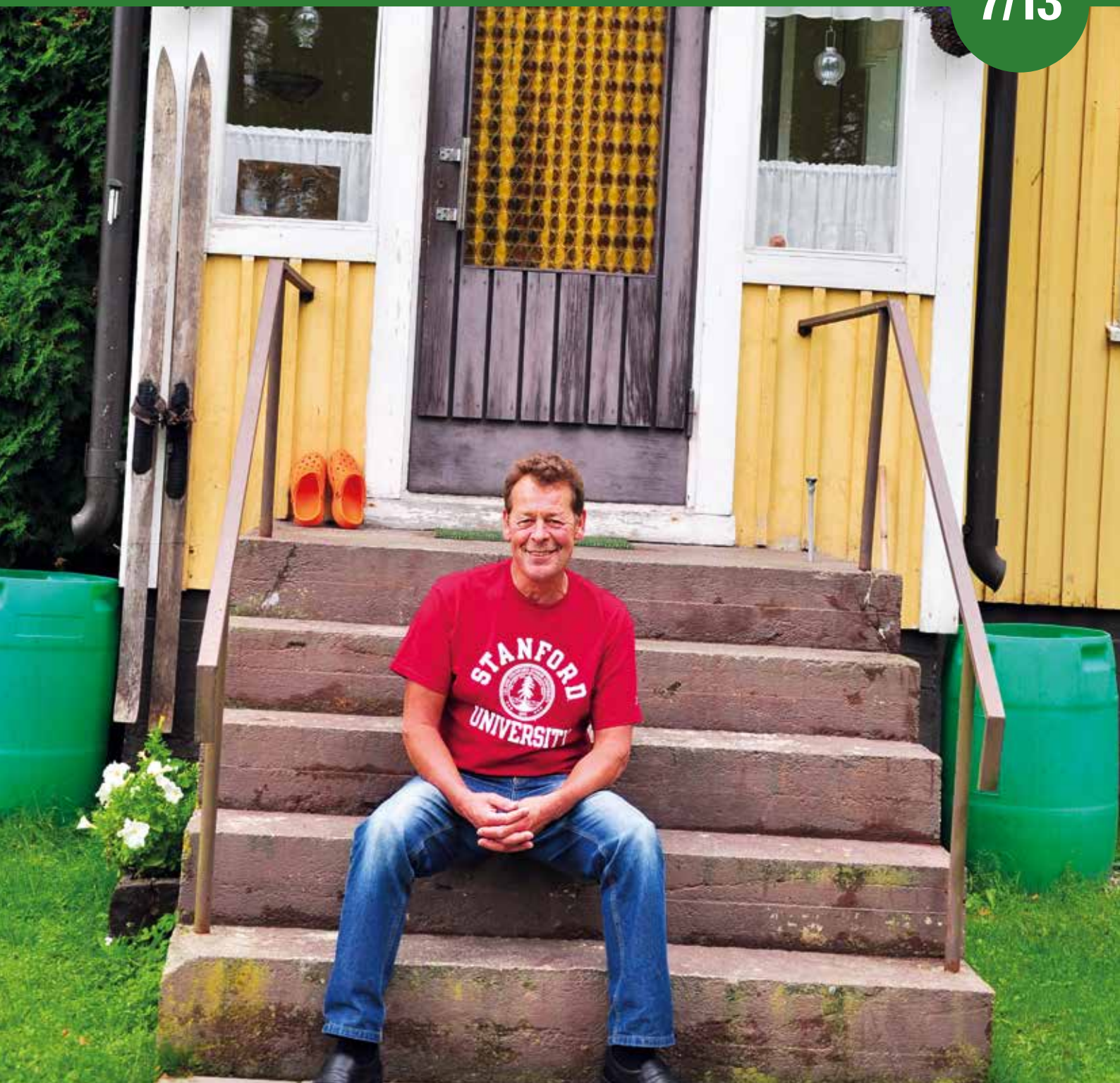


Finlands Synskadade

FÖRBUNDET FINLANDS SVENSKA SYNSKADADES ORGANISATIONSTIDNING

7/13



4 Profilen - viktigt att hjälpa andra

12 Blinda musiker syns i Egypten

20 Gröna hästar och mörkrädsla

Innehåll

Nr 7 augusti 2013

LEDAREN

3 Visa att FSS är aktivt!

PROFILEN

4 Att dra sitt barr till höstacken

ARTIKLAR

10 Snart kan du bygga din egen Daisyspelare

12 Blind musik i civilisationens vagg

19 Annonser: Parkurs

20 Gröna hästar och mörkrädsla

AKTUELLT

22 Aktuellt

AKTUELLT I DISTRIKTEN

25 Aktuellt i distrikten

28 Annonser: Karaveckoslut



4



12



22

Finlands Synskadade

Finlands Synskadade är organisations-tidning 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 102. Nummer 8/2013 utkommer 25.9, deadline 5.9.

Utgivare: Förbundet Finlands Svenska Synskadade rf, Parisgränden 2 A 1, 00560 Helsingfors. Tfn 09-6962 300

Chefredaktör: Robin Sjöstrand
Tfn 09-6962 3017

e-post: robin.sjostrand@fss.fi
Meddelanden och annonser mottas av chefredaktören.

Prenumerationer och adressändringar:
FSS kansli, tfn 09-6962 300
e-post: kansliet@fss.fi

Pärmbild: Ralf Ahlvik sitter på trappan framför sitt hem i Lepplax
Foto: Robin Sjöstrand

ISSN 0789-5739
Arkmedia, Vasa 2013



Visa att FSS är aktivt!

Det finns inget viktigare än ett fungerande föreningsliv när det gäller att hålla igång en verksamhet inom tredje sektorn. När vi nu startar upp efter en lugn sommar finns det all chans i världen att se till att FSS syns och hörs utåt.

Finlands Synskadade fungerar som förbundets ansikte utåt och det är genom tidningen som vi kan meddela omvärlden om att FSS finns och är livskraftiga. Därför ser jag gärna att ni som är aktiva inom distriktsföreningarna meddelar vad ni håller på med till mig. Jag kan inte lova att allting kan tas med i FS, men ju mer jag har att välja mellan, desto bättre material byggs tidningen upp av.

Jag vill ge en eloge till de två österbottniska distriktsföreningarna och åbolänningarna, som har varit duktiga på att meddela vad som är på gång och också har kommit med tips på personer att intervjua.

Det som för tillfället är aktuellt på FS-fronten är att jag själv har gått ner i arbetstid. Jag jobbar numera endast 70 procent och dessutom med väldigt oregelbundna arbetstider för att jag ska hinna studera samtidigt.

Det innebär också att jag inte kommer att vara lika anträffbar som tidigare. Därför ber jag er i första hand ta kontakt via e-post (robin.sjostrand@fss.fi), men om det kommer ärenden

som måste avhandlas via telefon så kommer jag från och med september också att hålla en telefon-tid. Tidpunkten för denna är ännu inte bestämd, då den ska placeras mellan mina föreläsningar i höst. Håll ögonen öppna på vår webbsida och på facebook: där kommer infon så snart den är bestämd.

