i 19 år, nio år som viceordförande och sex år som ordförande. Han har under många år fungerat som FSS informatör och genom artiklar i bland annat Finlands Synskadade har han bidragit till den finlandssvenska synskadeverksamheten. Dessutom har Arto belönats med Synskadades Centralförbunds förtjänsttecken i brons, silver och guld samt förtjänstkorset av Finlands Lejons orden som president Tarja Halonen förlänade Arto Vanhanen år 2003.

- FSS har samtidigt varit en livboj för mig, förklarade Arto då han framförde sitt tack. Livet har inte alltid varit en dans på rosor, FSS har hållit mig flytande och gett mig ork att kämpa på. Visst är alla de utmärkelser som räknades upp bra, men att få komma och träffa goda vänner som på dessa stormöten är mycket värdefullt för mig!

Efter denna positiva inledning på mötet

blev FSS nyblivne hedersordförande även utsedd till mötesordförande, och mötesförhandlingarna kunde inledas på allvar. Verksamhetsberättelsen för år 2009 kunde godkännas med små korrigeringar och de tre motioner som inkommit till vårmötet behandlades. Motionerna behandlade ledsagning på FSS evenemang, beviljande av personliga bidrag samt principlinje för FSS bostadsverksamhet. Samtliga motioner krävde omröstning och styrelsens förslag att förkasta motionerna fick majoritetsunderstöd i de tre motionerna.

Talangfull orkester underhöll

Efter att i rask takt ha avklarat lördagens mötesförhandlingar kunde kvällens festmiddag med dans ta vid. Det var FSS egna förmågor Los Blindos som stod för svängande toner med Isak Sand vid keyboard, Kaj-Ole Lindegård på gitarr och Andreas Kanto på trummor. De samspelade österbottningarna hade en diger repertoar med kända låtar och musiken inbjöd till både spontan sång och dans! FSS har nog många mer eller mindre dolda kreativa talanger som kunde få utrymme under våra evenemang!

Efter söndagens diskussioner kring budgetjämförelsen initierades en ny punkt under mötesförhandlingarna då mötesdeltagarna fick möjlighet att i grupper diskutera förbundets mission och vision. Inledningsvis presenterades styrelsens syn på dessa, sedan fick styrelseledamöter, anhängare, ledsagare och medlemmar dela in sig i mindre grupper för att dryfta huruvida gruppens egna

resultat överensstämde med styrelsens. Flera viktiga saker kom fram i grupperna som betonade bland annat tillgänglighet, kontakten mellan medlemmarna och styrelsen och distriktsföreningarnas betydelse. Dessutom fick svenskspråkighetens betydelse en egen diskussion där balansen mellan två- och svenskspråkig-

het var föremål för olika åsikter. I ordförandes avslutande diskussion tackade hon för aktivt deltagande.

- Följande steg är strategier, hur ska vi uppnå allt detta som vi skrivit ner? Missionen känns klar och diskussionen fortsätter!

Text och foto: Sofia Stenlund



■ Andreas Kanto på trummor, Isak Sand på synth och Kaj-Ole Lindegård på gitarr utgör gruppen Los Blindos. Orkestern stod för ett berömligt framträdande under vårmötet.



Hälsoinspiratör – vad är det?

Stor fokus ligger på hälsa och välmående i vårt samhälle. Folkhälsan har på flera håll i landet arrangerat en hälsoinspiratörskurs för personer som vill inspirera omgivningen till att tänka och agera i hälsofrämjande banor. FSS medlem Britten Nylund var en av dem som deltog.

De synskadade i Österbotten har, kanske främst via rehabiliteringshandledare Pia Nabb, samarbetat med Folkhälsan. I och med att jag själv kom med i synskadeverksamheten fick även jag kontakt med Folkhälsan. Ledde bl.a. en termin Mimosel på Lyktan.

På grund av det fick jag en mycket intressant inbjudan till en Hälsoinspiratörskurs. Det är en ny satsning av Folkhälsan och hålls på olika orter i Svenskfinland. Nappade på den som hölls på Folkhälsans hus i Korsholm. Stället är bekant för synskadade eftersom vattengymnastiken hålls där.

