

3 Upp ur gropan?
Debatten fortsätter

4 På FSS kurser rör man
på sig på många sätt

14 Börje i Ekenäs är
fotbollens röst

Synvinkel

4 • 2023 FÖRBUNDET FINLANDS SVENSKA SYNSKADADES ORGANISATIONSTIDNING

8 Bär du mig upp till himlen nu?



I DENNA TIDNING

4 • 2023

LEDARE

3 Upp ur gropen!

ARTIKLAR

- 4 FSS kurs: "Vi prövade på alla möjliga sätt att röra oss!"
- 8 Marie Hav Lundqvist: "Man kan se med hjärtat också"
- 14 Börje Broberg i Ekenäs är de synskadades Enzoio Sevón
- 18 Brittens eget smultronställe

DEBATT

- 22 Skapar WHO:s rekommendationer rättvisa?
- 23 Utmaningar nu och i framtiden
- 25 Från diagnos till behov

KOLUMN

26 Hur planerar du din sommar?

AKTUELLT I DISTRIKTEN

28 Kalendernytt

Synvinkel

Synvinkel är organisationstidningen för **Förbundet Finlands Svenska Synskadade**.

Tidningen utkommer med 8 nummer per år i svartskrift, punktskrift, som taltidning, tillgänglig pdf och i rtf-format, se www.fss.fi. Kan också fås som e-postbilaga. Årgång 112.



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

Chefredaktör: Nina Winquist
Tfn 044 712 30 17, e-post: nina.winquist@fss.fi

Layout: Nina Winquist
Tryck: Forsberg, Jakobstad
Papper: Obestruket Multioffset 120 g
Typsnitt: PT Sans 12,8 pkt

Prenumerationer och adressändringar:
FSS kansli, tfn 09 6962 300,
e-post: kansliet@fss.fi
Nästa tidning utkommer 4.9.
Deadline 3.8.



■ **På pärmen:** Marie Hav Lundqvist bärs på svärsonen Alex' rygg upp längsmed en smal bergsstig i Norge. I bakgrunden syns bergstoppar och blå himmel. Alex och Marie tittar nöjda in i kameran och ler.
FOTO: Privat.

LEDARE

Upp ur gropen!

I min ledare i årets första Synvinkel ställde jag följande frågor: Är vi beredda att ta tillvara de resurser som personerna med funktionella synproblem kan tillföra FSS:s och distriktsföreningarnas verksamhet? Har ett utökat antal ordinarie medlemmar betydelse för vår intressebevakning? Behöver vi i takt med tiden ändra namnet på vår organisation?

Vi är olika. Jag saknar de erfarenheter av att leva som helt blind som de personer som deltagit i debatten kring mina frågor har. De vet att jag respekterar dem och jag vet att de respekterar mig. Det som känns svårt för mig som har synrester är att kunna förklara vad visus och funktionella synnedsättningar handlar om för alla läsare som aldrig kunnat se.

Jag upplever att det till mina ordförandeuppgifter hör att följa med de förändringar som sker omkring FSS. I den här tidningen hittar du de tre artiklarna "Skapar WHO:s rekommendationer rättvisa?", "Utmaningar nu och i framtiden" och "Från diagnos till behov".

Jag lyfter fram hur WHO:s rekommendationer påverkar oss olika. Jag

beskriver hur vår förändrade livsstil och hur den allt bättre sjukvården samt det att befolkningen åldras förändrar synskadornas karaktär och hur detta påverkar vår organisation.

Bakom frågorna i min ledare i årets första Synvinkel finns tron på jämlikhet i samhället. Vi behöver få samhället att förstå att vi absolut inte är våra skador eller nedsättningar. Vi är personer som har olika problem med synen eller som inte alls ser.

Mitt i allt det som sker kring FSS upplever jag att man ser på oss som de skadade. Vi behöver undvika att dessutom bli de nedsatta. Kan det vara dessa ord som gör att vi ständigt är tvungna att föra fram att när synen försämras är det endast synen som försämras och att vår utbildning, bildning och våra färdigheter finns kvar?

Vi ska upp ur gropen! Jag tror på att ett skadefritt namn för förbundet är ett led i kampen för att ändra attityderna som finns om oss. Därför trummar jag för Synförbundet!

Låt oss fortsätta att debattera med respekt för våra olikheter och varandra!