Det som ännu kan sägas om FS är att jag håller på att strukturera om "Aktuellt"-sektionen i tidningen för att få den mera lättläst och relevant. Den kommer också i fortsättningen att handla om statsbeslut och liknande som kan vara relevanta, men där kommer också att finnas korta notiser från distrikten om olika evenemang som gjorts och tillställningar som föreningarna syns på. Därför ber jag er, oberoende om det handlar om distriktsföreningar, kara- kvinno- eller ungdomsgrupper eller någon annan sammanslutning inom synskadavärlden att ta kontakt om det händer något.

Släng iväg ett mail och berätta vad som händer, så kanske det blir en notis. Ni får synlighet, FSS får synlighet och verksamheten mår bra.

Utöver det önskar jag er en fortsatt trevlig höst. Ta vara på den!

ROBIN SJÖSTRAND,
TF CHEFREDAKTÖR

TEXT OCH FOTO: ROBIN SJÖSTRAND

Att dra sitt barr till höstacken

Skulle du ta ditt pick och pack och resa runt i USA i två månader om du bara hade 20 procent syn till ditt förfogande? Det skulle inte Ralf Ahlvik heller, men ändå gjorde han det – allt tack vare sin dotter. Som resultat väntar tre månader i Nicaragua.

DET ÄR INTE ens tre år sedan Ralf Ahlviks värld vändes upp och ner. Från att ha varit en allt-i-allo hela livet och jobbat som bland annat busschaufför, egenföretagare och på fabrik, stod han plötsligt där som sjukpensionär efter en stroke. En stroke som tog 80 procent av hans syn och lämnade honom i en helt ny värld.

– Jag vaknade av att jag mådde dåligt och sedan spydde jag ner halva huset. Efter det bestämde hustrun att hon skulle köra mig till sjukhuset. Det var vårt största misstag. Hade vi ringt ambulans hade jag kunnat ha 20 procent mera syn i dag, säger han.

Ralf hade fyra blodproppar i hjärnan och blev liggande i dryga fem veckor innan rehabiliteringen kunde börja. I dag har han lärt sig att leva med sin nedsatta syn.

– Jag ser lite neråt och till vänster. Uppåt och till höger är synen helt borta. Men hustrun har lärt sig lika mycket som jag. Hon stiger åt sidan när jag inte ser henne, och numera lämnar hon aldrig köksskåpen öppna, säger Ralf och skrattar.

Precis som många andra som jag mött under min tid på FSS visar han ingen bitterhet över situation. Vi sitter i hans kök hemma i Lepplax i Pedersöre och pratar och Ralf



■ Ralf Ahlvik trivs hemma på sin gård i Lepplax.

skojar friskt och berättar om sig själv, sin synskada och sina resor med en hälsosam självdistans.

Alltid bott i Lepplax

Huset där han bor tillsammans med sin fru ligger idylliskt ute på landet och är hans hemgård sedan liten. De två barnen, en son och en dotter, är utflugna sedan länge, men ibland fylls huset ändå av barnskratt då barnbarnen hälsar på. Lepplax har alltid varit Ralfs hem. Det är här han känner allt och alla och det är här han trivs bäst.

Därför är det lite förvånande att just han har blivit en globetrotter på äldre dagar.

Men allting kan härledas tillbaka tills hans dotter.

– Catsen har rest runt hela världen. Numera bor hon i USA och det var hon som tyckte att jag borde se mig runt lite innan det är för sent.

Ralf diskuterade saken med sin fru, som också tyckte att det var en bra idé.

– Hon är säker på att min synskada kommer att bli sämre och tyckte att jag ska ta chansen så länge jag faktiskt ser något, säger Ralf. ▶



◀ **Det är bara att ta steget och våga, menar Ralf om att ge sig ut i världen som synskadad.**

Och så bar det av. Efter en massa planerande. Och samtal till dottern.

Och naturligtvis kontakt till ett amerikanskt reseföretag.

Under sina två månader i förenta staterna gjorde Ralf nämligen tre stycken veckolånga turer runt om i landet.

De resorna arrangerades av Tour for Fun och innebar att Ralf inte skulle vara ensam. Pro-

blemet visade sig sedan vara att resten av resenärerna var japaner och kineser.

– Jag har ingenting emot asiater, men det är ganska svårt att umgås utan ett gemensamt språk, så jag blev ensam en hel del under resorna, säger han.

Men tack vare de arrangerade resorna fick han möjlighet att se delar av USA han annars aldrig hade sett.

TIDSLINJE



1955

Ralf föds och växer upp i hemgården i Lepplax - samma hus som han bor i ännu i dag.

2010

En natt två dagar innan julafton vaknar Ralf illamående och yr. Stroken gör att han mister 80 procent av sin syn.

2011

Rehabiliteringen inleds, Ralf blir medlem i FSS och så småningom går han också med i karagruppen.

En vecka tillbringade han på Hawaii, där han fick lära sig den hårda vägen att man behöver kläder när man snorklar. Kläder som skyddar från solen, alltså.

– Jag har dykcertifikat från tidigare, så naturligtvis ville jag testa på att snorkla vid ett korallrev. Det var helt underbart, men jag hade inga kläder till skydd, så jag brände sönder min rygg totalt och kunde inte sitta normalt på två veckor, säger Ralf och skrattar.

Bodde hemma hos dottern

Utöver det tillbringade han också tid i Las Vegas och i storstäderna kring New York, med Boston och Washington inkluderat. När han inte var ute på resande fot bodde han hemma hos dottern, som då bodde i en lägenhet strax utanför San Fransisco på östkusten.

– Jag såg hela resan som ett bra test – klarar man sig själv ute i stora världen och hittar man som synskadad på ett flygfält? Svaret är ja, även om det inte alltid gick så smidigt.

Ralf har en vit käpp, men använder den inte särskilt ofta. Den fanns ändå alltid nära till hands i USA.

– Jag använde den bland annat på flygfälten. Det gjorde att man fick utrymme att navigera och ta sig fram. Utöver det låg den mest i min ryggsäck – eller ”backpack” som jag fick lära mig att det hette där borta, säger han. För det här med engelskan var heller ingen naturlig sak för Ralf.

– Egentligen är jag ganska dålig på engelska. Men det positiva är att den har blivit mycket bättre nu.

Språket ställde till med problem ibland, men det gick alltid slutligen bra ändå och det är en lärdom som Ralf tar med sig när han ska möta sin kommande utmaning – som med råge kan sägas vara den största hittills.

I februari sätter han sig nämligen på ett plan för att jobba tre månader som volontär i Nicaragua. Tanken att hjälpa andra har fötts ur Ralfs egen situation.

– Ända sedan jag blev synskadad har jag funderat på det där. Jag vill hjälpa dem som ►



2012

Ralf börjar besöka äldre på ett äldreboende och umgås med dem och läser tidningen för dem. Han får resestöd från kommunen.

2013

På dottern Catsens inrådan åker Ralf två månader till USA. Främsta målet är att se om han klarar av hettan.

2014

I februari är det dags. Då åker Ralf iväg till Nicaragua för att hjälpa till med volontärbete. Tills dess ska spanskan sitta.