Utbildningen består av fyra delar. Hälsoinspiratör, Hälsomotionsledare, Matpratare och Mental balans i vardagen. Man kan gå en del eller flera. Själv siktar jag på att gå alla delar. De verkar så intressanta. Kursdragarna och materialet var även högklassigt!

Vad innehöll då första kursen. Jo vi fick lära oss om: Hälsa som resurs. Ex. Du träffar en bekant och frågar: Hur mår du? Ofta börjar vi då räkna upp olika krämpor. Men om vi mår bra, låter vi det passera obemärkt? Eller frågar vi: Hur kommer det sig att du mår bra? Vad gör du för att må så bra? Det är viktigt att

fokusera på hälsa istället för ohälsa. Vi lärde oss också om hälsofrämjande synsätt och livsstil. Det goda när det gäller hälsa är att vi alla kan påverka olika faktorer när det gäller hur vi mår. Gener och arv kan vi inte göra något åt men kost, motion, socialsamvaro, sömn, stress, psykiskt och andligt välmående kan vi påverka.

När det gäller att förändra sitt hälsobeteende krävs att vi ser:

- att vårt beteende är en risk
- att förändringen är en fördel och
- att vi har förmåga att förändra oss.

Det är viktigt att sätta upp små delmål. Att ta ett steg i taget och ha lämplig höjd på "ribban". Har du aldrig motionerat så är det kanske inte så lyckat att sikta på ett maratonlopp nästa år. Kanske en liten runda med stavar är ett bättre mål. Som

hälsoinspiratör gäller det att hitta människan där hon finns och se vilka utvecklingsmöjligheter var och en har.

En hälsoinspiratörs uppgift är att motivera. Att hitta friskfaktorer som det går att bygga vidare på.

Vi ska lägga energi på det som vi kan påverka och inte ödsla energi på det vi inte kan påverka!

Hälsoinspiratörskursen var mycket intressant och givande. Jag ser fram emot nästa del. Nu hoppas jag att få uppmuntra och inspirera synskadade till ett hälsosamt liv. Många lever redan ett sådant. Men vi kan alla någon gång behöva en liten puff för att komma igång med ett sundare liv. Det kan gälla kost, motion eller psykisk balans. Där har vi alla en uppgift att stöda och hjälpa varandra.

Text: Britten Nylund

Till sist några ordspråk som tangerar ämnet:

"En liten förändring vad det gäller matvanor kan göra underverk."

"Den bästa motionen är den som blir av."

"Om du inte tar hand om din kropp – var ska du då bo?"

"Sätt dig ner en stund tills brådskan gått över."

"Största glädjen är att glädja andra."

Bamse-gruppen ger Föräldrastöd

Så här beskrivs Bamse-gruppen på den egna webbsidan: "Bamse-gruppen är en stödgrupp för föräldrar till barn med specialbehov. Sex familjer var med på första träffen i mars 2009 på Svenska Familjecentret i Helsingfors. Gruppen träffas en gång i månaden och består nu av över 20 familjer. Gruppen är till för svenskspråkiga föräldrar som har barn med något funktionshinder." I denna artikel berättar kontaktperson Monica Björkell-Ruhl mer om den 1-åriga verksamhetsformen.

Det är lördagförmiddag hemma hos oss, familjen Ruhl. Vår familj består av oss föräldrar, Monica Björkell-Ruhl och Rafael Ruhl, och vår son Mikael, 2 år. Mikael leker med sina kastruller och "lagar mat" i väntan på Nicholas Åhman och hans mamma Suss Åhman.

Vi, Suss och jag, känner varandra från Bamse-gruppen, en stödgrupp för föräldrar till barn med specialbehov. Våra söner är jämnåriga, det skiljer endast 3 veckor mellan dem, och idag ska Mikael och Nicholas träffas första gången.



■ Mikael och Nicholas är båda två år gamla. Deras föräldrar är aktiva inom Bamsegruppen, en stödgrupp för svenskspråkiga föräldrar till barn med specialbehov.