Gunilla Löfman,
ordförande

”Vi prövade på
alla möjliga sätt
att röra på oss”



■ text
Foto: Nina Winquist

Sommaren är äntligen här! Många har packat bilen eller båten för att bege sig ut till den idylliska platsen vid sommarstugan. För oss med en synnedsättning är det kanske lättare sagt än gjort. Därför är det bra med FSS-kurser som lär oss att friskt vågat är hälften vunnet!

TEXT: FREDRIK LINDGREN FOTO: SLAVA IPKEJEV

I början av maj deltog jag i FSS:s Prova på kurs. Från början var det tänkt att jag endast skulle vara en deltagare, men möjligheten att prova på jobbet som redaktör på fältet var något jag inte kunde motstå!

Meningen med kursen var att ge synskadade personer en chans att testa på olika aktiviteter som kan förgylla en vanlig dag, och också att lära sig mer om hur man tar sig till dem.

På programmet fanns allt från spabesök till en mysig filmkväll som givetvis inkluderade syntolkning. För mig var det nog spabesöket som lockade mest; jag har alltid varit den som trivs som fisken i vattnet. Jag är också en våghals och njuter av känslan då man susar ner för en bra vattenrutschbana.

Det går att ta sig till intressanta platser

Målet med kursen var att ge deltagarna en möjlighet att prova på nya saker och nytt för kursen var att vi också fick en möjlighet att öva oss på det som kallas förflyttningsteknik under ledning av **Beatrice Blomqvist**. Hon är utbildad mobilityinstruktör.

Och det var just förflyttningstekniken som visade sig vara kursens "perfekta moment". Eller åtminstone var momentet det perfekta för mig, eftersom jag då kom fram till vad hela kursupplägget egentligen handlade om: att det inte är omöjligt att ta sig till intressanta platser trots att man har svårt att se och röra sig.

Senare under kursen fick jag möjlighet till en kort pratstund, först med Beatrice och därefter med tre av kursens övriga deltagare. Av deltagarna ville jag ta reda på om det fanns fler som kommit till samma slutsats som jag om det perfekta momentet.

Minns tre saker var du än rör dig

Beatrice, som i nuläget får njuta av pensionärlivet, har haft en lång karriär som mobilityinstruktör. Hon utbildades vid Arla institut, där hon fick lära sig hur det är att röra sig med en synnedsättning.

Inläringen gick ut på att man med förbundna ögon fick ta sig fram på Helsingfors gator, antingen till fots eller genom den labyrint som kallas allmänna transportmedel.



Jag frågade Beatrice om det finns något speciellt man bör tänka på gällande mobility. Hon tog fasta på tre saker: Tänk på dina rörelser, var alert och fråga vid behov. Liksom i förbifarten nämnde hon också att det är viktigt att våga. Och det är det ordet som fastnar hos mig.

Viktigt att våga

Det märks att våga blivit temat som knyter ihop kursens syfte när



jag vänder mig till några av kursens deltagare.

– Jag kommer att ta med mig att man skall våga göra ett och annat, utan att tveka, säger **Bernt Snygg** från Vasa och nämner användningen av den vita käppen som exempel.

Emma Rasela, från Nurmijärvi, håller med om att mobilityn var ett utmärkt kursinslag och berömmar samtidigt deltagarna som medverkade i kursen.

■ Tillsammans.

Kursdeltagarna rörde på sig koncentrerat och i tryggt sällskap, såväl ute som inne.

Mångsidigt kursutbud

Som person med synnedsättning kan du göra det mesta du har gjort tidigare. Det kan ta längre tid, kräva aktiv träning eller måste kanske utföras på ett annat sätt.

Våra synrådgivare ordnar kurser för olika målgrupper i Svenskfinland.

Målgrupper är vuxna, barn och unga med synnedsättning, men vi arrangerar också kurser

för seende, exempelvis i syntolkning och punktskrift.

Avsikten är att personer med en synnedsättning – oavsett ålder, social och kulturell bakgrund eller ekonomisk ställning – ska ha möjlighet till rehabiliterings-, anpassnings- och temakurser på svenska.

Rehabiliteringskursernas syfte är att stödja deltagarna med ökad kunskap, nya kontak-

ter och gemenskap med andra i samma livssituation.

Anpassningskurser arrangeras i samarbete med Folkpensionsanstalten (FPA).

Vi svarar gärna på frågor och tar emot önskemål om våra kurser!

Ta kontakt med oss genom att skicka e-post till adressen info@fss.fi

– Gruppen har varit en sådan där man fått skratta åt sig själv, säger Rasela. Med en sådan grupp känns det alltid mycket tryggare om man tappar bort sig eller kanske inte kan något.

