

3 Diskriminering på
arbetsmarknaden

12 En liten men naggande
god förening i österled

16 En banbrytare och
eldsjäl har gått ur tiden

Synvinkel

3 • 2026 SYNFÖRBUNDETS TIDNING



4

Med vinden i ryggen

I tidningen

3 • 2026

LEDARE

3 Rätten till arbete

ARTIKLAR

4 Att segla förutan syn

OMTANKEN

10 Se den utsträckta handen

TEKNIKTIPSET

11 Tänk på nya hjälpmedel som en möjlighet!

ARTIKLAR

12 Här lämnas ingen ensam

15 Svenska Teatern fick utmärkelse för syntolkning

NEKROLOG

16 Minnesord för Aili Alexandersson

PÅ TAPETEN

17 Socialvårdslagen, sparmål och vårdkameror

AKTUELLT

18 Synförbundets vårmöte hyllade Gunilla Löfman

19 Västis avslutade våren bland kossor och troll

20 Synförbundet på parkettplats när tredje sektorn demonstrerade mot regeringens nedskärningar

AKTUELLT I DISTRIKTEN

22 Medlemsföreningarnas notiser

Synvinkel

Synvinkel är Synförbundets tidning.

Tidningen utkommer med 6 nummer per år i svartskrift och i punktskrift samt som taltidning, pdf-tidning och rtf-fil.

Se www.synforbundet.fi.

Kan också beställas som e-postbilaga.

Årgång 115.

Ansvarig utgivare:

Finlands Svenska Synförbund rf

Parisgränden 2 A 1, 00560 Helsingfors

Tfn 09-696 2300

Ansvarig redaktör:

Christian Hellman, tfn 044-712 3017

christian.hellman@synforbundet.fi

Layout: Christian Hellman

Tryck: Forsberg, Jakobstad

Papper: Obestruket Multioffset 120 g

Typsnitt: PT Sans 12,8 pkt

Prenumerationer och adressändringar:

Synförbundets kansli

tfn 09-696 2300

kansliet@synforbundet.fi



■ **På pärmen:** En kvinna med uppsatt ljust hår sitter leende i en segelbåt, i varmt kvällsljus. Hon är klädd i en gul stickad tröja. Bakom henne syns havet och en strand med gröna träd. Foto: Rilla Aura-Korpi

Rätten till arbete

Jag funderade länge på vad min första ledare skulle handla om. Jag stannade till slut för en fråga som drabbar oss som ännu är i arbetsför ålder hårt, men som ytterst angår oss alla: hur svårt det är för en person med synnedsättning att komma in i arbetslivet. Det handlar inte bara om jobb och inkomst – utan om vår plats i samhället.

Att få pengarna att räcka är en ständig oro. Allt har blivit dyrare – boendet, maten, vård och mediciner. Jag hör från många som funderar på om de verkligen har råd att gå till läkaren eller specialistsjukvården. Jag upplever att vi blivit bestraffade av nedskärningar som vi inte kan påverka, nedskärningar som vi heller inte förtjänat.

Forskning bekräftar det vi redan vet av erfarenhet: diskriminering vid rekrytering är utbredd, och personer med synnedsättning hör till dem som möter starkast motstånd. Motståndet finns kvar även när den sökande är fullt kvalificerad. Och lönesubventionen – som i teorin ska hjälpa – fungerar sällan i praktiken. I värsta fall används vi som gratisarbetskraft utan att arbetsgivaren ens tänkt anställa oss.

Diskriminering är förbjudet i lag, men lagen räcker inte till – och vad hjälper den när det är nästan omöjligt att bevisa att just du blivit

diskriminerad? I flera länder i Europa finns i stället kvoter som kräver att arbetsgivare anställer en viss andel personer med funktionsnedsättning – och de fungerar bättre. Finland har länge sett mycket negativt på den möjligheten. Det här är frågor som Synförbundet vill driva, men vår röst räcker inte till ensam. Alla organisationer på funktionshinderfältet kunde samarbeta i den här frågan och med den samlade styrkan kanske förmå beslutsfattarna att äntligen göra något åt saken.

Jag vet av erfarenhet hur det känns när dörren stängs. Hos min förra arbetsgivare anpassade man alltid arbetsuppgifterna – det var en självklarhet. Sedan förändrades det, de lättare jobben försvann. Den nya arbetsgivaren hade inte samma inställning alls. Med pensionsbolagets hjälp kartlade jag möjligheterna, och inom staden där jag sökte en provopplats ställde man sig positiv till det. Jag väntar fortfarande på grönt ljus för omskolning – men hoppet finns. Många får aldrig ens den chansen. Det här är något Synförbundet tänker fortsätta att driva: att alla de som kan och vill arbeta också ska få göra det.

Soliga sommarhälsningar till er alla!

Göran



Göran Sjöstedt
ordförande



Att segla förutan syn

Det här är en reseskildring om en härlig sommarseglats från Hangö till Åland, men samtidigt också en berättelse om vänskap, saltstänk och oförglömliga upplevelser...

TEXT: KRISTIINA LÖNNROTH

En gnutta nyfikenhet kan leda till stora upplevelser. För mig var det ett enkelt tips som ledde mig till båtmässan och en presentation av segling för personer med funktionsnedsättning. Min nyfikenhet väcktes och jag behövde inte mycket övertygelse för att anmäla mig till en sommarseglats som skulle gå från Hangö till Åland.

Gott sällskap och nya färdigheter

Eftersom segling var helt nytt för mig behövde jag lära mig en hel del. Därför tackade jag ja till **Jukka Jokimaas** inbjudan att delta i de nybörjarövningar i parasegling som han anordnade varje tisdag vid båthamnen på Drumsö i Helsingfors. Min entusiasm var på topp och träningarna blev fort veckans höjdpunkt för mig, för jag har ju alltid trivts nära vattnet – i simhallar, vid stränder och även ute till havs.

Vår övningsgrupp bestod av instruktörer och personer med olika

funktionsnedsättningar. Vi fick lära oss många nyttiga färdigheter genom att öva tillsammans på Jukkas båt som låg förtöjd i hamnen. Jukka hade konstruerat en stol kopplad till en vinsch, så att seglare med rörelsenedsättning kunde ta sig ombord på ett tryggt sätt. För mig kändes den friska havsluften och närheten till vattnet som solskenet efter en lång period av regn och rusk.

Med kurs mot Hangö

När avfärden närmade sig blev det dags att boka resan till Hangö. Jag bokade ledsagartjänst för alla resans etapper – det är en god idé att uttryckligen specificera varje delsträcka och byte, för annars ordnas inte hjälp för alla avsnitt automatiskt. Trots min noggrannhet kände jag ändå en viss oro inför alla omstigningar.

Kvällen innan avfärden ringde **Rilla Aura-Korpi** till mig för att kontrollera när jag skulle anlända

...solskenet efter en lång period av regn och rusk.

Det är en plats jag hoppas kunna återvända till.

och hur jag skulle ta mig till hamnen. Rilla har lång erfarenhet av att ordna seglatser för personer med synnedsättning. Hon lovade att jag inte skulle lämnas ensam, även om jag av någon anledning blev förse- nad på vägen, vilket blåste bort all ängslan jag hade känt. Hon gav mig också en praktisk packlista som var till stor hjälp för en nybörjare som jag.

Jag kände mig nu redo för av- färd och såg fram emot flera soliga dagar till sjöss.

Skönheten vid kajen

När jag kom fram till hamnen i Hangö såg jag Vahine vid kajen – den femtio år gamla tvåmastade skönheten vi skulle färdas med.

Det var ett glatt sällskap som steg ombord. Med på resan var **Anne** och **Rauno**, ett rutinerat seglarpar, **Seppo** med sin långa seglingser- farenhet och glada humor, **Janne** med erfarenhet av att arrangera seglatser, samt **Juha** som är en riktig trollkarl när det gäller matbestyr. Instruktören **Sari** var vår mästerkock som förvandlade råvarorna till riktiga delikatesser.

Ombord blev vi indelade i arbetsgrupper som turades om med matlagning, städning och vakthåll- ning. Jag placerades i samma grupp som Sari och Juha, så jag fick lära mig hur man tillreder mat ombord på en båt.

Den alltid lika vänliga och hjälp- samma **Anniina** hade jag bekantat mig med redan under våra tisdags- övningar. **Minja** gjorde djupt intryck

på mig när hon skrev på sin smart- telefon med punktskriftsinmatning, med samma virtuositet som en flöjtist spelar sitt instrument.

Jere var vår skeppare, och styr- man **Eero** – en rutinerad havssegla- re och pedagog – visade sig vara en glad stämningsskapare som tog sig tid för var och en av oss nybörjare.