Mikael har en kromosomavvikelse, en obalanserad translokation i kromosomerna 3 och 18, vilket lett till bl.a. medfött hjärtfel, epilepsi, astma, infektionskänslighet, nedsatt hörsel och försenad utveckling. Mikael har ingen konstaterad synskada. Det finns misstankar om att han har problem med användningen av höger öga men synen i sig har inte hittills i alla fall visat sig vara nedsatt.

På hösten kontaktade Suss Åhman, mamma till Nicholas, mig och berättade att hennes son har en synskada, X-kromosomalisk juvenil retinoschis, och att hon gärna skulle vilja komma med i gruppen för att träffa andra i en liknande situation som hon befinner sig i.

Suss berättar att synskadan upptäcktes vid ett besök hos ögonläkare då sonen var drygt ett år gammal. Besöket föranleddes av misstanke om skelning och det kom som en chock att man plötsligt hittade betydligt allvarigare problem.

"Efter den första tiden med sjukhusbesök och undersökningar lugnade allt ner sig, en känsla av att det kunde ha varit ännu värre och att många har betydligt större svårigheter än vi infann sig. Nicholas uppfattar ändå omgivningen och klarar sig oväntat bra med tanke på hur svag hans syn är."

Suss menar att vardagen rätt långt ser ut som hos andra barnfamiljer.

-Synskadan märks kanske tydligast genom att jag måste sätta ord på allt;

beskriva olika funktioner, fenomen och känslor m.m. eftersom Nicholas inte kan uppfatta det med synen. T.ex. går kroppsspråk och ansiktsuttryck honom helt förbi."

Vi dricker te och njuter av en härlig kladdkaka som Suss och Nicholas bakat och hämtat till vår träff. Mikael och Nicholas äter också kex och efter en stund vill de inte längre sitta vid bordet. Nicholas har blivit förtjust i att krypa i Mikael's tygtunnel och Mikael kikar in i tunneln för att se vart Nicholas försvann.

Jag frågar Suss hur hon fick höra om Bamse-gruppen: "Jag såg din tråd om gruppen på Mammapappa.com:s forum på nätet och kontaktade dig". Jag undrar vidare om vad gruppen gett henne och hon svarar:

- Det är positivt att föräldrar som är i en liknande situation och förstår vad man går igenom, får träffas och tala med varandra. Jag oroar mig över framtiden, speciellt skolgången, men Nicholas är en jätte glad pojke. Han är nöjd och han trivs med det mesta. Alla har vi någon motgång i livet och detta är Nicholas. "Livet känns lättare nu och jag har kommit till den insikten att det kunde vara mycket värre. Nicholas har ett relativt "lätt" funktionshinder, åtminstone när jag jämför med de andra barnen i Bamse-gruppen. Jag önskar att flera föräldrar till barn med synskada skulle komma med i gruppen. Det skulle vara givande att höra om deras erfarenheter även om den gemensamma nämnaren är den nya livssituation vi alla ställts inför, obero-

ende vilken diagnos barnen har" säger Suss Åhman.

Bamse-gruppen grundades i mars 2009 och firade nyss 1-årsjubileum. Bamse-gruppen är en stödgrupp för föräldrar till barn med specialbehov. Sex familjer var med på första träffen i mars 2009 på Svenska Familjecentret i Helsingfors. Gruppen träffas en gång i månaden och består nu av över 20 familjer.

Gruppen är till för svenskspråkiga föräldrar som har barn med något funktionshinder. Gruppens syfte är att föräldrarna ska träffas, stöda varandra och utbyta tankar, känslor och erfarenheter.

Förutom Bamse-gruppträffarna består verksamheten av bl.a. ett diskussionsforum på nätet. Det är ett utmärkt sätt för även icke-huvudstadsregionsbor att vara med i verksamheten och få utbyta tankar och erfarenheter.

Text och foto: Monica Björkell-Ruhl

FAKTA:

- Bamsegruppen träffas, september-maj, sista onsdagen i månaden, kl. 16.30 till 19.30, på Svenska Familjecentret, Tavastvägen 13, Helsingfors.
- Fr.o.m. hösten träffas gruppen på Vegahuset, FDUV, Nordenskiöldsgatan 18 A, Helsingfors.
- Kontaktinformation: Monica Björkell-Ruhl
Tel. nr: 040-5109390
E-post: monicabjorkellruhl@gmail.com, www.bamsegruppen.org



Kåseriet | Viva Holm



Kattfot och kaprifol

Nu är vi äntligen inne i vårens fagra tid, och sommaren gläntar ljus och vän på dörren. Vår längtan till sol, sommar och hav börjar gå i uppfyllelse. Det gäller att ta vara på varje dag, också de regniga dagarna har sin charm.