Också **Björn Lindfors** från Sund på Åland håller med om att våga blev något av ett tema för kursen.

– Det är nog det de flesta av oss har bekymmer med. Att våga vara besvärlig, fråga och ta lite plats, intygar Lindfors.

Somriga äventyr väntar

Nyfiken som jag är kunde jag inte låta bli att fråga lite om vad deltagarna tänker göra under sommaren. Planerna var många och väldigt olika. En del planerade att besöka sina sommarställen, medan andra skulle ge sig ut på camping. Ett fåtal hade till och med planer på att uppleva en äkta finsk festivalsommar!

Hur tänkte deltagarna ta sig till sina sommarprogram? Ja, många tyckte att färdtjänsten var det tryggaste sättet såvida man inte hade en seende familjemedlem som hjälpte till.

Sommaren kan vara full av spännande saker att göra, även om man har en synned-sättning, så länge man är positivt inställd, vågar tro på sig själv, och frågar efter hjälp vid behov.



”Jag vågade åka rutschbana!”

Fredrik Lindgren är hemma i Tenala och sedan maj projektanställd av FSS vid Synvillan i Helsingfors. Sommartid njuter han av SUP-paddling och av att köra fyrhjuling med brorsan. Läs om varför han deltar i FSS-kurser – och nej, alla behöver inte åka rutschbana på spa för att öva sig på förflyttning.



Föreställ dig att du kastar dig utför en vattenrutschbana på spa. Det kanske känns skrämmande i början av färden, men efter en stund fylls du av en kittlande spänning. Du susar ner för den hala ytan och känner de branta svängarna.

Ibland frågas det varför man borde delta i de kurser FSS arrangerar. Till exempel för att pröva på vattenrutschbana i tryggt sällskap, som jag gjorde.

Det är samma sorts känslor som jag upplever när jag deltar i en ny kurs; i början känns det skrämmande med de nya bekanskaperna. Men när man har lärt känna varandra fylls man av spänning. Man knyter starka band med varandra. En del band blir så starka att man till och med blir vänner för livet.

Så nästa gång FSS ordnar en kurs – tveka inte! Våga ta chansen och anmäl dig. Det är något du inte kommer att ångra.

FOTO: NINA WINQUIST



”Man kan se med hjärtat också”

Trots en förlamande funktionsnedsättning och en allt sämre syn använder Marie Hav Lundkvist sin orubbliga livskraft till att hjälpa andra till en vardag utan begränsningar. På samma sätt lever hon sitt eget liv.

TEXT: MONICA WALLDÉN FOTO: PRIVATARKIV

Med vidunderlig utsikt över Aurlandsfjorden i sydvästra Norge ligger fjälltoppen Prest, 1457 meter över havet.

Delar av stigen upp dit är mycket brant, vilket gör det till en utma-

nande bergsbestigning för de flesta. ”Krävande”, står det på Visit Norways beskrivning av resmålet. Men norskfödda Marie Hav Lundkvist hade bestämt sig för att hon skulle dit trots att hon bara uppfattade



■ **Nu eller aldrig.**

– Min syn har börjat bli sämre, så jag sa till familjen att jag måste till fjälls. Det var nu eller aldrig, säger Marie bestämt.

färgerna när hon var där. Hemma kunde hon njuta av utsikten på sin stora skärm.

– Jag älskar havet och jag älskar fjället. Och min syn har börjat bli sämre, så jag sa till familjen att jag måste till fjälls, jag måste få se fjälltopparna och fjordarna. Det var nu eller aldrig.

Marie sitter i rullstol, får hjälp av en andningsmaskin på nätterna och ibland även dagtid, hör med ett cochleaimplantat och har bara några procents syn kvar.

– Så egentligen borde jag inte bestiga någon topp. Det var kanske lite idiotiskt. Men vi kom upp och det var så fantastiskt! Och väl uppe blev vi omfamnade av vilda getter, berättar Marie med sitt pärlande skratt.

Med på resan var maken **Sven-Erik**, barnbarnet **Camilla** och hennes man **Alex**, svärdottern **Lotta** samt en fyrhjulsdriven terrängstol och en specialbyggd fjällvagn som kan ta sig fram på mycket smala stigar.

Men när det blev för brant kunde inte ens fjällvagnen hantera det, trots att Marie är så tunn numera. Hon var på väg att ge upp, när Alex erbjöd sig att bära henne sista biten medan Sven-Erik gick bredvid, beredd med ansiktsmasken.