Ut på havet!

Seglatsens första etapp gick från Hangö till Högsåra. Där promene- rade vi till Farmors café och njöt av doften av blommor och hav som vinden bar med sig.

Följande morgon fortsatte seg- latsen med kurs mot Björkö. Under färden fick vi turas om att stå vid rodet med någon ur besättningen vid vår sida.

Navigationsskärmarna var svåra att urskilja för oss med nedsatt syn, men vi lärde oss att ta hjälp av solens skugga och av hjälpmedel som läste upp koordinaterna.

På Björkö fick vi ingen egen kajplats, så vi förtöjde vid sidan av segelfartyget Svanhild af Borgå.

Efter en promenad genom skogen kom vi fram till Café Björkö där hembakade pajer, kakor och skärgårdsbröd väntade på oss. Sär- skilt jordgubbarna var oförglömligt goda.

Björkö bjöd oss på en verklig pärla: en insjö med klart vatten, omgiven av varma klippor. Det var en underbar njutning att få simma där. Det är en plats jag hoppas kunna återvända till. Där lärde jag mig också av Minja hur man



Något rörde mig djupt i mitt hjärta.

simmar rakt ut och tillbaka genom att navigera med hjälp av tre ljudpunkter.

Resan gick vidare till Bodö där vi tillbringade kvällen med att äta pizza och sallad på den lokala bistron.

När solen gick ner väntade en varm bastuflotte på oss nere vid stranden. Lite senare under kvällen hörde jag ett säreget ljud som förmodligen var avsett att hålla ormar borta från stranden där vi befann oss.

Vi övernattade i hytter ombord på Vahine. Några av oss vågade sig ut på däckets bland myggen, men sömnen stördes av de bevingade blodsugarna.

Med Ålands flagga i topp

När den tredje dagen grydde lade vi kurs mot Kökar. Till vår glädje var vinden god och vi kunde hissa seglen. Vi hissade också Ålands gästflagga med kommandot ”givakt, flagghissning, lediga!”, medan vi gled över vågorna mot öppnare farvatten.

När vi anlände till Kökar lade vi oss för ankar i Sandviken, varefter vi hämtades med motorbåt till stranden.

Vi promenerade sedan en och en halv kilometer till pilgrimsstugan, som utifrån såg ut som en övergiven ladugård, men som inuti visade sig vara ett asketiskt vackert härbärge som doftade av färskt virke.

Vi passerade en fårhage och ruinerna av ett franciskanerkloster

på vår promenad till en utsiktsplats där Vahine syntes som en liten prick i fjärran.

Tillbaka ombord fick vi lära oss hur vi kunde utnyttja vindens riktning och solens position för att planera nästa dags rutt.

Vi övernattade ombord och avlöste varandra som däcksvakter. Min egen vakttur inföll i gryningen när solen steg upp över horisonten och havet låg alldeles stilla. Tystnaden och det orangefärgade solskenet var en oförglömlig upplevelse.

En kalldusch och varm samvaro

Den fjärde morgonen inleddes med en frukost med välsmakande äppeljuice från Kökar samt kakao gjord på havremjölk. Styrman Eero monterade en badstege vid Vahines reling så att vi kunde ta oss ett morgondopp. Det kalla vattnet överraskade, men jag vande mig fort. Jag simmade lite för länge, så jag frös fortfarande när jag kom tillbaka till hytten.

Vårt nästa resmål var Rödhamn. Eero vinschade upp det tunga, leriiga ankaret från mer än fem meters djup och sedan hjälptes vi åt att rengöra det. Strax därefter hissade vi storseglet, mesanseglet och genuan. Sedan seglade vi en stund utan motor innan vinden mojnade. Måltiderna till sjöss var efterlängttade: havsluften gav aptit och vid bordet utbytte vi erfarenheter.

Rödhamn är uppkallad efter sina rödfärgade klippor. Högst uppe på bergstoppen finns ett radio-

fyrmuseum som vi besökte. Solen gassade och klipporna strålade värme. Efter promenaden måste vi duscha i kallt vatten, för så många båtbesättningar hade delat på varmvattnet att det tagit slut för dagen. Nu kunde vi äntligen också fylla Vahines dricksvattentank, efter att ha varit tvungna att hushålla med vattnet hela föregående dag.

Den sista etappen

Den femte dagen var het och nästan vindstilla. Vahine gled sakta mot Mariehamn. Morgonvaktens färska kaffe smakade himmelskt. Vår brunch bestod av det som fanns kvar i kylskåpet.

Vi steg i land i Mariehamns östra hamn. Efter en taxitur till

västra hamnen gick vi ombord på Viking Grace som förde oss till Åbo. Med ett visst vemod återvände jag i tankarna till Vahine och den härliga känslan av att segla med en träbåt på havet med vind i seglen.

Den här sommarseglatsen var den finaste resa jag någonsin har gjort. Något rörde mig djupt i mitt hjärta. Jag upplevde gemenskap, samarbete och tillhörighet, och fick vara med i en grupp där kamratstödet, de delade erfarenheterna och allt vi lärde oss tillsammans gav vingar åt den äkta lyckokänslan. Jag fann också en ny hobby av det allra finaste slaget. I mina tankar började jag genast planera nästa sommar i seglingens tecken.

Blev du nyfiken?

Seglatsen du läst om genomfördes sommaren 2025 och anordnades av Parapurjehtijat, en avdelning inom det finländska seglings- och båtsportsförbundet. Paraseglingsverksamheten fortsätter numera inom Lions Merileijonat.

Genom sammanslagningen har paraseglingen tillgång till ett internationellt nätverk av båtar och vänskapshamnar, vilket möjliggör längre seglatser även utanför Finlands gränser.

Om du blev nyfiken och vill veta mera om parasegling så hittar du fördjupande information på följande webbplatser:

www.merileijonat.lions.fi
www.lions.fi/se/

Lionsrörelsen har en lång historia av arbete för personer med synnedsättning. Redan på 1930-talet blev den vita käppen ett av rörelsens synligaste upplysningsteman.

Se den utsträckta handen



Elin Sundström
synrådgivare

Telefonen ringer. Jag svarar. Rösten i andra ändan är inte bekant.

”Hej, jag skulle vara intresserad av att bli medlem. Jag börjar få dålig syn.”

”Hej”, svarar jag. ”Vad fint att du hör av dig.”

Av gammal vana går jag genast in i det praktiska. Jag frågar när personen senast besökt ögonläkare, berättar att vi brukar börja med att kartlägga situationen och att vi ofta gör hembesök för att se vad vi kan hjälpa till med.

”Hur låter det här?” frågar jag.

Det blir tyst i andra ändan. Sedan kommer ett trevande svar.

”Ja, eh ... allt är ganska nytt för mig.”

Min inre varningsklocka börjar ringa ... vänta lite nu, Elin ... det ligger något mer bakom orden här ... gå inte på som en ångvält nu ... backa bandet lite ...

Samtalet känns som en utsträckt hand som trevar efter ett sammanhang och någon som förstår. Jag pausar och börjar om.

”Ingen fara, vi tar en sak i taget. Kan du berätta lite om din situation?”

Att förlora synen kommer ofta som en chock. Allting kan kännas som en enda röra, och tron på att kunna leva som förr kan vara borta. Många upplever en djup sorg som de måste bära mitt i en vardag

som nu ställer mer krav på dem än någonsin förr. När sorgen ännu är färsk kan en flodvåg av praktisk information kännas överväldigande. I den situationen kan medmänskligt stöd och förståelse vara viktigare än allt det praktiska.

Jag och mina synrådgivarkollegor jobbar med en struktur som hjälper oss att kartlägga behoven och ställa de rätta frågorna så att alla får det praktiska stöd de behöver. Strukturen fungerar, men den kan bara visa vägen – den kan inte förmedla hur en person verkligen mår. Därför måste vi vara lyhörda så att vi märker om någon tvekar i svaren eller försöker framstå som starkare än hen egentligen är. Då lägger vi strukturen åt sidan för stunden och reder ut vilket stöd personen behöver allra mest, just nu. Det här är den andra sidan av vårt jobb: att vara medmänniskan som finns där som stöd när någon är rädd, ledsen, arg eller vilsen. Den praktiska hjälpen kan vi alltid återvända till senare, när personen själv är redo att gå vidare.

”Passar det om jag ringer dig om några veckor och hör hur situationen utvecklats? Sedan kan vi tillsammans göra upp en plan för hur vi går vidare.”

Jag tror själv att arbetet som synrådgivare börjar med att man ser den utsträckta handen. Så sträck ut den bara – vi tar nog tag i den.