▲ **Ralf kom hem med en hel massa minnen från USA-resan. Här ovanför ser ni en del av det han fick vara med om under sin vistelse i det stora landet i väst.**

har det svårare än jag. Kanske för att jag själv har problem – men problem som inte är så svåra att jag själv behöver hjälp.

Av samma orsak har han börjat hjälpa till vid det lokala äldreboendet. Det började med att han besökte sin mamma, men när hon dog så fortsatte han besöka de andra boende. Han läser tidningen med dem eller går ut på promenad med dem.

– Nuförtiden får jag till och med gratis skjuts till hemmet av kommunen. Men sedan USA-resan har jag inte hunnit hälsa på så mycket som jag skulle vilja, säger han.

På köksbänken bredvid oss ligger spanskaboken som han använder för att lära sig språket som talas i det centralamerikanska landet.

Än så länge är den ny och fin, men den lär vara betydligt mer tummad i februari.

– Just nu talar jag ingen spanska alls, men jag har ju hösten på mig att lära mig. Det blir intressant att komma till en kultur som jag inte känner till alls.

Förutom språket så ska han också gå en kurs om själva landet och vad som förväntas av honom som volontärarbetare.

Planer finns också på att göra en videofilm från vistelsen i Nicaragua för att visa upp i Norra Österbottens Svenska Synskadade, där han är aktiv. Men där har han stött på patrull.

– Vi kommer att ha en sorts tystnadsplikt om förhållandena på plats. Vi får inte filma hur folk bor eller något sånt, men jag håller på



PROFILEN

Namn: Ralf Ahlvik

Bor: I Lepplax med frun. Barnen, en son och en dotter, är utflyttade.

Resetips: Bara man har huvudet med sig så går det bra. Och så ska man hålla sig nykter. I länder där brottsligheten är högre är en berusad synskadad mer utsatt.

Trivs med: Att hjälpa andra. Både mindre saker som att läsa tidningen för äldre och att åka på frivilligt arbete till Nicaragua.

Tacksam för: Hans dotter som fick honom övertalad att åka ut på resa.



att fundera ut ett sätt att komma runt det. Om jag filmar på allmän plats och frågar alla som jag filmar om det är okej, så kanske det lyckas, säger Ralf och ser fundersam ut. Filmen vill han visa åt andra synskadade som en lärdom.

– Det är ett sätt att försöka berätta att livet inte slutar i och med en synskada. Den kan vara början på något nytt.

Över 40 grader på dagen

Det värsta kommer ändå att vara hettan. Temperaturen i Nicaragua kan gå upp över 40 grader, och familjerna som volontärerna bor hos bor i plåtskjul. De fungerar som en bastu och alstrar värmen på dagarna. Resan

till USA var ett prov på om Ralf överhuvudtaget skulle klara av värmen.

– Men det gick fint där borta, trots att det var riktigt varmt. Fast det är ju helt möjligt att de har en annan sorts värme i Nicaragua förstås.

Oberoende är det tre månader i hetta och med knapphändig mat som gäller för Ralf från mitten av februari. Projektet, som kostar honom 5000 €, har han ännu inte hittat finansiering för, men han är ändå fast besluten om att åka.

– Det handlar om att dra sitt strå till höstacken. Fast i mitt fall, då jag nu inte gör så mycket, handlar det kanske mer om att dra sitt barr till höstacken. Men oberoende är det något vill jag göra. ●

TEXT OCH FOTO: ROBIN SJÖSTRAND

Snart kan du bygga din egen Daisyspelare

Okej, lite för bra för att vara sant är det, men inte mycket. Om du har en datakunnig bekant, eller själv är intresserad av datorer, så kommer du snart att kunna bygga en helt egen Daisyspelare hemma.

PROJEKTET KOLIBRE, som är ett samarbete mellan bland andra Pratsam Ab, FSS och NÖSS, kommer i höst att presentera resultatet av det RAY-projekt som startades för att ge synskadade bättre tillgänglighet till Daisymaterial.

FSS medlemmar känner redan till Pratsamboxen – i höst kommer det att bli möjligt att bygga en liknande i ditt garage.

– Det är RAY som kräver att resultaten av deras finansiering sprids, och det är det vi jobbar på just nu, säger Daniel Ainasoja som är verksamhetsledare för Kolibre.

I praktiken handlar det om att skapa instruktioner för vem som helst att ladda ner och installera en kod som gör att en hårdvara – alltså en dator – kan spela Daisymaterial. I det här fallet är hårdvaran Raspberry Pi.



– Vi har valt den hårdvaran för att den är billig att bygga. Du får själva datorn för under 50 euro, en styrpanel motsvarande den som finns på Pratsamboxen för en tia. Utöver det kan du behöva en låda att montera datorn i och en högtalare för datorer. De här kostar runt 10 euro styck. Det är alltså inga stora summor vi talar om.

Ainasoja berättar att med de komponenterna så är vägen inte lång till att ha din egen Daisyspelare.

– Efter det kan du följa instruktionerna i den video som vi kommer att göra här under hösten och det torde vara ganska lätt för någon med lite erfarenhet av datorer.

Andra möjligheter finns också för produkten. Men då handlar det mera om ett globalt perspektiv.

Marknaden för Daisyspelare har få aktörer för tillfället och det erbjuder en möjlighet för projektet Kolibre att slå sig in där. Varför? Billiga spelare.

– Vi har bland annat fört diskussioner med chefen för Daisykonsortiet och han berättade att det finns ett behov av billiga Daisyspelare främst i utvecklingsländerna. I Indien finns ett stort behov av att förmedla ljudböcker till synskadade, men de ekonomiska musklerna fattas. Då hoppas vi kunna erbjuda ett sätt, säger Ainasoja.

I framtiden finns också andra projekt inplanerade. Just nu söker Kolibre finansiering för ett projekt som ska få fram Daisyspelare till smarttelefoner, något som ses som ett växande behov.

– Synskadeorganisationerna börjar så småningom inse att man behöver en palett av olika tjänster och produkter att kunna erbjuda de synskadade, beroende på deras behov. Någon kanske vill läsa sina böcker på en telefon, medan andra vill ha en traditionell spe-



VAD ÄR PÅ GÅNG?

- För att demonstrera möjligheterna med den öppna källkoden kommer Kolibre i slutet av år 2013 att publicera instruktioner och källkod till en spelare på hårdvaran Raspberry Pi, som ska vara möjlig att åter skapa av vem som helst till en kostnad under 100 euro. Detta är möjligt tack vare den öppna källkoden och gör det möjligt att bygga nya spelare till en betydligt lägre kostnad än tidigare.

lare. Kolibre finns till för att ge de här alternativen.

Efter att källkoden och instruktionerna för hur man bygger en spelare är släppta hoppas Ainasoja på en reaktion från något företag.

– Eftersom Kolibre inte har tänkt göra pengar på vad vi gör, så hoppas jag att något företag snappar upp idén. Allt vi kräver är att de som tar koden och förbättrar konceptet till en produkt måste visa den nya koden och de förbättringar som gjorts – det är så det funkar med öppen källkod, på samma sätt som till exempel Linux (red.anm. ett operativsystem till datorer).