– Jag kunde se att det där blåa är fjorden och på andra sidan var det ett fjäll. När jag tittade ner såg jag bara det blåa, så jag frågade Alex som bar mig: ”Bär du mig till himlen nu?” För det var så det kändes. Och hemma kunde jag se alla bilderna på min jättestora skärm och fick uppleva resan igen.

Det är inte konstigt att Marie Hav Lundkvist kallas Hopptimisten. Förra året utnämndes hon till Årets äventyrare av tidningen Allers.

– Jag tror på hopp och optimism och glädje. Och plötsligt ropade någon på mig: ”Hopptimisten, kan du komma?” Och jag tyckte det var roligt, för jag tycker att man ska se möjligheterna.

Vi träffas hemma i lägenheten på nedre botten i Västerhaninge i södra Stockholm. Vardagsomgivningen har Marie memorerat så bra att hon kan ta sig runt relativt obehindrat med permobilen.

Vid uteplatsen sträcker sig en skogsdunge nästan till tomtgränsen. Vitsipporna håller på att slå ut och växtligheten tar sats för att vakna ur vinterslumret. Hennes make Sven-Erik och barnbarnet Camilla, som är en av Maries personliga assistenter, har dukat upp en fantastisk buffé av frukter. Själv håller sig Marie till vatten, eftersom hon numera äter specialkost.

Marie Hav Lundkvist har alltid varit en aktiv person. I yrkeslivet var hon företagsledare med ansvar för stora nordiska bolag. Hon har arbetat med idrott för både ungdomar och vuxna och tycker om att hitta lösningar.

Som tidigare elitsimmare och maratonlöpare har hon alltid varit vältränad. Men för ungefär tio år sedan började hon plötsligt och oförklarligt ramla under sina löprundor och kände hur hörseln blev sämre.

Läkarnas första hypotes var en hjärntumör, vilket Marie inte alls trodde på. Efter många utredningar fick hon slutligen besked om att hon led av en medfödd sällsynt mitokondriell sjukdom med ett progressivt förlopp, som bland annat påverkar synnerven, hörselnerven, talet, muskulaturen, andningen och matsmältningen.

”Man måste få tillåta sig att vara ledsen utan att fastna i det.”

De tunga månaderna som följde var fulla av ovisshet där även läkarna famlade efter svar eftersom sjukdomen var så ovanlig. Att hantera hur funktioner gradvis försvann var en stor omställning för Marie som var van vid sitt driftiga liv. Ett sätt att hantera de nya utmaningarna var att skriva en bok:

“Med rullstol i grönsakshissen – om hopp och optimism i en tid av förlust och utsatthet” kom ut i sin första upplaga 2014, humoristiskt illustrerad av **Robert Källgren**. Humorn löper som en röd tråd genom hela boken, som bjuder på många dråpliga situationer som Marie fått uppleva i sin nya tillvaro som funktionsnedsatt.

– Jag har blivit upphängd naken i en sele och jag har blivit lämnad ensam i en färdtjänstbil. Jag har blivit tilltalad som om jag var tre år. Jag tror inte att folk vill en illa. Det har ofta med okunskap att göra

Hopptimisten blev även namnet på den stiftelse som Marie och hennes man Sven-Erik startade för att bidra till hjälpmedelsstöd för personer med funktionsnedsättning, så att de ska kunna få en vardag med livskvalitet. Stiftelsens värdeord styr arbetet: ett aktivt, fullvärdigt liv, ett liv utan begränsningar.

– Jag märkte ju själv hur lång tid det tog bara att få en rullstol,

■ **Äventyrare.** Förra året utnämndes Marie Hav Lundkvist till Årets äventyrare av tidningen Allers: – Jag tror på hopp och optimism och glädje.





■ **Sällsynt sjukdom.**

Marie Hav Lundkvist lider av en medfödd sällsynt mitokondriell sjukdom med ett progressivt förlopp. Den påverkar bland annat synnerven, hörselnerven, talet, muskulaturen, andningen och matsmältningen.

och med min första stol kunde jag inte ens köra i snö. De sa till mig att jag får räkna med att vara inne i två månader på vintern. Jag fick en chock! Man sätter inte en norrmän inne i två månader på vintern! Då tog jag och min man beslutet att starta den här stiftelsen.