Många längtar bort från storstadens dammiga gator till daggfriskt gräs och fågelsång i skog och lund. Också här i stadsmiljö är fågelaktiviteten i full gång. I sena kvällar och tidiga morgnar kan man lyssna till näktergalens flöjtlika toner.

Stadslägenheter är oftast fruktansvärt varma sommartid. Då känns det skönt att ha ett torp att åka till. Stugan är inte belägen vid sjö. Trafiken på den närliggande landsvägen är livlig speciellt under veckosluten, då folk åker ut till sina stugor vid havet. Där finns mina rötter, och det är där jag skaffat mig den första myllan under naglarna.

Jag är nöjd med mitt eget lilla land, trots att landskapet förändrats. Om man vuxit upp med utsikt över fält och ängar, känns det litet beklämmande att man på

de tidigare sädesfälten har planterat skog. Den äldre generationens kamp för att få brukbar jord har gått till spillo. Stigarna, som ledde till bär- och svampmarker är inte längre upptrampade. Numera tar man bilen och åker så långt man kan. Som barn kunde man plocka smultron längs dikesrenarna. I dag är ängar med ängsblommor en raritet.

Finns det något vackrare än en bukett prästkragar och stora blåklockor! Senaste sommar var den där igen den vitulliga kattfoten, en ört som inte setts på flera år. Kaprifolen har spritt sig och sprider numera sin väldoft också på lövkomposten.

Sädesärlan trippar sällskapligt på gräsmattan, som den alltid gjort. Svalorna har byggt bo mellan väggen och elskåpet. Det är bara att hoppas att inga proppar behöver bytas ut. I skymningen sveper hjortarna förbi husknuten. De söta men skygga rådjuren håller till i skogsbrynet. Herr H-älg-e är inte buskablyg. Han kan mitt på ljusa dagen stå oberörd tuggande på barken från en tall. Grannens katt Maja borde egentligen få diplom. Den har utvidgat sitt revir till att omfatta även mina domäner.

Nu avslutar jag kåserandet och drar i väg till Kullatorpet.

Soliga hälsningar från

**Viva Holm
Lojo**

Meddelanden

Delta i undersökning om idrottsplatser

Under majmånad görs en kartläggning av brukarnas upplevelser gällande tillgängligheten på olika idrottsplatser. Kartläggningen görs inom ESTE-projektet som påbörjats 2009. ESTE frågeformuläret finns på internet på både finska och svenska på www.vammaisurheilu.fi, längst ner på huvudsidan!

Syftet med enkäten är att kartlägga användarnas erfarenheter av idrottsanläggningar. Resultaten i enkäten används för att utveckla tillgänglighet och service på idrottsanläggningar. Det tar ungefär 15 minuter att besvara enkäten. Alla uppgifter behandlas konfidentiellt.

Projektet koordineras av: Suomen Vammaisurheilu ja -liikunta VAU ry i samarbete med Kynnys ry. I nätverket deltar även Invalidiliitto, Kuuloliitto och Näkövammaisten Keskusliitto. ESTE-projektet förverkligas med stöd av Undervisningsministeriet.

FPA föreslår Liisa Hyssälä till ny generaldirektör

FPA:s fullmäktige beslöt vid sitt möte att föreslå att republikens president utnäm-

ner social- och hälsovårdsminister Liisa Hyssälä till ny generaldirektör för FPA. Valet föranledde en kritisk diskussion vid mötet, och en del av fullmäktigeledamöterna kommer att anmäla avvikande åsikt om beslutet.

Jorma Huuhtanen, som varit FPA:s generaldirektör sedan år 2000, går i pension 30.9.2010. Tjänsten som generaldirektör vid FPA söktes av sju personer.