Men för den enskilde FSS-medlemmen betyder den öppna källkoden inte så mycket. Inte än. Men den kan göra så att just du sitter med en billig Daisyspelare om ett par år. Eller om ett par månader, men då måste du jobba lite för det. ●



▣ De fyra tusen år gamla pyramiderna i Giza skänker Al Nour Wal Amal Kammarorkester en känsla av att tillhöra civilisationen vagga.



TEXT OCH FOTO: SOPHIE HEINE

Synskadade gör musik i civilisationens vagga

Egypten är ett land där civilisationens ursprung möter 2000-talets samhällsbygge och folkliga resning. I denna kulturblandning musicerar al Nour Wal Amal, en kammarorkester bestående av 35 synskadade kvinnor.

MED PYRAMIDERNA RUNT hörnet, det 3300 år gamla Abu Simbel-templet 200 kilometer söderut och staden Alexandria med sitt anrika Bibliotheca Alexandrina där unika manuskript på arabiska och latin bjuder kittlande läsning, kan det kanske inte bli annat än bra.

– Egypten är civilisationen vagga, säger synskadade Nahla Suleiman som har tagit paus i repetitionen med al Nour Wal Amal Kammarorkester i Kairo. I rummet intill klingar toner från instrument som alltjämt tar de sista ackorden, och från gatan utanför fönstret hörs ljud av bilar och röster från 15-miljonersstaden Kairo. Med 82,5 miljoner invånare är Egypten den folkrikaste staten i Mellanöstern och stadsbildningar som Kairo runt Nildalen, är tätt befolkade. Bara några kilometer från Heliopolis, området där al Nour Wal

Amal Kammarorkester har sitt säte, ligger Tahriortorget, torget som varit samlingsplats för upplopp och demonstrationer i Egypten de senaste åren. Graffitiporträtten av dödade aktivister på Muhammed Mahmoudgatan intill torget påminner om att Egypten är ett land i förändring. Den högkultur som byggde pyramiderna för fyratusen år sedan möter idag den moderna världens protest mot diktatur.

I byggnaden där orkestern sitter hägrar stillhet. Nahla Suleiman, 24 år, som bär den vita orkesterblusen med brodyr vid halsringningen och huvudduk med guldkant vid pannan, är violinist i al Nour Wal Amal Kammarorkester. Varje torsdag och söndag repeterar hon med ensemblen. Utan dessa stunder, och utan fiolen, vore Nahla Suleimans liv inte vad det är. ►



- ▲ **Shamir Yehia (t.v.) och Nahla Suleiman (t.h.) börjar all inläring med att lära sig musiken i punktskrift.**
- ▶ **På muren utanför byggnaden där Föreningen al Nour Wal Amal har sitt säte, är det markerat att synskadade vistas här.**

– Musiken är grunden för min existens, säger den egyptiska violinisten och tillägger att hennes musicerande inte skulle vara lättare om hon kunde se.

– Nej, det skulle inte vara någon skillnad. Läraren förklarar. Vi ser genom läraren.

Orkestern centrets diamant

Al Nour Wal Amal Kammarorkester består av 35 synskadade kvinnor från hela Egypten. Orkestern, vars namn betyder Ljus och hopp, är en del av det musikinstitut som finns i Föreningen al Nour Wal Amal Centrum för Synskadade Kvinnor. Vid sidan av huvudanläggningen i stadsdelen Heliopolis i Kairo, finns filialer på sex olika platser i Egypten. Centret startade år 1954 av en grupp volontärer och är idag en icke-statlig organisation utan vinstintressen. Det var det första utbildningscentret för synskadade flickor och kvinnor i Mellanöstern. Den huvudsakliga verksamheten är idag en grundskola för

synskadade flickor. Vid sidan av den, finns vidareutbildningar i exempelvis handarbete. Till centrets resurser hör också ett talboksbibliotek och träningsrum.

Orkestern, al Nour Wal Amal Kammarorkester, är föreningens diamant. Orkstermedlemmarna går alla på centrets musikutbildning. Under det första året lär de sig bland annat att läsa noter i punktskrift.

I samband med det väljer de instrument. Under det andra året repeterar de två gånger i veckan.

Orkestern spelar både västerländsk och orientalisk musik. Inläringen av nya stycken börjar alltid med notstudier, berättar synskadade violinisten Shamia Yehia.

– Först läser vi var och en för sig musiken i braille, säger 29-åriga Shamia Yehia. Vi memorerar noga så att dynamiken, uttrycket och sättet på vilket de olika delarna ska spelas - starkt eller svagt - kommer med. Efter det synkroniserar vi med resten av orkestern under övningarna.



▲ **Tahrir-torget ger orkestern en känsla av att tillhöra samtidens Egypten.**

Det är då känslan av musikalisk helhet kommer, säger Shamia Yehia.

– Vi känner att vi är en person. Inte att vi är många, utan att vi är en enhet.

Under själva framförandet kan de synskadade musikerna styckena så pass bra, att de spelar utan att läsa musiken i punkt.

De har också lärt sig att lyssna in musiken och den övriga orkestern så pass bra, att de inte behöver en dirigent.

Turnerat utomlands

Shamia Yehia, som även ger lektioner i fiol och engelska på internatet, har stora ambitioner med sin musik.

Den är en del av henne själv, och som sådan kopplad till hennes synskada.

– Fiolen ligger mycket nära mina känslor, mitt sinne. Min existens, ja allt känner jag i min fiol.

Shamia Yehia har tydliga visioner för sitt musicerande.

– Jag vill hela tiden förbättra mig, säger den synskadade violinisten. Jag vill berätta att jag finns i den här världen, att jag inte är ett värdelöst föremål eller bara en funktionsnedsatt kvinna. Nej, jag kan göra storslagna saker, fantastiska saker.

Åldersspannet i orkestern är brett. Medlemmarna är mellan 11 och 40 år. Och genom åren har al Nour Wal Amal gett plats åt många musiker.

– Nya kommer till och gamla försvinner, säger Amal Fikry, rektor för musikutbildningen. Idag sitter tredje generationen på podiet.

– Den första gick ut år 1972, berättar Amal Fikry. Den andra gick ut år 1988 då vi också började turnera utomlands.

Sedan turné-starten har orkestern blivit känd världen över. År 1988 gjorde al Nour Wal Amal sin första konsert utomlands. Det var i Österrike. Sedan dess har ensemblen spelat i 24 länder. Det mest gripande uppförandet var, enligt orkestern själv, konserten i Coupvray, staden i Frankrike där Louis ▶





■ Orkestern al Nour Wal Amal har genom åren gett plats åt tre generationer synskadade kvinnliga musiker.



Brailles, punktskriftens fader, levde. Det födde minnen och känsla av ödmjukhet bland både musiker och publik. Orkestern har ännu inte varit i Finland. Grannlandet Sverige är det närmaste finska gränsen som den egyptiska orkestern har varit.