Tänk på nya hjälpmedel som en möjlighet!



Andreas Höglund
it-ansvarig

En mening jag med jämna mellanrum hör ute på fältet är ”Jag behöver inga hjälpmedel ännu – jag tar det sen då jag behöver det” eller ”Jag använder inte telefonen utomhus, för det bländar och jag kan inte svara när det ringer”.

Att lära sig använda nya hjälpmedel i vardagen handlar inte om att ersätta rutiner man är van med, utan om att ha flera alternativ att ta till när situationen kräver det.

Ett bra exempel är skärmläsaren VoiceOver i iPhone. Hemma, där belysningen är bra, klarar man sig kanske utan uppläsning och röststöd. Men det betyder inte att hjälpmedlen saknar värde i andra situationer. Tvärtom kan de vara till stor hjälp om man hamnar i en besvärlig situation i en obekant miljö. Då är det bra att ha lärt sig lite om tekniken på förhand.

En sådan situation kan uppstå utomhus där bländande solljus eller reflexer från snö och vatten kan göra det svårt att se skärmen tydligt. Då kan VoiceOver och andra tillgänglighetsfunktioner göra det möjligt att använda telefonen ändå.

VoiceOver har en fin funktion som är enkel att lära sig: När du blir uppringd kan du svara genom att trycka två gånger var som helst på skärmen med två fingrar. På så vis kan du svara på samtalet även om du inte ser vad skärmen visar. När samtalet är över dubbelknackar du med två fingrar igen för att avsluta

samtalet.

Den som läste förra Tekniktippet minns kanske att jag pratade varmt om Siri och röststyrning. Här kommer ett annat exempel på hur hon kan vara till nytta: säg ”Hej Siri, aktivera VoiceOver” nästa gång du ska ut på en promenad. Då slår Siri på VoiceOver-funktionen jag nyss beskrev. Får du sedan ett samtal medan du är ute och går, så kan du svara och avsluta genom att knacka två gånger med två fingrar. Och när du återvänder hem stänger du av med ”Hej Siri, avsluta VoiceOver”. Svårare än så är det inte! Öva gärna på förhand med en anhörig, om du kan, så får du en känsla för hur det fungerar i praktiken.

Det blir lätt för mycket att ta in på en gång när man bekantar sig med nya hjälpmedel. Ofta kan det ändå räcka med att man börjar med en enda sak. Redan en enda förbättring kan göra vardagen lite lättare. Tänk därför på ett nytt hjälpmedel som en möjlighet – inte som något svårt och avlägset. I mitt jobb har jag testat många praktiska funktioner som alla kan ha nytta av ibland. Ju mer man vet om dem i förväg, desto lättare blir det att använda dem sedan när det verkligen behövs. Och försämrars synen med åren, ska man passa på att lära sig så mycket man kan, så tidigt som möjligt. Den investeringen betalar sig nämligen garanterat tillbaka i framtiden. Lycka till!



Här lämnas ingen ensam

Östis är kanske liten till storleken, men desto större till betydelsen. När alla känner alla och genuint bryr sig om varandra, så har det skapats en samhörighet som medlemmarna själva beskriver som unik.

TEXT OCH FOTO: CHRISTIAN HELLMAN

För ungefär två år sedan kände **Margita Backman**, 77, sig smått nervös. Hon skulle för första gången delta i en träff anordnad av Svenska synskadade i Östnyland (Östis till vardags), men hon kände ingen av medlemmarna och visste egentli-

gen inte någonting om föreningen heller. Men oron lade sig redan i tamburen när hon hörde ordförandens röst.

– Han pratar ju ofta dialekt när han är hemmastadd, så jag tänkte att jaha, på det här stället kan

man åtminstone vara sig själv. Det kändes jättetryggt så jag gick in och frågade om man får göra så här att man bara stövlar in. Jag blev genast mottagen med öppna armar.

Margita hade levt med glaukom i tjugofem år innan hon till slut bestämde sig för att gå med i föreningen. I dag, två år senare, beskriver hon den anda och gemenskap hon upplever inom föreningen som unik.

– Det finns ingen annan förening med samma gemenskap. Här bryr man sig faktiskt om varandra.

Litenheten en styrka

Med ett femtiotal ordinarie och ett tiotal stödjande medlemmar hör Svenska synskadade i Östnyland till de mindre bland Synförbundets medlemsföreningar. Verksamheten sträcker sig ändå över ett rätt så stort område, med Borgå och Lovisa som självskrivna huvudorter.

Ordförande **Jonas Lindström** bor själv i Lovisa och har suttit i styrelsen i femton år, av vilka de tio senaste som ordförande. För honom utgör inte den traditionella programverksamheten föreningens kärna, utan han lyfter istället fram kamratstödet och känslan av att man har varandra som det allra viktigaste.

– Det man märker är att vi är som en jättestor familj. Alla är bekanta med varandra och hör efter hur de andra har det, säger han.

När alla känner alla märks det genast om någon uteblir eller inte mår bra. Och då hör man av sig. På

det här sättet har litenheten vänts till en styrka, för ingen försvinner obemärkt i mängden.

– Om man märker att nån kanske inte har det bra på något vis, så får man inte lämna ut hen, konstaterar Jonas.

Margita har själv sett hur den här omsorgen tar sig uttryck i konkret handling. Om någon som brukar vara med på träffarna plötsligt inte syns till, så ringer man upp och hör efter. Hon har redan hunnit ringa sådana samtal själv, för att ta reda på om det kanske hänt någonting, eller om någon behöver hjälp med något.

– Vi hjälper varandra med alla världens småsaker och vi ringer och håller kontakt, säger hon.

Över språkgränsen

Ett särdrag i Östis verksamhet är att den sträcker sig över språkgränsen. I praktiken tar det sig uttryck i ett nära samarbete med den finskspråkiga systerföreningen Helsingin ja Uudenmaan Näkövammaiset (HUN). HUN har sin tyngdpunkt i Helsingfors, så Östis har blivit en naturlig samarbetspartner på lokal nivå. Var för sig är de båda grupperna små, men tillsammans räcker krafterna till verksamhet som annars inte vore möjlig. Flera är medlemmar i båda föreningarna.

Nyligen ordnade de två föreningarna en gemensam utflykt till sjöfartscentret Merikeskus Vellamo i Kotka. Med på resan var Östis-medlemmen **Keijo Thesslund**, 81, från

Veckjärvi, strax utanför Borgå. Han gick med i föreningen så sent som hösten 2025, och valdes i våras till styrelsen som viceordförande.

– Tvåspråkigheten har alltid suttit naturligt här i Borgå. Båda mina föräldrar var tvåspråkiga, så det har funnits med hela tiden, berättar han.

Jonas håller med om att samarbetet med den finska sidan löper särskilt bra i Östnyland. Han lyfter också fram att de som kan båda språken måste förstå att hjälpa dem som inte kan.

– Om det är någon av oss som inte kan finska, så är det klart att man ska hitta sätt att ställa det till rätta. Jag brukar själv ibland översätta från finska när en medlem behöver det, säger han.

Två städer, flera aktiviteter

Föreningens vidsträckta verksamhetsområde ställer krav på hur aktiviteterna arrangeras. Avstånden är långa och de nya färdtjänstreglerna gör inte utmaningen lättare.

– Förr kunde man använda färdtjänsten mellan grannkommuner, men så är det inte längre. Som Lovisabo får jag åka inom Lovisa kommun och också till Borgå, för det är områdets huvudort. Men en Borgåbo har nog jättesvårt att få färdtjänst till Lovisa om hen beviljats färdtjänst enligt de nya reglerna, förklarar Jonas.

Keijo känner igen problemet.

– Min färdtjänst gäller bara Borgåområdet. Men mötena är ju också i Lovisa, och där gäller den

inte, säger han.

Utmaningarna med att ta sig till mötena är en av orsakerna till att föreningen arrangerar program på båda huvudorterna. Föreningen vill att medlemmarna ska kunna delta på lika villkor oavsett var de bor. På senare år har mängden aktiviteter i Lovisa vuxit stadigt och ligger nu på nästan samma nivå som i Borgå.

– Bland de regelbundna aktiviteter som anordnas i Borgå hör stolgymnastiken till de som drar mest folk, berättar Jonas. Men först dricker vi kaffe tillsammans – det viktigaste är att vi får sitta och språka, lägger han sedan till.