Musikalisk tävling i Tjeckien

År 2011 arrangeras för 12:e gången den internationella tävlingen för blinda och synskadade kompositörer och musiker. Som arrangörer för evenemanget fungerar det Tjeckiska synskadeförbundet (SONS) och the Jan Deyl Conservatory and Secondary School for the Visually Impaired.

Evenemanget är ett utmärkt tillfälle för blinda och synskadade klassiska musiker att uppvisa sina artistiska talanger och samtidigt träffa andra synskadade musiker och kompositörer från hela världen. Tävlingen kommer att hållas i Prag, Tjeckien, från den 13 till 18 mars 2011 och deltagarna bör vara mellan 18 och

35 år. För kompositörer finns ingen åldersgräns.

Deltagarna bör lämna in sitt registreringsformulär innan den 30 september 2010. Registreringsformuläret samt ytterligare information om tävlingen finns på evenemangets webbplats, <http://www.sons.cz/zahranicni/souteze/#english>
E-postadress: internationaldep@sons.cz

Meddelande från Carina Willberg

Ett meddelande från rehabiliteringshandledare Carina Willberg: Jag är på Åland från måndag 14 juni till torsdag 17 juni. Kontakta mig ifall du önskar hembesök eller annars vill träffa mig. Mitt telefonnummer är 040-511 3346.

Vårhälsningar Carina

Aviris informerar

Nya produkter:

Funktionsräknare Sci Plus 300 är en ny miniräknare som talar engelska. Med Sci Plus 300-räknaren kan man utföra olika matematiska, statistiska och trigonometriska räknefunktioner.

Räknaren talar engelska. Då du håller ner respektive knapp meddelar räknaren knappens funktion/funktioner samt eventuellt resultat på skärmen. Räknaren saknar inbyggda högtalare, talet hörs via hörluraruttaget. Hörlurar medföljer produkten. Ljudnivån kan justeras både på räknarens Up/Down-knappar samt via en ljudreglerare på hörlurarsladden.

Räknaren har en stor skärm med måtten 15,5 gånger 4,5 cm. Knapparnas storlek är 1,7 gånger 1,7 cm. Den blåfärgade räknarens mått är 22 x 15 x 3 cm. Knappsatsens bakgrundsfärger är svart och blå, knapparna är markerade med gult och vitt. Flera knappar har flerfunktioner som aktiveras med den gula 2nd-knappen. Till räknaren medföljer en laddningsbar ackumulator. Sci-Plus 300-funktionsräknarens pris är 450 euro.

Meddelanden från distrikten

Ålands Synskadade r.f.

Vi har just haft vårmöte och vårmötet på Ankaret var lördagen den 17 april. På programmet stadgeenliga ärenden. Kaffe och te med tårta serverades.

Verksamhetsberättelsen och bokslutet finns nu inläst på cd, i punktskrift och som vanlig text, på större typsnitt.

Boccia spelas fortsättningsvis på torsdagar kl.12-15 på Ankaret. Mycket uppskattat.

Vår syntolkverksamhet har utökats mycket och varje månad har vi olika sorters aktiviteter, så som teaterföreställningar och filmer som vi låter syntolkas. Vilket är mycket uppskattat.

Har du frågor angående hjälpmedel för synskadade? Ring ögonpolikliniken tfn 535339 och tala med ögonterapeuten Kerstin Forssberg.

Bli medlem eller stödjande medlem
Kontakta organisationssekreterare Erika Strömberg, för att bli stödjande medlem. För ordinarie medlemskap krävs läkarintyg. Kontakta ögonterapeuten Kerstin Forssberg, på ÅHS ögonmottagning. Medlemsavgiften är 10 € som ordinarie medlem och 15 € som stödjande medlem.

Pratsam/Taltidningen kostar

Ordinarie medlemmar 100 € för hel år

Ordinarie medlem 50 € halv år

Icke medlem 120 € för hel år.

Icke medlem 60 € för halv år.

Kontakta Lars Nylund på tfn: 0405062327 för frågor om taltidningen.

Har ni några frågor, arrangemang eller något inför våren eller sommaren, som ni önskar att vi ska ordna, så ring mig, Erika Strömberg på tfn 045-73438950.