Alla intäkter från bokförsäljningen går till stiftelsen, likaså alla arvoden för föreläsningar som Marie håller. De samarbetar även med företag och tar emot donationer från hjälporganisationer, kommuner, regioner och enskilda. Alla med en funktionsnedsättning där

hjälpmedel kan ge möjlighet till ett fullvärdigt liv kan söka pengar. Det handlar om nödvändigheter snarare än rättigheter, menar hon.

– Det finns så många historier. Vi hjälpte en kvinna att få en rese-rullstol. Hon hade inte fått någon hjälp från det offentliga och tyckte inte att det fanns något att leva för längre. Och när hon satte sig i stolen var hon glad som en lärka.

Tre månader senare fick de ett mejl från kvinnan. Hon hade åkt till Göteborg och gått på Sting-konsert.

– Och då kan jag inte låta min sjukdom stoppa mig från att få in pengar till stiftelsen!

Vardagen kräver dock sina strategier. Det tar ungefär tre–fyra timmar för Marie från det att hon vaknar tills hon sitter i sin stol, så det är en process att hantera det.

– Jag har kortare dagar nu än jag hade för två år sedan. Jag förvaltar energin. Vi är ute väldigt mycket. Jag föreläser, är med på poddar, paneldebatter och rehab-enheter. Jag försöker bidra i samhället så mycket jag kan.

För egen del blickar Marie framåt mot andra utmaningar än bergsbestigning. I sommar är det Bohusläns skärgård som lockar.

– Jag kommer från långt ut i Oslofjorden och när jag var liten var jag mer i vattnet än på land. Min mor sa att jag hade gälar. Nu har vi en båt med en specialbyggd stol till mig, så vi kan göra utflykter och uppleva havet. Jag har blivit uppsagd som manetscout och hoppilandkalle nu, så jag får väl hitta några andra titlar, säger hon och fnissar.

Sorgen och frustrationen kommer så klart ibland och då låter hon den få komma. Man måste få tillåta sig att vara ledsen utan att fastna i det. Det blir ju så tråkigt då, menar hon. Samtidigt är det nödvändigt för att till fullo kunna uppskatta glädjen och hitta sin styrka.

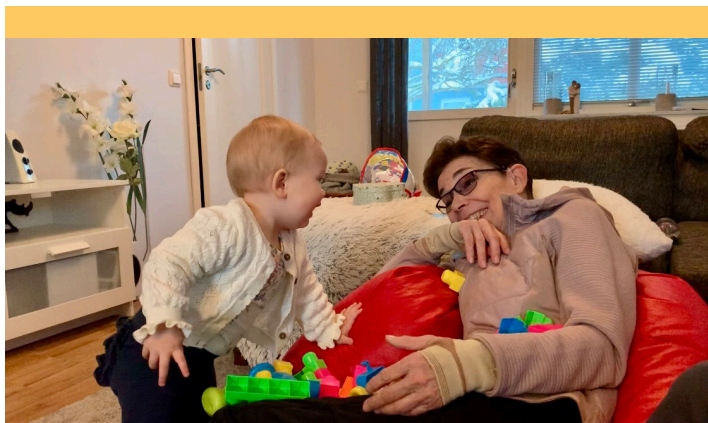
– Jag känner att jag har fått mer än vad som har tagits ifrån mig. Jag har fått uppleva så enormt mycket glädje. Från naturen, från min familj, från mina vänner, från alla jag har fått vara med att förändra livet för och ge dem glädje. Jag har fått ett väldigt rikt liv av det jag har fått uppleva sedan jag blev sjuk. Jag är samma Marie. Jag har bara andra förutsättningar.

Hon strålar när hon pratar om glädjen över att som bestemor besöka barnbarnsbarnet Alva och få sitta med henne i famnen. För livet består av mer glädje än sorg.

– Vi lever ju i en tid som är ganska tuff. Alla kämpar med någonting. Något syns, något syns inte. Och vi kan lära oss det här med att vara hopptimister. Jag skulle vilja att så många som möjligt runt mig, i min närhet och dem jag möter kan bli hopptimister. Det kan bli ett ord för att se livet som en gåva.

■ **Artikeln** är ett utbyte med den svenska tidskriften Perspektiv.

■ **Bidrar till samhället.** Marie förvaltar energin: – Vi är ute väldigt mycket. Jag föreläser, är med på poddar, paneldebatter och rehab-enheter. Jag försöker bidra i samhället så mycket jag kan men passar på att njuta av barn och barnbarn.



Börje är de synskadades Enzoio Sevón i Ekenäs

Norska bergstoppar med svindlande vyer i all ära men i Ekenäs sköter Börje Broberg och Ekenäs IF om spänningen och friluftslivet helt lokalt på centrumplan för supportrar med synnedläggelse.