Andra särskilt populära tillställningar är Må bra-dagarna och julfesten. De brukar vardera locka mellan tjugo och tjugofem deltagare, vilket är mycket höga siffror när de ställs i relation till antalet medlemmar. När synrådgivaren och it-ansvariga från Synförbundet besöker sammankomsterna så brukar det också dyka upp många nyfikna. Om somrarna brukar föreningen också arrangera populära utfärder till Lurens i Lovisa och Postbacken utanför Borgå, där medlemmarna får njuta av sommarteater med syntolkning.

Livsglädje och välmående

Vad säger då medlemmarna till den som funderar på att gå med, men kanske ännu tvekar? Keijos budskap är entydigt.

– Kom med bara! Först känner man sig kanske liten, men när man

börjar lyssna och diskutera så märker man fort att världen inte är slut, utan att det finns möjligheter ännu. Jag blev själv väl bemött och kände mig genast hemma.

För Keijo handlar Östis i grunden om samhörighet, stöd och hopp.

– Det viktigaste är ju att mentalthälsan hålls i skick. Man ska inte bli och grubbla. Sjukdomar kommer utan att man kan göra något åt det. Men det där att få diskutera med människor som är i samma livssituation – att få vinkar om hur man ska klara sig i det dagliga livet – det är mycket viktigt. Det här är en mycket ny situation för mig själv, men livet tar inte slut på grund av en synnedsättning och föreningen öppnar nya portar, säger han.

Margita behöver bara ett ord för att sammanfatta vad hon tycker om Östis:

– Superbra!

Hon lyfter särskilt fram hur viktig den starka gemenskapen inom föreningen har varit för hennes eget personliga välmående.

– Jag fick riktigt livsglädjen tillbaka när jag gick med. Det är det bästa jag har gjort. Det är bara att komma med. Man blir väl mottagen och får vara sig själv – man behöver inte spela någon roll eller prata fint.

Inte ens de som inte längre orkar ta sig till aktiviteterna hamnar utanför gemenskapen.

– Vi försöker ändå hålla kontakten så att ingen blir lämnad utanför, försäkrar Jonas.

Svenska Teatern fick utmärkelse för syntolkning



Foto: Kasper Dalkar/Valtteri Kantanen/Marko Oikarinen

Svenska Teatern har tilldelats utmärkelsen Tillgänglighetsgärning 2026 av Synskadades förbund rf (Näkövammaisten liitto), för sitt arbete med syntolkning av teaterföreställningar. Det var fjärde gången som utmärkelsen delades ut och den gick nu för första gången till en teater.

Syntolkningen förmedlas via en mobilapp som teaterbesökaren kan ladda ned till sin egen smarttelefon. Sedan går det att lyssna till syntolkningen i hörlurar som kopplats till telefonen.

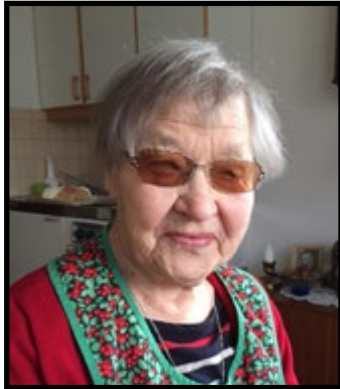
Svenska Teatern kan nu erbjuda löpande syntolkning av de flesta av sina produktioner. Av teaterns höstprogram kommer bland annat Nattland, Änglagård och Pelle Svanslös att syntolkas dagligen.

– Det är viktigt att personer med synnedsättning ska kunna gå på teater på lika villkor som andra, säger teaterchef **Joachim Thibblin**.

Svenska Teatern har utvecklat syntolkningstjänsten i samarbete med it-företaget Subtitle Cloud, med finansiering av Stiftelsen Clara.

CH

Minnesord för Aili Alexandersson



Aili Alexandersson

f. 20.9.1925

d. 4.4.2026

Aili Alexandersson avled på påsklördagen den fjärde april 2026, vid en ålder av 100 år. Hon levde ett rikt och mångsidigt liv. Hon var av naturen en smula anspråkslös.

Aili blev folkskollärare från seminariet i Ekenäs på 1950-talet. Hon prövade på läraryrket men drabbades av flera näthinneavlossningar och blev synskadad. Hon blev anställd av Svenska församlingsförbundet som blindkurator 1958. Hon väckte en viss uppmärksamhet bland andra synskadeorganisationer när hon startade Syntjänsten i Helsingfors. En verksamhet som senare fick flere efterföljare på andra orter i Svenskfinland. Aili Alexandersson reste omkring i Svenskfinland och sökte upp synskadade människor. År 1965 tog hon en blindskoltjänst vid Huseby i Norge, eftersom inte hon fick någon sådan tjänst i det egna landet.

1972–1973 återvände Aili för ett sabbatsår till Finland. FSS hade då fått sin första statliga anpassningstjänst, vilket var början till dagens synrådgivartjänster inom FSS. Hon ordnade den första anpassningskursen för nysynskadade på semesterhemmet Onnela i Tusby. Samtidigt reste hon runt i Svenskfinland och startade upp de sju kretsarna som sedermera blivit de sju medlemsföreningarna i det nuvarande Synförbundet.

Sammanlagt tjänstgjorde Aili 30 år i Norge och bosatte sig som pensionär därefter på Åland, efter en period i Helsingfors. I ett nötskal säger Aili själv om sitt långa liv ”Mitt liv har ändå blivit så här långt och mitt yrkesliv var också ganska långt. Och då hinner man så mycket, särskilt då man som ung finner sin kallelse. Jag skulle bli lärare, men när inte det gick fick jag den fantastiska ingivelsen att bland dom synskadade finns det en uppgift Och jag tänkte blind eller seende – livet är viktigt för de synskadade”.

Aili Alexandersson är känd för att vara en förkämpe för punktskriften och hon erhöll för sitt arbete bland landets synskadade av statsmakten i Finland förtjänstkorset av Finlands lejons orden och blev också hedersmedlem i FSS.

Karl-Oscar Skogster

Socialvårdslagen på remiss

Lagförslaget som ska revidera socialvårdslagen har nu skickats på remiss. Det är 413 sidor långt och innehåller flera otydliga paragrafer och motiveringar. Remisstiden är kort. Den förhastade beredningen märks som otydlighet och vissa förslag föll bort på grund av tidsbrist. Trots det uppnås sparmålet på 100 miljoner euro. Avgifterna i hemvården och dygnetruntomsorgen höjs. Men värre är att socialservicen ändras i grunden. Servicebedömningen, den inledande kartläggningen där klientens individuella behov och önskemål reds ut, föreslås slopas helt. Den ersätts med en mer lösryckt behovsbedömning utan tidsfrister och utan fastställda dokumentationskrav. Klientplanen, som fördjupar och kompletterar servicebedömningen, hålls kvar. Dock höjer man tröskeln för att göra en sådan och minskar de detaljerade kraven på innehåll. Eftersom paragraferna om servicebedömningen och klientplanen är allmänna processbestämmelser, gäller de även funktionshindersservicelagen. Kartläggningen har betydelse dels för att avgöra vilket slag av service som ska beviljas, allmän socialservice eller funktionshinderservice, dels för att avgöra servicens omfattning. Kartläggningen och avvägningen kommer alltmer sällan att göras av en socialarbetare, och färre klienter får en egen kontaktperson. Det gäller även personer med funktionsnedsättning.

Sparmål kontra etik

I propositionen föreslås att kostnadseffektivitet blir en lagstadgad princip för socialservicen. I Sverige och Danmark är kostnadseffektivitet klart underordnad de etiska principerna inom hälso- och sjukvården, men i Finland ska kostnadseffektiviteten inte tydligt underordnas etiska principer såsom jämlikhet och människovärdets okränkbarhet. I Norge används liknande principer främst inom specialsjukvården, inte inom socialservicen. Finland går alltså längre än de andra nordiska länderna när det gäller principernas rangordning. I de andra länderna är kostnadseffektivitet inom socialservicen dessutom inte en lagstadgad princip.

Vårdkameror riskerar ersätta mänsklig kontakt

Förslaget om tekniska lösningar i hemservice och serviceboenden behandlas nu i grundlagsutskottet för andra gången. Kvar finns frågor om när, hur och hur länge teknik såsom vårdkameror, rörelsesensorer och smarta armband får användas utan klientens och de anhörigas samtycke, och hur privatlivet ska skyddas. Frågan är också hurdana krav som ska ställas på yrkespersonerna som fattar besluten. Synförbundet anser att teknik ska användas på ett reglerat och människovärdigt sätt med målet att minska ensamhet, inte att ersätta mänsklig kontakt. Klienten bör ges verklig möjlighet att tacka nej – utan rädsla för att bli utan service.