Ålands Synskadade r.f.

Telefon: 018-19670, måndagar och

Torsdagar och fredagar: 018-527362

Mobil: 04573438950

E-post: aland.syn@aland.net

Hemsida: www.handicampen.ax/syn

Svenska Synskadade i Östnyland r.f.

Svenska Synskadade i Östnyland gör sin sommarutfärd i år till Hangö onsdagen 16.6.2010. Start med buss kl. 8.15 från Fredsgatans turisthållplats i Borgå. Lovisaborna kommer till Borgå.

Vi besöker konstnären Heikki Kukkonen som gör konstverk man kan röra i. Därefter lunchar vi på legendariska över 120 år gamla sommarrestaurangen Casino. Efter lunchen en rundtur i staden och besök på Tulludden. Underhållande

rundtur med avstigningar vid monument, strand, begravningsgård, - dofter och möjlighet att känna på monument. Kyrkbesök och minikonsert. Vi får höra 4 pianostycken av Sibelius, presentation samt konsert med kyrkans flygel. Efter-middagskaffet får vi på Fyra Vindars Hus. Ett café som marskalk Mannerheim har ägt. Vi är tillbaka i Borgå kl 20.00.

Anmälningar senast tisdagen den 8.6.2010. I Borgå till Stina, tfn 582 514 eller till Kajutan tisdagar kl. 10-12 tfn 5811 15. Och Lovisaborna anmäler sig till Rose-Marie, tfn 533 467.

Nedsatt pris 40€/person.

Välkomna!

Svenska synskadade i Västnyland r.f.

Föreningens sommarresa går i år till Tavastehus med omnejd.

Starten sker onsdagen den **7 juli** med buss från Hangö kl. 07.15, Ekenäs kl. 07.50, Karis kl. 08.10, Ingå kl. 08.30, Lojo kl. 09.00.

Vi hinner med en kaffepaus i Janakkala, Linnantuuli. Till Tavastehus hamn anländer vi kl. 11.00 där vi stiger ombord på Silverlinjens kryssningsfartyg och åker genom det vackra insjölandskapet ut på Vanajavesi. Ombord äter vi lunch mellan kl. 12.30–13.30 och stiger iland i Visavuori kl. 14.00. Efter att ha sträckt på benen i

Visavuori park, möter bussen oss och vi åker till Sääksmäki bro där man kan sitta och njuta av naturen en stund och dricka en kopp kaffe.

Färden går sedan vidare till littala glasbruk där det finns möjligheter till inköp m.m. Ca kl. 18.00 bär det av hemåt och c:a kl. 21.00-tiden är vi åter i Västnyland. Priset är 30 euro per person och inkluderar bussen och båtresan med lunch. Övriga utsvävningar står var och en för. Bindande anmälningar **senast den 15 juni** till Christel Eriksson tfn 040-745 1933 eller till Birgitta Nordström tfn 019-231 118 eller 044-336 8060. Välkommen med.

Svenska synskadade i mellersta Nyland r.f

Vårens program börjar närma sig sitt slut. Efter vårfesten, den 27 maj, håller kansliet stängt fram till måndagen den 16 augusti. Då startar vi med måndagsträffarna, som vanligt, kl 13.00

Vår sommarresa gör vi den 23 -26.8 till Lovisa med omnejd! Vi besöker bl.a Kotka och Lahtis.

Avgiften är 200 euro per person. Sista anmälningsdagen den 27.5.2010. KOM MED!

En skön sommar till alla önskar styrelsen och Heidi!

Hörnans tel: (09)-612 1779

Adress: Parisgränden 2 A 3, 00550 Helsingfors

Vasa svenska synskadade r.f.

Resa till Åboland

Kom med på föreningens resa till Åbolands skärgård fredag 13 - söndag 15.8.2010. Färden går via Villnäs slott (marskalk Mannerheims födelsehem) ner till Åbo på fredagen. Vi övernattar i Åbo och åker skärgårdens ringväg på lördagen över 12 broar och med 8 färjor under ledning av skärgårdsguide. Bl.a. Iniö kyrka besöker vi. Vi far via Houtskär, Korpo, Nagu och Pargas till Åbo där vi igen övernattar.