TEXT: NINA WINQUIST FOTO: PATRIC WESTERLUND, NINA WINQUIST

Vi sitter högst uppe på paradplatsen, träbänken strax till vänster om huvudingången, ovan om de fyra raderna med gröna plaststolar. Det är strålande solsken den här lördagen i maj och framför **Niklas Wikström, Tor Hanner, Marita Sevón** och mig brer den jämt snaggade, mörkgröna gräsplanen ut sig.

De trogna fansen Niklas, Tor och Marita sitter alltid på samma stamställe, Marita på sin medhavda fårskinnfäll. Tidigare var **Gösta Sevón** en del av fyrklövern, men han gick bort för fem år sedan. Marita fortsätter komma på matcherna. Hon älskar fotboll; både hennes son och sonson är tidigare EIF-spelare.

Det förväntansfulla sorlet på läktaren, discomusiken och hejarklackens taktfasta trummor överröstas plötsligt av ett stigande rop när de grönvita EIF-spelarna som samlats i en cirkel intar sina positioner på plan: "Heeeej"!

"Vinka om ni ser mig"

Börje sitter mittemot oss på andra sidan planen mellan avbytarbänkar. Han har gett oss en mottagare

med öronsnäcka och i den hörs hans behagliga röst tydligt: "Vinka om ni hör mig", säger han. Vi vinkar glatt och hör honom säga: "Bra."

Så sätter han igång: "Först lite bakgrund om laget: EIF har ett purungt lag. Den yngsta spelaren är B-junior och bara 17 år."

Sedan upplyser han oss om att laget spelar den fjärde omgången i Finlands nästhögsta serie, division I. EIF ligger femte med sju poäng och Seinäjokilaget tredje med 9 poäng. Matchen blir spännande värre. Ska hemmalaget lyckas slå gästerna som ligger före i tabellen?

Extra expertkommentarer

Visslan ljuder och matchen är igång. Musiken har tystnat och Börje berättar lugnt för oss utvalda med öronsnäcka att nummer 31, **Stanislav Efimov**, skötte kick-off och sparkade igång matchen:

"EIF spelar från vänster till höger med solen och vinden i ryggen, vilket åtminstone under första halvleken är en fördel." Jag känner mig smått privilegierad eftersom Börje matar oss med måleriska och

■ Koncentrerad blick.

Börjes stamplats är mellan avbytarbänkarna där han sitter med programblad och sändare.



faktaspäckade expertkommentarer som ingen annan hör. De övriga åskådarna får nöja sig med reklam- och infonuttar om ställningen serverade via högtalaren.

Redan efter elva minuters spel är stämningen i topp. Nu har **Jeannot Esua** nickat in 1-0 och Efimov sparkat in en välriktad markkrypare i SJK-målets högra hörn, 2-0 på straff. Ekenäsborna tjoar ”Framåt gröna, kämpa om segern”. De trummar och hurrar.

Ställningen står sig till pausen och då många av åskådarna går efter en varm korv eller kall dryck är det lämpligt att ta en pratstund med Börje. Hur kommer det sig att den välkända journalisten vid Radio Västnyland började syntolka matcherna för ca tio år sedan?

Fudis självklart val

– Jag började genom att tala in taltidningen Västra Nyland i samband med att jag gick i pension från Yle 2011. När inläsningen digitaliserades och inläsare inte mera behövdes erbjöds vi en kurs i syntolkning av film i Ekenäs.

Kursen blev startskottet för en lång rad uppdrag för Börje; han har syntolkat teater för (Svenska teatern, Åbo svenska teater, Raseborgs sommartheater, Koivistoteatern i Ingå, Okänd soldat i Harparskog, Tryckeriteatern i Karis och Kulturhuset Karelia i Ekenäs) samt film på biograf (Forum i Ekenäs).

– Men i och med att jag själv är sportintresserad och det i föreningen fanns många fotbollsfantaster, så blev det självklart att vi skulle gå på fotbollsmatcher när Ekenäs IF spelade på hemmaplan. EIF spelade

och spelar i nästhögsta serien i landet, division 1, så matcherna håller för våra förhållanden en rätt hög standard och är därmed riktigt intressanta.

Lever i stunden

Att berätta om en fotbollsmatch är enligt Börje inte direkt syntolkning, utan mera ett referat.