Synförbundets vårmöte hyllade Gunilla Löfman



Synförbundet höll sitt stadgeenliga vårmöte tisdagen den 19 maj 2026. Sammanlagt 46 röstberättigade medlemmar deltog på plats i Synvillan i Helsingfors och via distansuppkoppling från distriktsföreningarnas verksamhetsutrymmen.

Diskussionen leddes av mötesordföranden **Stefan Andersson**. Mötet inleddes med en tyst minut till minne av de medlemmar som avlidit under året.

Verksamhetsberättelsen för 2025 behandlades punkt för punkt. Året präglades av att förbundet bytte namn från Förbundet Finlands Svenska Synskadade till

Finlands svenska synförbund och ändrade sina stadgar så att även personer med lindrigare synnedsättning kan bli ordinarie medlemmar. Under genomgången

efterlystes tydligare uppgifter om medlemsantal och medlemsmöten, och verksamhetsberättelsen godkändes med detta tillägg.

Bokslutet för 2025 behandlades och budgetjämförelsen antecknades för kännedom. Efter att revisorernas berättelse upplästs fastställdes bokslutet, varefter styrelsen, verksamhetsledaren och övriga redovisningsskyldiga beviljades ansvarsfrihet. Mötet godkände också den justerade budgeten för 2026 och beslutade att inte tillsätta något valberedningsutskott inför höstmötet.

Vårmötes varmaste stund kom mot slutet, när **Gunilla Löfman** enhälligt utsågs till hedersordförande för Synförbundet. I motiveringen lyftes hennes långa tid som ordförande fram, liksom hennes insatser för namnbytet, förbundets ekonomi och medlemsfrågor.

I sitt tacktal blickade Gunilla tillbaka på sina första steg inom förbundet i slutet av 1990-talet och mindes de personer hon såg som sina läromästare. Hon betonade att förbundsarbete alltid är ett lagarbete.

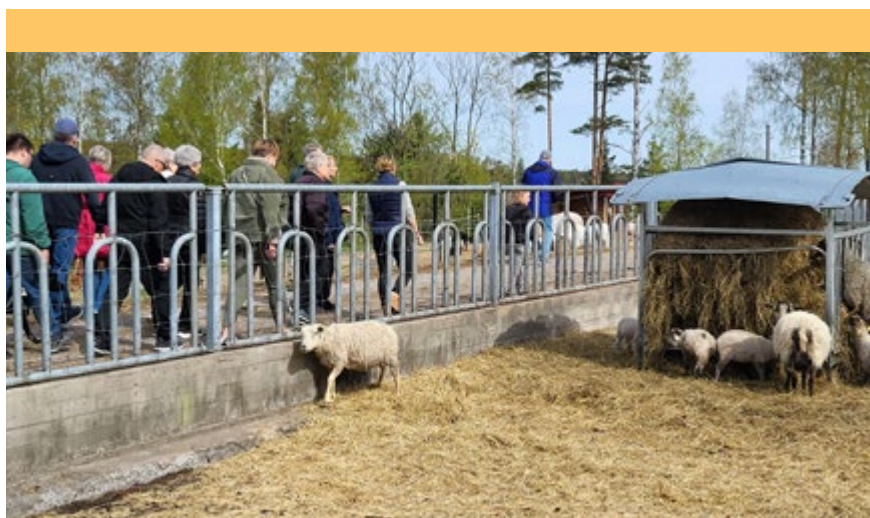
– Ensam gör man ingenting, sade hon, och tackade både tidigare styrelsekolleger och de anställda på kansliet.

Gunilla gjorde samtidigt klart att engagemanget

inte tar slut med titeln. Hon tänker bära den så länge hon lever och fortsätta vara aktiv, särskilt i Åboland.

– Än blir ni inte av med mig, konstaterade hon avslutningsvis.

CH



Västis avslutade våren bland kossor och troll

På Västis våravslutning den 9 maj gjorde vi en utflykt till Bromarv. Bussen tog oss först till Rilax gård. Där fick vi besöka korna som redan verkade riktigt taggade att få komma ut, trots att det ännu var en vecka kvar till kosläppet. Vi fick också ta del av gårdens och nejdens historia, bland annat om slaget vid

Rilax. Måltiden som vi blev serverade var lagad på kött från gården. Vi åkte även till Bromarv centrum för att se trollsulpturerna i Trollparken, kika in i butikerna och ta en kaffe på Theodors. Totalt deltog 30 av föreningens medlemmar i utflykten.

Text Alexandra Helander

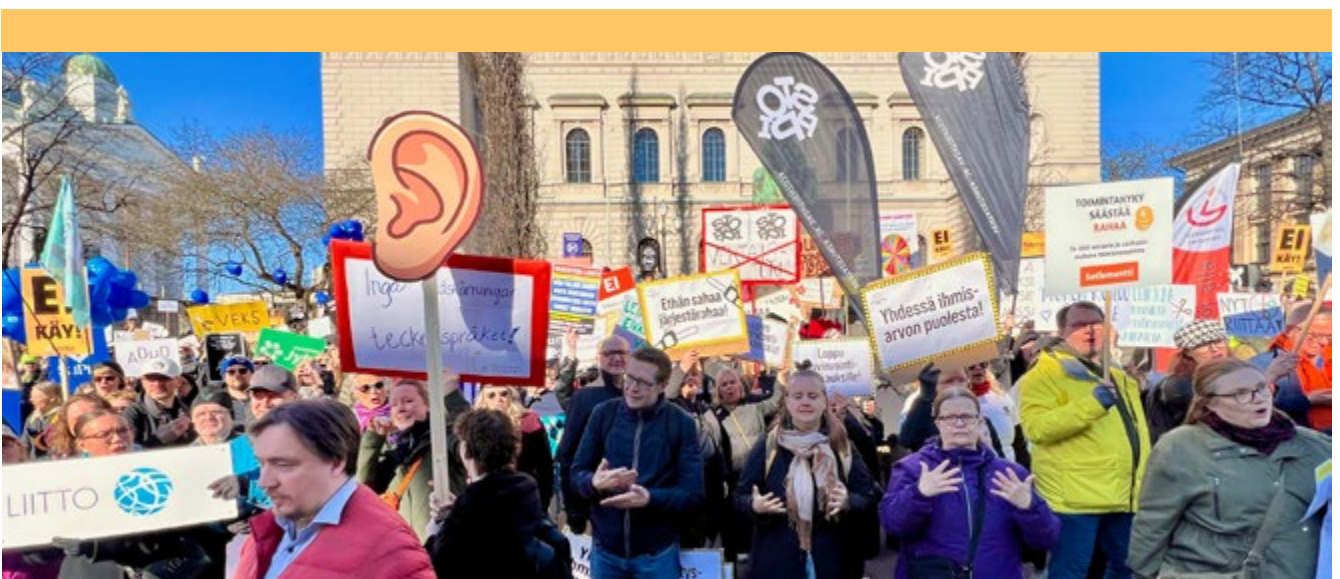
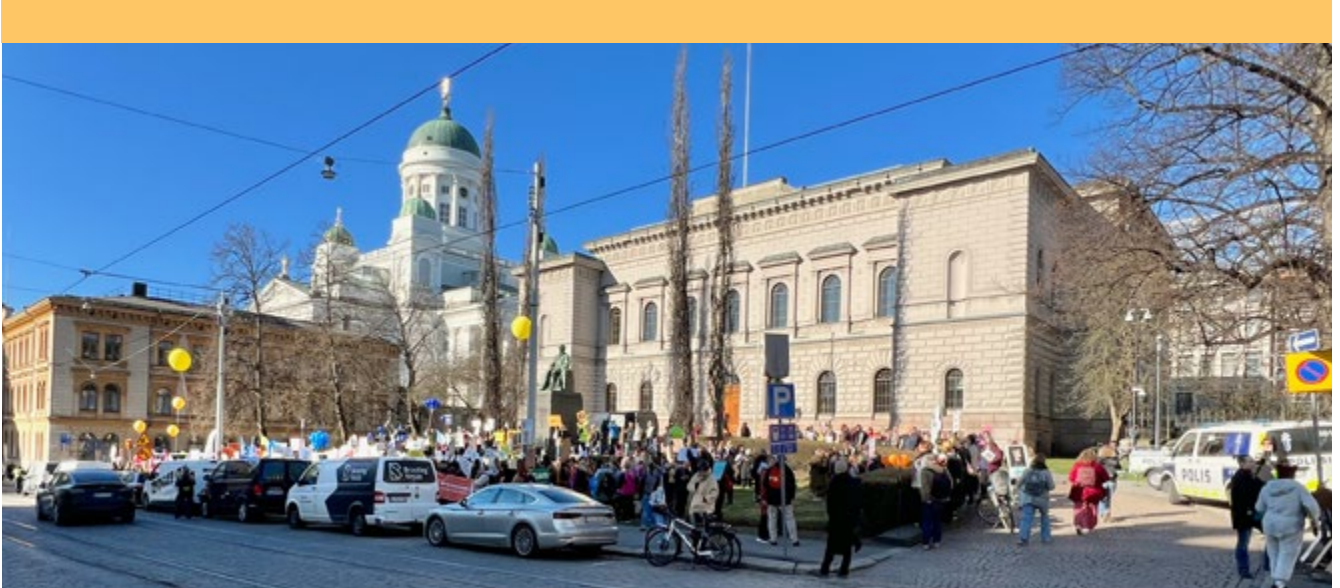