På söndag besöker vi Åbo domkyrka och träffar ev. Åbolands synskadade. Med på resan har vi Oravais Trafiks reseledare. I priset ingår bussresan, 2 nätter på hotell i Åbo, 2x frukost, 2x middag, 3x lunch, 3x kaffe + dopp. Inträde och guidning på Villnäs slott. Heldagstur med skärgårdsguide längs skärgårdens ringväg samt färjavgifter och inträden. OT-reseledarens tjänster under hela resan. Priset är 200 euro/person för föreningens medlemmar och 310 euro/person för icke medlemmar.

Bindande anmälan senast 31.5.2010.

Kontakta Tina på kansliet om du har frågor.

Kansliet är stängt 10.6-31.7.2010

Vi tackar för den gångna terminen och önskar er en trevlig sommar!

Styrelsen och distriktssekreterare, Tina Back.

Norra Österbottens Svenska Synskadade r.f.

Endagsresan, som samtidigt är föreningens våravslutning, företas fredagen 4 juni. Bussen kör enligt följande tidtabell:

Munsala, lokalförsäkring kl 9.00

Nykarleby kl 9.10

Jakobstad, Fyren kl 9.30

Edsevö, Neste kl 9.45

Kronoby, Sale kl 9.55

Karleby busstation kl 10.10

I Kelviå besöker vi Toivonens Allmogemuseum och djurpark. Museet omfattar 45 separata byggnader och över 7500 museiföremål. Besökarna får ta del av hur livet var i en liten by på landsbygden i början av århundradet.

Även många intressanta arbetsdemonstrationer enligt gammal hederlig bondetradition. I djurparken finns ca 20 olika djurarter. Lunchen äter vi på restaurang Peltopyy. Pris för buss, inträde och lunch är 25 €. Tilläggsuppgifter och anmälningar till Ann-Sofie på Fyren, tel 7234 880 eller 050-3795 658.

Välkomna med!

Styrelsen

Må bra i punktskriftens tecken

Välkommen att må bra i punktskriftens tecken den 7-10 oktober på Norrvalla i Vörå. Träffen ordnas av FSS punktskriftsarbetsgrupp i samarbete med Folkhälsan. Målgruppen är personer som deltagit på FSS punktskriftskurser. Det blir en gemenskapsträff med aktiviteter av olika slag. Förmiddagarna tillägnas punktskriften, eftermiddagarna till olika programpunkter som ordnas av personalen på Norrvalla.

Mera information om programmet kommer senare, men utlovas kan roligt och mångsidigt program som ska få dig att må bra och känna välbefinnande.

Deltagaravgift är 75 euro per person. Deltagarna antas i anmälningsordning, så passa på att anmäla dig så fort som möjligt om du vill vara säker på att rymmas med.

Anmälningar tas emot av Tessa Bamberg, telefon 09-6962 3024 eller 050-462 3181.

Varmt välkommen med!
FSS punktskriftsarbetsgrupp





Quinnor på wift!

**Seminarium för FSS r.f:s kvinnor den 6-8 september 2010 på
Norrvala i Vörå.**

På det preliminära programmet står: föreläsning om ergoterapi och osteoporos, föreläsning och diskussion om självkänsla, vattengymnastik, balanstrening, social samvaro. Möjlighet till följande behandlingar: traditionell massage, massage med heta stenar (Hot stone) eller taktil stimulering.

Seminariet, som pågår från måndag till onsdag, kostar 75€ per deltagare och innefattar program, resor, logi samt alla måltider på Norrvala. Seminariet är avsett för FSS r.f:s ordinarie medlemmar. Obs! De tjugo första ryms med!

Anmäl dig redan nu till Tina Dunderfelt på FSS r.f:s kansli, tfn 09-6962 3010. Vid anmälan meddelas även om egen ledsagare medföljer och om man har eventuella matallergier. Uppge även önskat behandlingsalternativ.

Sista anmälningsdagen är den 6 augusti 2010.

Seminariet ordnas av FSS r.f:s Kvinnoarbetsgrupp
i samarbete med Folkhälsan och Svenska Studieccentralen.

Välkommen med!