Vill ha mera samarbete

Föreningen al Nour Wal Amal och dess orkester är representativ del av synskaderörelsen i Egypten. Det finns ingen rikstäckande statlig förening för synskadade i landet. Synskadades frågor drivs av icke-statliga organisationer, vilka får visst stöd av staten. Det finns två kategorier av skolor för synskadade barn i Egypten. Den är el Nour-skolorna som drivs av staten och Nasr-skolan i religiös regi. Majoriteten av synskadade barn i Egypten går i el Nour skolan. Skolorna har en viktig uppgift i arbetet med att förändra attityderna till synskadade i Egypten, menar violinist Shamia Yehia. Skolor för seende

” Jag vill inte känna att avståndet mellan seende och oss är så långt. Funktionsnedsatta och grupper utan funktionsnedsättning måste blandas.

◀ **Amal Fikry, rektor för musikutbildningen, hoppas att orkestern ska fortsätta att turnera utomlands.**

elever måste lägga in information om funktionsnedsatta grupper i sin läroplan.

– De ger en aning information om oss. Men jag vill inte känna att avståndet mellan seende och oss är så långt. Funktionsnedsatta grupper och grupper utan funktionsnedsättning måste blandas. Det kan ske genom till exempel utflykter och föredrag.

Orkestern al Nour Wal Amal är en förebild, säger Shamia Yehia.

– Det är vår roll att vara det. I det egyptiska samhället, i det arabiska samhället, i det europeiska samhället, överallt. Vi representerar de synskadade flickorna, de arabiska flickorna, de egyptiska kvinnorna. Jag tycker att vi är bra representanter för dem.

Pausen är slut. Orkestermedlemmarna tar plats i lokalen. Några kilometer bort reser sig de magnifika pyramiderna och på Tahrirtorget i en annan del av Kairo vajar flaggor och banderoller. Inne i lokalen gör blåsarna en inandning och lyfter violinisterna sina stråkar. Här är ljus och hopp. ●

Parkurs

– där den ena är synskadad

(kursnummer 47051)

Kursen riktar sig till gifta eller samboende par, där den ena är synskadad. Ett synhandikapp påverkar båda parternas livssituation, vilket kan vara svårt att hantera i vardagen.

Kursens målsättning är att förbättra parens inbördes kommunikation samt sociala färdigheter i vardagslivet för att nå en djupare förståelse för den andra partens situation.

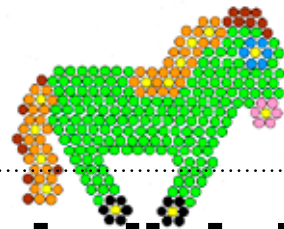
I programmet ingår både teoretiska föreläsningar, diskussioner samt praktiska övningar.

**Kursplats och tidpunkt:
Näkövammaisten Keskusliitto Kuntoutus-liris 23–28.9.2013**

Ansökningarna tas emot av FPA

**Kursarrangörernas kontaktuppgifter:
Förbundet Finlands Svenska Synskadade r.f.
Parisgränden 2 A 1, 00560 Helsingfors**

**Kontaktpersoner:
Britta Nyberg Tel: 050 561 2951, e-post: britta.nyberg@fss.fi
Chatrin Kotka Tel: 040 511 3346, e-post: chatrin.kotka@fss.fi**



Gröna hästar och mörkrädsla

FSS styrelsemedlem Anders Nyberg berättar här om sig själv och vägen till synskadan. Där spelar rädslan för mörker en stor roll, och konstigt nog också gröna hästar.

JAG FÖDDES I Österbotten i den lilla byn Öja, som slogs ihop med Karleby 1977. Jag bodde i Vasa och Korsholm 1982–2006, och efter det flyttade jag tillbaka till Karleby på nytt. Jag har studerat pedagogik, psykologi och statsvetenskap vid Åbo Akademi. Jag har jobbat inom studentkåren och också på vasabåtarna, eller Silja Line, där jag höll till i 17 år. Jag är 52 år gammal och skild och jag har inga barn. På fritiden gör jag allt möjligt. Jag motionerar, läser, följer aktivt med samhället, studerande och föreningsverksamheten. Jag dricker ofta morgonkaffe med gubbarna och samtidigt förbättrar jag världen. Under årens lopp har jag också varit aktiv i hembygds- och ungdomsföreningar, i idrottsföreningar och inom församlingen.

Som liten var jag rädd för mörkret och jag vågade inte delta i utomhuslekar på kvällarna. I skolåldern förstod jag aldrig hur de andra barnen vågade cykla i kolmörkret där ute. När jag ritade, fick sakerna på pappret fel färger och hästarna blev gröna. Det är svårt att säga till om färgblindhet när man aldrig har sett färger. Men jag blev alltid väldigt besviken när min bror hittade bär och inte jag. Ännu på 1960-talet kunde inte vetenskapen gissa vad de här symptomen berodde på eller vart de skulle leda. Färgblindheten upptäcktes dock i ett tidigt skede och förklaringen var klar – min morfar var färgblind.

I skolåldern var jag en aktiv idrottare. I friidrottsgrenarna klara jag mig ganska bra. Bollsport var desto värre. Att hålla reda på både boll och lagkamrater innebar stora problem för mig. Jag gjorde militärtjänsten, men som B-karl på grund av mina glasögon. Första gången på skjutlägret så tappade jag bort mig totalt i mörkret – efter det var jag befriad från nattjänst.

Nattblindheten har spelat mig många spratt. Under studietiden, när hela gänget skulle ut på nattklubb, kunde jag inte röra mig där utan att snubbla och krocka med folk. Jag brukade bortförklara min klumpighet med att jag hade bråttom eller att jag gick i mina egna tankar.

Ögonen hängde inte med

För ett par år sedan märkte jag att mina ögon inte hängde med när jag körde bil. Jag slutade köra i mörkret. Jag märkte också att det blev svårt att backa med bara sidospeglarna till hjälp. Trots det gick min 45-årsgranskning hos optikern utan klagomål. Men när jag promenerade fick jag mer och mer titta neråt än framåt och när jag jobbade med datorn började muspekaren försvinna titt som tätt.

Ungefär samtidigt började jag också lägga märke till minnesluckor som uppstod då och då. Det rörde sig om tiominutersperioder där

jag inte visste vad som hade hänt, trots att jag hade fortsatt helt som normalt. De här luckorna ökade och ledde till neurologiska undersökningar. Jag gick på magnetröntgen och neuropsykologiska tester, men man hittade inget ovanligt. Tvärtom så var mitt minne betydligt bättre än normalt för min ålder. I samband med det testade, kanske rutinmässigt, mitt färgseende och för första gången någonsin också mitt synfält.

Ett par timmar senare satt jag hos ögonläkaren som förklarade resultaten. Han undrade också om jag hade körkort. Jag förstod inte varför han undrade, men svarade jakande. Han svarade direkt: ”Det har du inte längre”. Diagnosen var retinitis pigmentosa. Dessutom stod det i utvärderingen att den var långt gången.

– Va?

Tog hjälp av internet

Jag hade aldrig hört om något liknande och det tog flera dagar innan de orden satte sig i mitt huvud. Jag sökte efter hand svar på internet, men de var inte särskilt roliga att läsa. Men det var trots allt bättre att veta än att inte göra det – på ett sätt en lättnad.