Synförbundet på parkettplats när tredje sektorn demonstrerade mot regeringens nedskärningar

Hundratals demonstranter från över hundra organisationer inom tredje sektorn samlades utanför Ständerhuset i Helsingfors tisdagen den 21 april. Platsvalet var medvetet: innanför inledde regeringen samtidigt sina ramförhandlingar om statsfinanserna. Bland plakaten återkom en gemensam symbol – saxen, en hälsning till finansminister **Riikka Purra** (Sannf), som poserade med en stor sax inför sin första budget-

förhandling 2024. Bakom demonstrationen ”Stopp för välfärdsnedskärningarna!” stod social- och hälsoorganisationernas takförbund SOS-TE. Demonstranterna krävde att regeringen avstår från de planerade nedskärningarna i organisationernas statsunderstöd, som försämrar stödet till människor i utsatt ställning. Regeringen har redan beslutat att skära omkring 140 miljoner euro – nästan 40 procent av understöden

– och i ramförhandlingarna väntades nya nedskärningar. Från podiet talade riksdagsledamöter ur flera oppositionspartier samt ett flertal erfarenhetstalare. De finlandssvenska organisationerna var välrepresenterade. Synförbundet demonstrerade sida vid sida med paraplyorganisationen SAMS och flera av dess medlemsförbund.
CH



ÅLANDS SYNSKADADE

Verksamhetscentret håller sommarstängt från torsdagen den 18.6 till måndagen den 17.8. Vi önskar er alla en riktigt fin och avkopplande sommar!

Höstens promenader börjar den 24.8. Vi samlas till höstens första promenad måndagen den 24.8 kl 13 vid torgtaket. I höst startar alla promenader vid "torgtaket". Vi går olika rutter i centrala Mariehamn. Den som vill stannar kvar efter promenaden och fikar tillsammans. Promenaden beräknas ta mellan 45 minuter och en timme.

När:
Måndagar kl 13. Startar 24.8
Plats:

Promenaderna startar vid torgtaket i Mariehamn.

Anmälan:
Till kansliet senast två timmar innan promenaden

Sinnenas dag den 1.9. Varmt välkommen till en inspirerande dag där vi tillsammans får utforska kroppens alla sinnen på olika spännande och utmanande sätt. Tessa Bamberg och Henrika Mercadante från Synförbundet samt andra intressanta gäster delar dagen med oss. Plats och tid meddelas senare.

När:
Tisdag 1.9
Plats:
Folkhälsans hus i Mariehamn
Anmälan:
Drop in under dagen.

Medlemsresa till Italien för kultur och rekreation. Föreningen ordnar en gemensam resa med direktflyg från Mariehamn. Det finns i skrivandets stund ett par platser kvar. Är du intresserad ska du så snart som möjligt kontakta oss för mera information.

När:
Lördag 19.9 till lördag 26.9
Plats:
Verksamhetscentret Ankaret
Anmälan:
Kontakta kansliet så snart som möjligt

Höstens simning börjar den 21.8.

Höstens simning i Folkhälsans allaktivitetshus terapibassäng. Välkommen till en lugn och skön stund i vattnet tillsammans med Nina Sjöholm. Simningen passar dig som vill röra på dig i en trivsamt miljö och njuta av gemenskapen.

När:
Fredagar kl 13 med start 21.8
Plats:
Folkhälsans bassäng i Mariehamn

Anmälan:
Till kansliet och drop in

Kontaktuppgifter
Ålands synskadade
Besöksadress:
Johannebovägen 7, Strandnäs
Tfn 040-68 00 950
E-post info@syn.ax

Vid brådskande ärenden
kontakta styrelseledamot Björn Lindfors på tfn 040-652 85 58.

Ålands hälso- och sjukvård
Synhabiliteringen öppen tisdag–torsdag och nås via ögonmottagningens telefon-tid måndag–fredag kl 8–9, tfn 018-535 277.

Socialkurator
Via ÅHS växel, tfn 018-5355
Be att få tala med ögonmottagningens socialkurator.

Synförbundet
Synrådgivare Stina Nygård kan kontaktas på tfn 050-595 4377, e-post: stina.nygard@synforbundet.fi

Funktionsrätt Åland
Tfn +358 (0)18 22 360,
e-post: info@handicampen.ax

NORRA ÖSTERBOTTENS SVENSKA SYNSKADADE

Vi syntolkar **Pedersöre Teaters föreställning "Bröllop och jäkelskap"** som är en uppföljning till "Snålvatten och jäkelskap", tisdagen 30.6 kl 19 vid Åliden i Purmo. Biljetter med grupprabatt kostar 25 euro. Anmäl gärna så snart som möjligt och senast 23.6 till Fyren.

Kansliet är semesterstängt under tiden 1.7–9.8.

Vid brådskande ärenden kan man kontakta ordförande Bengt Ahlvik, tfn 0500-778 694.

Efter sommarpausen inleder vi verksamheten igen med **föreningsträff** 1.9 kl 18 på Fyren.

It-kursen för personer med synnedsättning startar i början av september på Fyren. Anmälda deltagare informeras separat om gruppindelning och tider.

I samarbete med Folkhälsan ordnas på onsdagar vid Östanlid: **gymträning** kl 11–12 samt vattengympa, grupp 1 kl 11.45 och grupp 2 kl 12.30. Höstterminen inleds 9.9.

Höstens första Trivselcafé – träffar för seniorer med nedsatt syn – hålls prel.

tisdag 18.8 kl 13–15 vid Terjärv församlingshem. Följande gång blir 29.9. Info och anmälan: Rosita Kulalahti, tfn 050-3444 695.

Mimoselgruppen i Jakobstad samlas jämna måndagar med Maja Renvall-Höglund som ledare, nästa Mimoselträff blir 14.9 och följande 28.9.

Flora-Mimosel-gruppen med Maja Renvall-Höglund startar tisdag 15.9 kl 13.30 på Florahemmet i Nykarleby.

Punktskriftsundervisningen på Fyren inleds 16.9. Leif Nybohms grupp samlas kl 9 och **Till Punkt & Pricka** med Maja Renvall-Höglund kl 14.

Handarbetsgruppen Rätstickorna träffas udda måndagar med Agneta Cederberg, nästa träff blir 21.9 och därpå följande 5.10.

En tisdag i månaden har vi **Kara Café** kl 12.30–14 på Fyren. Nästa Kara Café hålls tisdagen 22.9.

Föreningens lunchträffar ordnas i regel sista fredagen i månaden. Lunchträffen i september hålls 25.9.

I stället för sedvanlig

föreningsträff i oktober ordnas **en historisk afton** vid Furirbostället i Oravais, fredagen 9.10 kl 17.30. Berndt Berglund framför skådespelet "Döden andas liv" – en monolog som han skrivit om Erik Magnus Staël von Holstein, Sveriges ambassadör i Paris under franska revolutionen. Efter den syntolkade föreställningen följer en föreläsning i ämnet och middag enligt 1700-tals meny.

Busstidtabell:

Karleby busstation kl 16
Öja kl 16.10

Larsmo Holm kl 16.25

Jakobstad Fyren kl 16.40

Nykarleby kl 17.05

Munsala kl 17.15

Mera info på www.fss.fi/noss, Facebook och ÖT:s minneslista på tisdagar och fredagar eller av Ann-Sofie Grankulla, som tar emot anmälningar på tfn 044-7234 888 och via e-post: noss@multi.fi

Synrådgivare Peter Koskinen nås på tfn 050-471 2763 (måndag–torsdag) eller via e-post: peter.koskinen@synforbundet.fi

Synvinkelns läsare tillönskas en solig och skön sommar!

Hälsar NÖSS

VASA SVENSKA SYNSKADADE

Från Vasa önskar vi Er alla en riktigt härlig sommar fylld av ögonblick som blir till vackra minnen.