– Jag refererar idrottshändelser på samma sätt som **Enzio Sevon**, **Christer Bonn** och andra legender från Yle som vi äldre kommer ihåg radioreferat av.

– Jag berättar om det som sker just nu, det finns sällan tid för annat än det aktuella. Jag pratar på mitt normala sätt, men om det sker något speciellt i matchen så blir det förstas snabbare tempo i mitt tal.

Erfarenhet ger mervärde

Börje och de som lyssnar på honom har blivit bekanta med laget, eftersom de gått på matcherna i så många år.

– Åtminstone för mig betyder det ett mervärde av spänning under matchen, glädje över vinst, och besvikelse över förlust, funderar Börje.

– Vi är förstas partiska och håller på hemmalaget. Sen blir det problem när vissa lag besöker Ekenäs: Österbottningen Tor Hanner och jag med en fru från Jakobstad blir en aning villrådigare när Jakobstadslaget står för motståndet. Men det reder upp sig, så som det gör med förnuftiga människor.

För Börjes del går förberedelserna ut på att på att lära sig spelarnas namn och spelstil. Så småningom

*”Varför gör jag det?
För att sport är intressant, spännande och underhållande.”*

blir det egna lagets spelare och deras positioner på spelplanen alltmer bekanta.

– Gästerna är svårare att memorera. De kommer ju en gång, max två gånger till Ekenäs under en säsong, konstaterar Börje.

Efter alla dessa år finns det före detta EIF-spelare i många motståndarlag och det vill Börje gärna förmedla.

– EIF har hittat spelare som blivit attraktiva att värva till andra lag. Ett exempel är Paul Akoykuyou som i dag spelar i ett av de bättre lagen, Real Betis, i Spaniens högsta serie, La Liga.

Inte allt som på Strömsö

Trots stor kunskap och mycket förberedelser går det inte alltid allt som på Strömsö när Börje refererar för de synskadade i trakten, det sker misstag och missar. Kanske säger han fel namn på spelare eller har uppmärksamheten på fel saker på planen och missar något som händer.

– Men liksom i mitt jobb på Yle gäller det att glömma sådant snabbt och gå vidare. Efteråt tar jag gärna emot feedback av dem som lyssnat, men de är vänliga och kritiserar mig knappast någonsin, berättar Börje.

Speciella händelser som han minns är när EIF före pandemin nästan nådde upp till kvalmatcher till högsta serien. Men det gick inte vägen den gången.

Ett annat minne är ett häftigt åskväder som drog fram över Ekenäs för några år sedan. Domaren tvingades avbryta matchen tills åskan var över.

– Jag satt på min plats i störtreg-



net och blev ordentligt blöt, trots regnkåpan.

Berättar också om bråk och skador

– Jag berättar förstås om när det gästande lagets supportrar någon gång har betett sig illa och till exempel tändt bengaliska eldar, vilket är förbjudet, eller om polisen fått ta hand om bråkiga supporters.

Börje berättar också om en spelare skadar sig och blir liggande, om lagets tejpare **Kim Nyström** får lov att komma in på planen för att sköta den skadade eller om det händer

■ Fotbollsvänner.

Niklas Wikström (till vänster), Börje Broberg (i mitten) och Tor Hanner (till höger!) missar sällan en EIF-hemmamatch.

att man till och med måste bära ut en spelare på bår eller tillkalla ambulans.

– Jag har talat om problemen med måsungar som haft sitt hem på Centrumplanen och en orolig mamma som flugit lågt över planen före matchen.

Extrafint är att Herrklubben i Ekenäs har för vana att bjuda in någon från EIF inför säsongstarten för att berätta insiderinfo om målsättningar.

Frivilliga är guld värda

Vid det här laget kanske ni undrar hur det gick i matchen? Ekenäs vann på övertid 2-1. Maritas kinder hade redan vid spelade 80 minuter blivit äppelröda av allt det spännande, Niklas tjoade mången gång och Tor följde tyst och koncentrerat med de avgörande slutminuterna.

Börje ropade ”ojoj” med alla andra i 86:e minuten när Jeannot Esua försvarade så att det inte blev hörna för SJK och Efimov lite senare föllades på anfallshalvan.

Vid 89:e minuten berättade Börje att det behövdes färsk fötter när nummer 15 **August Björklund** byttes in och lite senare beskrev han hur EIF-målvakten fick bollen, inte hade någon brådska och till slut gjorde en lång utspark.

Sedan avslutar Börje referatet med ett ”jag kommer över”.