Jag hade tur som fick hjälp i FPA-djungeln av en sjukskötare och kom snabbt iväg på den första kartläggningen på liris. Informationspaketet, tilläggsundersökningarna och förstås personalens erfarenheter var otroligt viktiga för mig. Jag fick också stöd från de andra kursdeltagarna.

De erbjöd mig också den vita käppen och specialglasögon, men jag avböjde – så sjuk är jag inte! Men det var inget annat än rädsla. Efter nästa besök började jag använda den vita käppen. Med den är det enklare att röra sig på okända platser och spänningarna i nacken minskar.

Redan innan jag återvände till liris hade jag fått ett par specialglasögon. De hjälpte genast mot mina minnesluckor, och nattsömnerna blev omedelbart bättre. Jag tror att det beror på att min hjärna hade fått för starka ljusimpulser tidigare och att de störde hjärnaktiviteten. Något svar har jag inte fått om den saken, eftersom vetenskapen ännu inte har undersökt kopplingen mellan de här sakerna.

Efter den inledande chocken började jag ganska snabbt tänka på synskadades situation och hur jag kunde hjälpa. Jag gick med i FSS och i Retinitisföreningen när jag fick veta att de fanns. Men min överhjälpssamhet styrdes på psykologiskt rätt sätt när jag fick höra att det var bäst att acceptera sin egen synskada först, innan man på rätt sätt kan börja ge råd åt andra. Men själva organisationsverksamheten är förstås bekant för mig. Jag tycker att en synskada inte får vara en belastning.

Svag syn påverkar inte människans intelligens eller sociala förmåga. Synskadan kan förstås göra att saker och ting tar mer tid än vanligt. Jag har märkt att synskadeföreningarna är oerhört viktiga för oss. Där finns människor som har erfarenhet och kunskap. Förbunden är en viktig kanal mellan myndigheter och enskilda människor.

Föreningarna fyller också det sociala behovet och erbjuder gemenskap. Jag har märkt att alla synskadade inte är medvetna om att det finns föreningar och förbund för dem. Istället slåss de själva med myndigheterna. En aktiv rekrytering vore alltså viktigt. Till exempel kan inlärningsssvårigheter i skolan bero på en synskada. Så här i kommunsammanslagningstider vill jag påstå att en storkommun som kan fylla alla människors specialbehov, det går inte att få till. Här behövs den tredje sektorns arbete. ●



AKTUELLT

Renoveringen fortsätter på Lyktan i Vasa

RENOVERINGEN AV VASA Svenska Synskadades verksamhetslokal Lyktan har inte gått enligt planerna. Det som skulle bli en kort renovering över sommaren har visat sig bli mycket mera tidskrävande.

Väggen mot gatan har fått rivras helt och byggas om på nytt på grund av vattenläckage.

Efter prover av väggen över garaget, som samtidigt är ena köksväggen, visade det sig att skadan var skedd också där, och samma procedur fick göras.

Byggmästaren har meddelat att det är sprickor i fasaden som har orsakat fuktskadorna. I köket fanns också fuktskador på golvet, där en diskmaskin hade läckt ut vatten under årens lopp.

Vasabordna står alltså för tillfället utan samlingslokal, och när renoveringen är klar är i det här skedet för tidigt att svara på.

Distriktssekreterare Febe Mörk sitter nu på Vasaesplanaden 17 och kan kontaktas där på samma e-post och telefon som tidigare. ●



Myndighetspråket vill bli bättre

UNDERVISNINGS- OCH KULTURMINISTERIETS arbetsgrupp för ett bättre myndighetspråk önskar få in allmänhetens synpunkter på hur det språk som myndigheterna använder ska förbättras. Alla medborgare kan ge förbättringsförslag samt berätta om sina erfarenheter av myndighetskommunikation. Arbetsgruppen vill också gärna få in exempel på myndighetstexter som fungerat bra. Förslagen kan gälla allt slags språkbruk: lagspråk, myndighetsbrev, ansöknings-

blanketter, namn på ämbetsverk och enheter osv. De kan även gälla olika förfaringssätt vid myndighetskommunikation. Man kan föreslå vad som helst som underlättar för en person att förstå myndighetsmeddelanden utan att behöva be om tilläggsinformation.

Förbättringsförslag och exempel kan ges både på svenska och på finska via webbplatsen för Institutet för de inhemska språken, <http://www.kotus.fi/pasvenska>, till och med den 31 augusti 2013. ●

Taxan för sjuktransport höjs

ERSÄTTNINGSTAXAN FÖR KOSTNADER för sjuktransport stiger i september med 4,5 procent. Höjningen sker på grund av att kostnaderna har ökat. Ersättningstaxan för sjuktransporter utgörs av en grundavgift, en kilometeravgift, en tilläggsavgift för andra ambulanschauffören och en väntetidsavgift. Höjningen av ersättningstaxan inverkar inte på kundens självriskandel: den 14,25 euro stora självrisksandelen av sjuktransportavgiften förblir oförändrad. Folkpensionsanstalten ersätter den del som överskrider självriskandelen och utbetalar den direkt till transporttjänstens producent. Statsrådet har torsdagen den 8 augusti utfärdat en förordning om ersättningstaxa för kostnader för sjuktransport. Förordningen träder i kraft den 1 september 2013. ●

FPA-kurs för självständiga unga

SYNSKADADE UNGDOMAR HAR enligt undersökningar inte lika stor del i sociala evenemang som sina jämnåriga. En av orsakerna är att de jämngamla inte godkänner synskadade i sin krets på samma sätt som seende. Projektet "Meikäläistä metsästäjä" som har finansierats av FPA gick ut på att utveckla en ny rehabiliteringsmodell, som kan stärka unga synskadades sociala förmåga och självständighet. Rehabiliteringsprogrammet gick åren 2011–2012 och hade 15 deltagare.

Enligt deltagarna lärde sig samtliga något om ett självständigt liv och de fick kunskaper som man kan använda sig av i det dagliga livet. De flesta blev djärvare när det gäller att sköta och planera sitt eget liv. Som rehabiliteringsmodell är "Meikäläistä metsästäjä" ett fungerande koncept, men i vissa fall kände föräldrarna att de blev på utsidan av sitt barns rehabilitering. Det är viktigt att kursdeltagarna i fortsättningen får vara med och utforma rehabiliteringen enligt deras behov. ●

FSS finns också på facebook. Du hittar oss på adressen www.facebook.com/fssrf



Finlands första handikapprofessor anställdes

I början av augusti fick Finland sin första professor i handikappforskning. Simo Vehmas, doktor inom beteendevetenskap, inleder den femåriga professuren som bland annat stöds finansiellt av handikappsektorn. Det har länge funnits ett klart behov av handikappforskning för att hjälpa handikappfältet i dess strävan efter samhällelig jämställdhet och också på den politiska fronten. Helhetsbilden av till exempel handikappades arbetsförmåga, utbildning, socialtöd och självständiga liv är långt ifrån klar, men i och med utnämningen av Vehmas kan det här långsamt komma att ändra. En bredare ideologisk och praktisk fråga som kan ställas är vilka möjligheter

välfärdssamhället erbjuder till ett bra liv för funktionshindrade.