Vårt verksamhetscenter
Lyktan håller stängt under tiden 15.6–3.8.

Har du några **ärenden under sommarstängningen** vänligen kontakta ordförande Bernt Snygg på tfn 050-520 6235.

Verksamhetsledaren **Lisen börjar jobba igen** tisdagen 4.8 och nås på tfn 045-321 3320.

Trivselcafé i Vasa och Närpes

I samarbete med Folkhälsans förbund ordnas första trivselträffen vid Lyktan tisdagen 25.8 kl 13–15. Petra Högnäs tar oss med på en resa till Island. Synrådgivaren Malena Stenkull deltar också, så möjlighet till synrådgivning finns.

Anmälan kan göras till Lisen på kansliet senast måndagen 24.8 före kl 13.

Vid Folkhälsanhuset (södra ingången) i Närpes ordnas **höstterminens första trivselträff** tisdagen 18.8 kl 13–15.

Synrådgivaren och verksamhetsledaren deltar.

Anmälan kan göras till Malena Stenkull eller Lisen på kansliet senast måndagen 17.8 före kl 13.

Lunchträffar

Stödjande gemenskap i form av lunchträffar som i regel ordnas en gång i månaden. Ett trevligt tillfälle att ses, äta lunch och umgås tillsammans. Kom som du är och få lite extra vardagsglädje runt lunchbordet.

Kontakta Bernt Snygg på tfn 050-520 6235 för mera info.

Höstvandring

Vi ordnar en höstvandring med förhoppningar om att få höra tranorna vid Söderfjärden innan de flyger längre söderut. Vandringen sker tisdagen 8.9 och vi börjar med lunch vid restaurang Fredrikas i Solf (tiden informeras senare). Vi går via Solf kyrka, Stundars, Söderfjärdens pumpstation och till Meteorian, en sträcka på totalt 7,4 km. Vandringen avslutas med en guidning vid Meteorian.

Anmäl dig till Lisen på kans-

liet senast 20.8.

Punktskrift

Små prickar som ger stora möjligheter. Punktskriftsläraren Ritva Hagelberg gör inläringen lätt, rolig och fylld av små utmaningar.

Undervisningen är individuell och vi träffas 1 gång/vecka. Höstterminens kurs startar onsdagen 9.9.

Anmäl ditt intresse till Lisen på kansliet senast 2.9 före kl 13.

Balansträningar i samarbete med Folkhälsans förbund Vid Seniorpunkten i Korsholm fortsätter **sittande gymnastik** med Malin Knip på måndagar kl 10–10.45 och **anpassad stående gymnastik** kl 11–11.45. Höstterminen i Korsholm pågår 31.8–7.12 (paus 9.11).

Anmälan görs till Malin Knip på tfn 044-788 1081.

Vid Wasahuset, Wasaborgsgränd fortsätter **seniorgymnastiken** med Ida Berg på onsdagar. **Sittande gymnastik** kl 10–10.45 och **anpassad stående gymnastik** kl 11–11.45. Höstterminen i

Vasa pågår 2.9–2.12.

Anmälan görs till Ida Berg på tfn 044-788 3753.

Vattengymnastik i samarbete med Folkhälsans förbund I Korsholm hålls vattengymnastiken varje fredag kl 16.15–17, höstterminen pågår 28.8–4.12 (paus 16.10). Ledaren heter Jenni Villanen.

Anmäl dig till Lisen på kansliet senast 17.8 före kl 13.

Kamratstödet

Kamratstödpersonerna ringer runt till ordinarie medlemmar i föreningen. Ni kan vänta Er ett trevligt samtal av följande kamratstödjare:

Kerstin Lillbåsk
för Sydösterbotten
tfn 050-369 5997

Britten Nylund
för Vasa med omnejd
tfn 046-632 5067

Susanne Granholm
för Vasa med omnejd
tfn 050-517 4743

Lilian Söderman
tfn 050-353 2054

Vill du som medlem prata

med någon av dessa personer är det bara att slå en signal.

Kontaktinformation

Alla anmälningar görs till verksamhetsledare Lisen Vestlin, tfn 045-321 3320 (må–to kl 9–14) eller per e-post: vasasynskadade@gmail.com

Övriga tider och ifall att verksamhetsledaren inte svarar kan man kontakta ordförande Bernt Snygg, tfn 050-520 6235.

Du hittar även info om oss på www.fss.fi/distriktsforeningar/vasa eller på vår facebookside www.facebook.com/vasasynskadade/

Vår synrådgivare Malena Stenkull är anträffbar i Vasa på Korsholmsesplanaden 44, 2:a våningen, nås på tfn 050-561 2950 (måndag–torsdag) eller via e-post: malena.stenkull@synforbundet.fi

VSS taltidningsstödspersoner:

Christer Strömbäck
tfn 0400-764 138
prenumerationer i Vörå, Korsholm, Vasa och Malax
Pontus Westmalm, tfn 045-221 3233, prenumera-

tioner i Korsnäs, Närpes och Kristinestad

Vår it-stödperson är

Tom Lillas
tfn 045-189 0802
e-post: lillastom@gmail.com

Synrehabilitering vid Österbottens välfärdsområde:

Rehabiliteringskoordinator för vuxna personer med synnedsättning, tfn 040-728 8046

Rehabiliteringskoordinator för barn med synnedsättning,

tfn 044-323 2425.

ÅBOLANDS SYNSKADADE

Hej Åbolänningar! Här nedan hittar ni info om vår utfärd till Nagu och om våra lokala lunchträffar!

Utfärden till Nagu ordnas onsdagen den 5.8. Vår guide är Tove Eriksson. Guidningen börjar i Pargas. Vår lunch äter vi kl 12.30 på restaurang Båthuset som ligger mitt i gästhamnen. Efter lunchen besöker vi Sjöfartshuset och Kyrkan. Sedan smakar det gott med kaffe och dopp under äppelträden hos Köpmans innan färden startar hemåt.

Deltagaravgiften är 30 euro och den betalas kontant under dagen. I avgiften ingår transporter till och från utfärdsbussen, buss, lunch, guidning, inträdesbiljetter och eftermiddagskaffe.

När anmälningstiden gått ut får deltagarna meddelande om tidtabellen för den egna lokala transporten till utfärdsbussen. Den startar från Kimito centrum kl 9.30. Ca kl 10.25 är bussen i S:t Karins där de som kommer från Reso, Åbo och S:t Karins stiger på innan bussen kör vidare till Folkhälsans hus i Pargas. Därifrån startar den kl 11.

Vi planerar returen så att vi är tillbaka vid Folkhälsans

hus kl 16.45, i S:t Karins ca kl 17.10 och i Kimito centrum ca kl 18.

Anmäl er senast måndagen den 27.7 till Gunilla 0400-950 446 eller Maj-Britt 040-717 6918. Kom också ihåg att anmäla eventuella dieter och allergier.

För utfärden har föreningen finansiering från Kulturfonden/Åboland och Nagu Sparbanksstiftelse.

De två **lokala lunchträffarna** ordnas tisdagen den 25.8 kl 13. Den ena ordnas på Restaurang Kaarina, Uimar-annantie 58 i S:t Karins och den andra på Road café Yttis, Ytterkullavägen 1 i Dragsfjärd.

Anmäl er senast måndagen den 17.8 till Gunilla 0400-950 446 eller Maj-Britt 040-717 6918.

Ingen deltagaravgift, var och en betalar sin lunch. Föreningen ordnar transport till och från träffarna. När alla som vill med anmält sig planeras rutterna och tidtabellerna för dem. Föreningen har delfinansiering från Stiftelsen Clara för transporterna.

Välkommen med både till Nagu och på lunchträffarna.

SVENSKA SYNSKADADE I VÄSTNYLAND

Lördag 5.9 Villa Dalby,
Folkhälsans utedag i Esbo.

Anmälan har gått ut, men om du ännu är intresserad, kolla med Alexandra.

Torsdag 17.9

Utflykt till Brödtorp äppelträdgård i Skuru.

Vi får höra kring gården och provsmaka äpplen, lunch ordnas. Eventuell deltagaravgift ännu oklar. Samtransport ordnas men rutt ännu oklar. Anmälan 19.8.

Lördag 12.9 kl 13

Månadsmöte på Lyan,

"Mina rättigheter som synskadad". Anmälan 8.9.

Onsdag 16.9 kl 15

Herrklubben på Lyan.

Onsdag 23.9 kl 15.30

Läslusar på Lyan.

Onsdag 23.9 kl 18

Frågesport på Lyan.