– Ju bättre vi förstår handikappade, desto bättre kan vi främja deras välmående och den samhälleliga jämställdheten, säger professor Vehmas.

– Som exempel kan ges att de hinder som finns för funktionshindrade att delta i sociala evenemang beror oftast på samhälleliga system och andra människors attityd.

Vehmas mål under sin professur är också att utbilda olika yrkesgrupper.

– En bredare förståelse för funktionshindrade och människorna runt omkring dem är till nytta för åtminstone jurister, lärare, läkare och andra yrken inom hälsovården.

Funktionshindrade uppskattas bestå av en tiondel av befolkningen, det innebär över en halv miljon i Finland, vilket visar att professuren behövs.

Social forskning om funktionshindrade är ett internationellt och tvärvetenskapligt ämnesområde.

Simo Vehmas har specialiserat sig på funktionshindrets teoretiskt och filosofiska frågor. Han fungerar också som ordförande för NNDR, ett nordiskt nätverk som sysslar med forskning inom funktionshinder.

Tidigare har Vehmas fungerat som professor i specialpedagogik på Jyväskyläns yliopisto. ●

Källa: Helsingfors Universitet

Äldreomsorgslagen trädde i kraft 1 juli

EN LAG OM stödjande av den äldre befolkningens funktionsförmåga och om social- och hälsovårdstjänster för äldre, också kallad äldreomsorgslagen, trädde i kraft den 1 juli. Syftet med lagen är att stöda hela den åldrande befolkningens välfärd, hälsa, funktionsförmåga och förmåga att klara sig på egen hand. De ska också ha möjligheten att medverka i utvecklandet av servicen i kommunen. Dessutom ska

man förbättra äldre personers möjlighet att få högklassiga social- och hälsovårdstjänster och att de ska kunna påverka de här tjänsternas innehåll och förverkligande.

Enligt lagen måste äldre personers servicebehov utredas noggrant.

På basen av utredningen jobbar man fram en individuell serviceplan, som man utgår från när man fattar beslut om personers rätt till service.

På så sätt kan man planera servicehelheten på ett sätt som stöder den äldre personens funktionsförmåga och förmåga att klara sig på egen hand samt garantera att han eller hon får en god vård och omsorg.

I augusti rullar man igång en utbildningsomgång som stöder verkställandet av lagen. Utbildningar ordnas på elva orter. Det första utbildningstillfället går på svenska och ordnas den 16 augusti i Vasa. ●



AKTUELLT I DISTRIKTEN

Vasa Svenska synskadade

- Verksamhetscentret Lyktan är tillsvidare stängt på grund av renovering. Renoveringen blev mera omfattande än vad vi först hade räknat med.
- Distriktssekreterare Febe Mörk har återgått till jobbet från 5.8. Hon finns tillfälligt på Vasaesplanaden 17, på åttonde våningen. Det finns en stor skylt på glasdörren som man kommer till efter att man klivit ur hissen. På rumsdörren i korridoren finns även en stor skylt. Kansliet är inhyrt i dessa utrymmen åtminstone augusti och september, måndag-torsdag klockan 9-14. Samma telefonnummer som tidigare gäller, 06-317 0654 eller 045-321 3320. Ifall renoveringen ytterligare drar ut på tiden, förlängs även den tillfälliga vistelsen på Vasaesplanaden 17. Välkomna in och hälsa på den som vill!
- Sommarens längre resa går till Östra Finland 20-22.8. Vi besöker Valamo Kloster, övernattar där, gör en kryssning på Varistaipale kanal

med MS Sergei och besöker Kuopio på hemvägen. Resan görs i samarbete med Oravais Trafik. Eftersom Febe kommer med på resan är kansliet stängt under de här dagarna.

- Medlemsträffen i september hålls på Berny's Restaurant invid Replotbron tisdag 17.9 klockan 14.30-16.30. Buss från Lyktan startar klockan 14. Bussen och servering kostar 10 € per person. Susanne Ståhl från Vasa Stads sociala sektor kommer och föreläser. Anmälan till träffen bör vara Febe tillhanda senast 10.9 före klockan 14.
- Vattengymnastiken inleds i Folkhälsans hus i Smedsby söndagen den 1.9 med Anna-Lena Wiik som ny ledare. Grupp 1 klockan 12.00-12.45 och grupp 2 klockan 13.00-13.45. Anmäl om ert deltagande senast 27.8 före klockan 14 till Febe.
- Vi meddelar genom medlemsbandet och i föreningspalten i VBL och Sydin samt i nästa FS när våra kurser kan starta på nytt på Lyktan. Styrelsen och Febe önskar alla läsare en fortsatt skön sommar!

Svenska Synskadade i Mellersta Nyland

- Hösten har kört igång med varierande program. Lyssna på medlemsbandet.
- Måndagsträffarna klockan 13.00:
26.8 Träff på Hörnan. Om vädret tillåter spelar vi Mölky i närheten eller boccia inne.
2.9 Bingo.
9.9 Vi dricker kaffe ute i det gröna nära Hörnan.
- Tisdag 10.9 Bokcirkeln klockan 17
- 22.9-26.9 Sparesa till Haapsalu. Medlemmarna betalar 125 €.
- Rottingkursen börjar 9.9. Vattenjumpan börjar den 23.8 klockan 10.00. Ny tid och ny ledare - Peppi Karlemo. Nya simmare ryms med. Helsingfors mission kan förmedla ledsagare ta kontakt med Tamara Bergkvist tfn 09-25282711
- Kansliets öppethållningstider är: må-ti 9.30 - 13.30
Tel. 09-612 1779
Vi träffas på Hörnan!

Norra Österbottens Svenska Synskadade

- Vi inleder höstens verksamhet efter en skön sommar!
- Mimosel för damer med Ann-Mari Ekstrand startar sina träffar onsdagen 4.9 klockan 13 på Fyren. Följande gång blir 18.9.
- Avslappnings- och balanskursen i samarbete med Arbetarinstitutet, med Peter Appel som ledare, inleds torsdagen 12.9 klockan 10.30 – 12.00 på Fyren.
- Vattengymnastiken på Öst-anlid i samarbete med Folkhälsan börjar onsdag 18.9; grupp 1 klockan 11.45 och grupp 2 klockan 12.30.
- Lördagen 21.9 klockan 10–15 arrangerar IK Falken en "Må bra-dag" vid Sursik skola i Bennäs. Föreningar ges möjlighet att presentera sig och sin verksamhet. Från NÖSS kommer medlemmar att medverka och berätta om vilka motions- och idrottsformer de bedriver, bland annat boccia, bowling och ridning.
- Höstens första förenings-träff hålls preliminärt tisdagen 24.9 klockan 18.30 på Fyren. Samtidigt firar vi framgångarna i FSS förbundstävlingar med medaljkaffe.
- Herr-Mimosel inleder sina träffar onsdagen 9.10 klockan 14.

- Mera information om verksamheten i medlemsbandet och föreningsspalten i Österbottens Tidning på lördagar. Välkomna med i verksamheten!
Styrelsen

Svenska Synskadade i Västnyland

- TACK: Föreningens styrelse och arbetsgruppen för idrottstävlingarna i Karis den 7–9 juni-13 tackar alla deltagare för gott humör och alla insatser, såväl idrottsliga som ledsagar- och arrangörsmässiga under de härliga försommardagarna.
- Den 10 juli tog 38 deltagare sjövägen till Nåden-dal som var målet för årets lyckade sommarresa.
- Nu är tiden snart inne för höstens verksamhet: Föreningen inbjuder sina medlemmar till terminens första månadsträff som infaller lördagen den 14.9 klockan 13.00 i Lyan, Prästängsgatan 12, Ekenäs. Kaffe, samvaro och information inleder traditionsenligt vår träff varefter Duo T&T sjunger med och för oss. Transport längs kända rutter. Anmälning senast torsdag 12.9 till Eeva Hanner, tfn 050-595 4946 eller till Birgitta Nordström, tfn 044-336 8060.

Hjärtligt välkommen på månadsträff!

- Bocciaspelningen inleds fredagen den 27.9 2013 klockan 14.00–16.00 i Seminarieskolans gymnastiksal, adress Ladugårdsgatan 1-3, Ekenäs.

Boccian fortsätter på fredagar som tidigare. Juniorboccian spelas på lördagar enligt överenskommelse. Alla tidigare och nya spelare är välkomna med!

- Läsecirkeln samlas i Lyan onsdagen den 25.9 2013 klockan 14.00 under Eeva Hanners ledning. För trakteringens skull meddela om ditt deltagande till Birgitta tfn 044-336 8060 senast tisdagen den 24.9.
- Herrklubben sammankommer torsdagen den 26.9 klockan 14.00 i Lyan. Anmäl dig till Hilding, tfn 0400 551 791 senast onsdagen 25.9.

Välkommen med i höstterminens verksamhet!
Styrelsen

Svenska synskadade i Östnyland

- Distriktssekreterare Catharina Ståhlberg är på Kajutan alla tisdagar klockan 9.00–13.00, tfn 581 115.

Åbolands Synskadade

- Septemberträffen sker i Pargas (Åbolands gamla Folkhögskola, Pjukala) den 14.9 klockan 13 – cirka 17.00. Teaterföreställningen beskrivs såhär: Kompetenshusets psykolog Klara Schauman-Ahlberg leder diskussioner under rubriken ”Världen som en synskadad ser den”, som uppstår då kompetenshusets skådespelare Gun Sjöros och Henrik Grönroos spelar upp fiktiva, men realistiska scener. Scenerna handlar om situationer som synskadade kan råka ut för, situationer där synskadan utgör ett verkligt hinder för umgänget med andra personer. Ett pass med Kompetenshuset räcker cirka två timmar, och innehåller fyra till fem olika situationer som löses tillsammans med publikgruppen. Totalpriset för utflykten är 25 euro vilket inkluderar transport, saltbit, teaterföreställning, kaffe och föreningens jubileumsjordgubbstårta (40 år). Anmälningar senast 1 september till Håkan på telefon 0400 151 322.
- Oktoberträffen sker 17 oktober i Åbo. Vi besöker Svenska hörselskadade i Åboland som ordnar en hörseldag med temat ”synen”. Plats och tid senare.

- Novemberträffen den 13 november klockan 13.00–17.00 sker i Verksamhetscentret. Vi ordnar en öppet hus-dag för alla medlemmar och även för andra intresserade samt presumtiva medlemmar. Vi får besök av Tessa Bamberg från förbundet som berättar om punktskrift. Även Chatrin Kotka närvarar och visar samt informerar om hjälpmedel för synskadade. Transporter enligt självkostnadspris 10 euro. Kaffe och föreningens jubileumsjordgubbstårta bjuds.
- Decemberträffen blir julfest den 4 december. Tid och plats senare. Med soliga sommarhälsningar, styrelsen

Ålands Synskadade

Aktiviteter

- Simningen i Folkhälsans Allaktivitetshus startar igen 30.8 klockan 13–14. Nya och gamla simmare är välkomna med, anmäl till Bettina på tfn 0457-3438950.
- Boccian på Ankaret har sommaruppehåll fram till den 26.9 då vi åter börjar spela igen på torsdagar klockan 12-15. Vid frågor kontakta Fjalar Nylund på tfn 21882.
- Under hösten kommer det att ordnas Mimosel tillfällen för synskadade: Mimosel är ett hälsofrämjande program för äldre. Vi

träffas tisdagar och diskuterar hur man kan må bättre på äldre dagar. Veckorna 35-44. Pris: Kostnadsfritt. Dagcentret i Folkhälsans allaktivitetshus tisdagar klockan 14.30–16.00. Anmälan till Erica Dunder, Tfn 17435 eller 0400 627435.

- En gemensam konstutställning tillsammans med SKKF på Ankaret är inplanerad till 21.9. Mera info kommer.
- Möjlighet att komma ut på en cykeltur kan nu erbjudas då en tandemcykel finns att låna på Ankaret, hör av er till Bettina på tfn 0457-3438950.

Syntolkning

- Syntolkad fotboll på Wiklöf Holding Arena, datum och tider meddelas i lokaltidningarnas kalender.
- Syntolkningen fortsätter som vanligt med teaterbesök och biobesök. Har du önskemål, hör av dig till Bettina Gröning.

Kontaktuppgifter

Bettina Gröning finns anträffbar på Ankaret, Johannebovägen 7, måndag – tisdag klockan 9.00 – 13.00 och på HandiCampen torsdag – fredag klockan 9.00 – 13.00. Nås säkrast dessa dagar före klockan 12.00. Ankaret, tfn 018-19670 HandiCampen, tfn 018-527 362 Mobil: 0457 34 38 950 E-post: aland.syn@aland.net Organisationssekreterare Bettina Gröning

ANNONS

Varmt välkommen med på FSS veckoslut för karlar!

Veckoslutet är avsett för män i alla åldrar från FSS alla distrikt och bjuder på mångsidigt program samt trevlig samvaro.

Plock ur programmet:

Kost, vila och motion

Förevisning av Ettonet produkter

Aktuell information från Celia-biblioteket och Pratsam

Diskussion om FSS framtid

Vattengymnastik

Allt detta och mycket mer sker på liris i Helsingfors den 11-13 oktober 2013.

Deltagaravgiften är 150 € per person. I priset ingår inkvartering i dubbelrum (tillägg för enkelrum är 50 €), måltiderna på liris, program samt resor enligt billigaste färdmedel.

Anmälningar i första hand per e-post till Jarkko Setälä, jarkko@setala.fi, telefon 0400-417 725.

Du kan också ringa till Tina på FSS kansli, telefon 09-6962 3020 eller e-post tina.dunderfelt@fss.fi.

Bindande anmälningar senast fredagen den 30 augusti 2013.

Mer information om själva programmet fås av Jonas Lindström, telefon 040-964 4672.

Veckoslutet ordnas av Förbundet Finlands Svenska Synskadade r.f. i samarbete med Folkhälsan.