Alexandra når du på 040-77 86 295 eller ssvn@brev.fi

SVENSKA SYNSKADADE I ÖSTNYLAND

Folkhälsans Kvartersklubb

på söndag 16.8 kl 10–14,
MBCT, mental träning i grupp
med Jonas Svarholt.

Alexandersbågen 12 B, Borgå.
Jonas 040-964 4672.

Folkhälsans Kvartersklubb

på tisdag 25.8 kl 10–11.30,
stoljumba med Salla.

Alexandersbågen 12 B, Borgå.

Hörnan

på torsdag 3.9 kl 10–11.30.

Kaffe med dopp 5 euro.

Sibeliusgatan 3, Lovisa.

Villa Dalby, Esbo

på lördag 5.9 kl 10–14.30.

Folkhälsans Kvartersklubb

på tisdag 15.9 kl 10–11.30.

Stoljumba med Salla.

Alexandersbågen 12 B, Borgå.

SVENSKA SYNSKADADE I MELLERSTA NYLAND

Dags att ta en sommarpaus
från verksamheten. En del
förändringar väntar oss i
höst. Vi fortsätter med må-
nadsträffar i Helsingfors och
Esbo. Eftersom Folkhälsan
renoverar Brunakärrhuset på

Mannerheimvägen 97 från
augusti under 1–2 år, kan vi
inte ordna soppluncher eller
annan verksamhet där.

Träffarna i Helsingfors

blir i Högbergssalen på
Högbergsgatan 10 (nära
Johanneskyrkan)

Träffarna i Högbergssalen
ordnas måndagarna 24.8,
28.9, 26.10 och 23.11 kl
13–15.

Träffarna i Esbo

fortsätter i Folkhälsanhuset i
Hagalund, Vindgränden 6.

Träffarna i Hagalund ordnas
torsdagarna 10.9, 8.10, 12.11
och 10.12 kl 13–15.

Var övrig verksamhet ordnas,
till exempel Styrka och
balans, återkommer jag till
så fort jag vet svaret.

Kom ihåg att vi gör en

utfärdsdag till Villa Dalby

i Esbo lördagen den 5.9.

Anmäl dig om du inte redan
gjort det.

Tack för gott samarbete!

Skön sommar!

Irina

Verksamhetskoordinator

Kansliet tar sommarpaus
17.6–9.8.

Den 10.8 kan du nå oss igen.

tfn 0400-269 553

kansliet@ssmn.fi

ANNONS

Ha en riktigt skön sommar!



1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8. 9. 10. 11. 12. 13. 14. 15. 16. 17. 18. 19. 20. 21. 22. 23. 24. 25. 26. 27. 28. 29. 30. 31. 32. 33. 34. 35. 36. 37. 38. 39. 40. 41. 42. 43. 44. 45. 46. 47. 48. 49. 50. 51. 52. 53. 54. 55. 56. 57. 58. 59. 60. 61. 62. 63. 64. 65. 66. 67. 68. 69. 70. 71. 72. 73. 74. 75. 76. 77. 78. 79. 80. 81. 82. 83. 84. 85. 86. 87. 88. 89. 90. 91. 92. 93. 94. 95. 96. 97. 98. 99. 100. 101. 102. 103. 104. 105. 106. 107. 108. 109. 110. 111. 112. 113. 114. 115. 116. 117. 118. 119. 120. 121. 122. 123. 124. 125. 126. 127. 128. 129. 130. 131. 132. 133. 134. 135. 136. 137. 138. 139. 140. 141. 142. 143. 144. 145. 146. 147. 148. 149. 150. 151. 152. 153. 154. 155. 156. 157. 158. 159. 160. 161. 162. 163. 164. 165. 166. 167. 168. 169. 170. 171. 172. 173. 174. 175. 176. 177. 178. 179. 180. 181. 182. 183. 184. 185. 186. 187. 188. 189. 190. 191. 192. 193. 194. 195. 196. 197. 198. 199. 200. 201. 202. 203. 204. 205. 206. 207. 208. 209. 210. 211. 212. 213. 214. 215. 216. 217. 218. 219. 220. 221. 222. 223. 224. 225. 226. 227. 228. 229. 230. 231. 232. 233. 234. 235. 236. 237. 238. 239. 240. 241. 242. 243. 244. 245. 246. 247. 248. 249. 250. 251. 252. 253. 254. 255. 256. 257. 258. 259. 260. 261. 262. 263. 264. 265. 266. 267. 268. 269. 270. 271. 272. 273. 274. 275. 276. 277. 278. 279. 280. 281. 282. 283. 284. 285. 286. 287. 288. 289. 290. 291. 292. 293. 294. 295. 296. 297. 298. 299. 300. 301. 302. 303. 304. 305. 306. 307. 308. 309. 310. 311. 312. 313. 314. 315. 316. 317. 318. 319. 320. 321. 322. 323. 324. 325. 326. 327. 328. 329. 330. 331. 332. 333. 334. 335. 336. 337. 338. 339. 340. 341. 342. 343. 344. 345. 346. 347. 348. 349. 350. 351. 352. 353. 354. 355. 356. 357. 358. 359. 360. 361. 362. 363. 364. 365. 366. 367. 368. 369. 370. 371. 372. 373. 374. 375. 376. 377. 378. 379. 380. 381. 382. 383. 384. 385. 386. 387. 388. 389. 390. 391. 392. 393. 394. 395. 396. 397. 398. 399. 400. 401. 402. 403. 404. 405. 406. 407. 408. 409. 410. 411. 412. 413. 414. 415. 416. 417. 418. 419. 420. 421. 422. 423. 424. 425. 426. 427. 428. 429. 430. 431. 432. 433. 434. 435. 436. 437. 438. 439. 440. 441. 442. 443. 444. 445. 446. 447. 448. 449. 450. 451. 452. 453. 454. 455. 456. 457. 458. 459. 460. 461. 462. 463. 464. 465. 466. 467. 468. 469. 470. 471. 472. 473. 474. 475. 476. 477. 478. 479. 480. 481. 482. 483. 484. 485. 486. 487. 488. 489. 490. 491. 492. 493. 494. 495. 496. 497. 498. 499. 500. 501. 502. 503. 504. 505. 506. 507. 508. 509. 510. 511. 512. 513. 514. 515. 516. 517. 518. 519. 520. 521. 522. 523. 524. 525. 526. 527. 528. 529. 530. 531. 532. 533. 534. 535. 536. 537. 538. 539. 540. 541. 542. 543. 544. 545. 546. 547. 548. 549. 550. 551. 552. 553. 554. 555. 556. 557. 558. 559. 560. 561. 562. 563. 564. 565. 566. 567. 568. 569. 570. 571. 572. 573. 574. 575. 576. 577. 578. 579. 580. 581. 582. 583. 584. 585. 586. 587. 588. 589. 590. 591. 592. 593. 594. 595. 596. 597. 598. 599. 600. 601. 602. 603. 604. 605. 606. 607. 608. 609. 610. 611. 612. 613. 614. 615. 616. 617. 618. 619. 620. 621. 622. 623. 624. 625. 626. 627. 628. 629. 630. 631. 632. 633. 634. 635. 636. 637. 638. 639. 640. 641. 642. 643. 644. 645. 646. 647. 648. 649. 650. 651. 652. 653. 654. 655. 656. 657. 658. 659. 660. 661. 662. 663. 664. 665. 666. 667. 668. 669. 670. 671. 672. 673. 674. 675. 676. 677. 678. 679. 680. 681. 682. 683. 684. 685. 686. 687. 688. 689. 690. 691. 692. 693. 694. 695. 696. 697. 698. 699. 700. 701. 702. 703. 704. 705. 706. 707. 708. 709. 710. 711. 712. 713. 714. 715. 716. 717. 718. 719. 720. 721. 722. 723. 724. 725. 726. 727. 728. 729. 730. 731. 732. 733. 734. 735. 736. 737. 738. 739. 740. 741. 742. 743. 744. 745. 746. 747. 748. 749. 750. 751. 752. 753. 754. 755. 756. 757. 758. 759. 760. 761. 762. 763. 764. 765. 766. 767. 768. 769. 770. 771. 772. 773. 774. 775. 776. 777. 778. 779. 780. 781. 782. 783. 784. 785. 786. 787. 788. 789. 790. 791. 792. 793. 794. 795. 796. 797. 798. 799. 800. 801. 802. 803. 804. 805. 806. 807. 808. 809. 810. 811. 812. 813. 814. 815. 816. 817. 818. 819. 820. 821. 822. 823. 824. 825. 826. 827. 828. 829. 830. 831. 832. 833. 834. 835. 836. 837. 838. 839. 840.

Foto: iStock.com/0meer