Och vips har han vandrat till vår långsida för att erbjuda Niklas och Tor skjuts hem.

Visst är han guld värd, som en FSS:are sade när det blev tal om Börjes frivilliga insatser för personer med synnedsättning.

Alltid behöver man inte åka land och rike runt för att hitta ett kärt ställe, där man kan trivas och vara aktiv. Vasa svenska synskadade (VSS) bad Britten Nylund berätta om sitt smultronställe. Varsågod Britten!

Mitt smultronställe låg tidigare på landet i Åvist, en liten by i Pedersöre kommun på gränsen till Härmä, där min sambo har sitt hus. Vi hade en stor trädgård med grönsaksodling, bärbuskar, fruktträd, växthus, massor av blommor och prydnadsbuskar. En jättestor terrass med grill.

Tyvärr har vår hälsa blivit mycket sämre, så vi orkar inte sköta om huset som förut. Så nu är det



”Jag planterar och umgås på min mysiga balkong”



mest stressigt att tänka på att det förfaller. Dessutom ligger huset 100 km från Smedsby, där vi nu bor och det går inga bussar till Åvist. Jag kan inte heller åka dit med färdtjänst. Smedsby är en centralort i Kors-holm, cirka 4 km norr om Vasa torg.

Men ... nu har jag ett nytt smultronställe! Dit kommer jag utan färdtjänst eller buss. Med mina sjuka knän och mina dåliga ögon klarar jag av att ta mig till detta smultronställe. Jag besöker det dagligen. Ja, flera gånger per dag.

Det är min balkong! Den är ganska stor och jag har fixat den så att den är så mysig. Vi har lagt plattor på golvet. Möblerat den med gamla, ärvda möbler som vi rustat upp.

Det som växer på min balkong varierar från år till år. Vi har odlat pärlhyacinter, rosor och penséer och tomater av olika slag, gurka, jordgubbar i ampel, gräslök, basilika, timjan, citronmeliss, mynta, pelargon, lobelia och många andra sorters blommor.

I år ska jag försöka odla grönkål. I fjol planterade jag ramslök, men den dog. Ett år satt jag lite potatis.

Vi lyssnar på radion och umgås medan vi äter frukost på den inglasade balkongen från mars till oktober. Gäster bjuds på kaffe. Och så har katten balkongen som sitt uterum.

Dessutom fungerar balkongen som mitt gym. Jag tar ut motionscykeln eller använder hantlar då jag gymnastiserar.

Så smultronställen kan se väldigt olika ut. Det gäller bara att hitta dem!



BRITTENS FINA BALKONG. Britten har haft en synnedsättning sedan 2004 och blev ordinarie medlem i FSS 2006. Hon jobbade länge som erfarenhetstalare och är fortfarande kamrattstödare i VSS och vid Vasa centralsjukhus.

FOTON: BRITTEN NYUND.

Prenumerera på våra punkt- och taltidningar

TALTIDNINGAR

En taltidning är en ljudversion av en tidning som du kan lyssna på med hjälp av en Daisyspelare. I spelaren kan du prenumerera på olika dags-, medlems- och övriga tidningar som FSS producerar i ljudformat.



Foto: Niklas Finnäs

Medlemsbandet

Medlemsbandet är förbundets medlemstidning som utkommer varannan vecka i Daisy-format, förutom i juli eller när helg infaller. Medlemsbandet går också att prenumerera på via Pratsam Reader på telefonen, läsplattan och datorn. Med lösenord kan Medlemsbandet även läsas på vår hemsida www.fss.fi.

MB innehåller direkt och aktuell information till medlemmarna från förbundet och från distriktsföreningarna.

Dessutom innehåller Medlemsbandet ett urval artiklar om aktuella frågor som berör personer med synnedsättning, exempelvis forskningsresultat och information om förändringar i lagstiftningen som kan påverka vardagen för våra



medlemmar.

På Medlemsbandet kan du som extra bonus lyssna på specialgjorda inslag och poddar.

Synvinkel

Synvinkel ges ut av Förbundet Finlands Svenska Synskadade och är förbun-

dets organisationstidning. I tidningen ingår information om förbundets verksamhet. Synvinkel utkommer åtta gånger per år. Synvinkel kan du också lyssna på med vanlig webbläsare på FSS:s webbplats.

God Tid

God Tid ges ut av Svenska Pensionärsförbundet och utkommer med nio nummer per år. I tidningen ingår information om förbundets insatser och även kolumner, kåserier, berättelser och personporträtt.

Vi hör

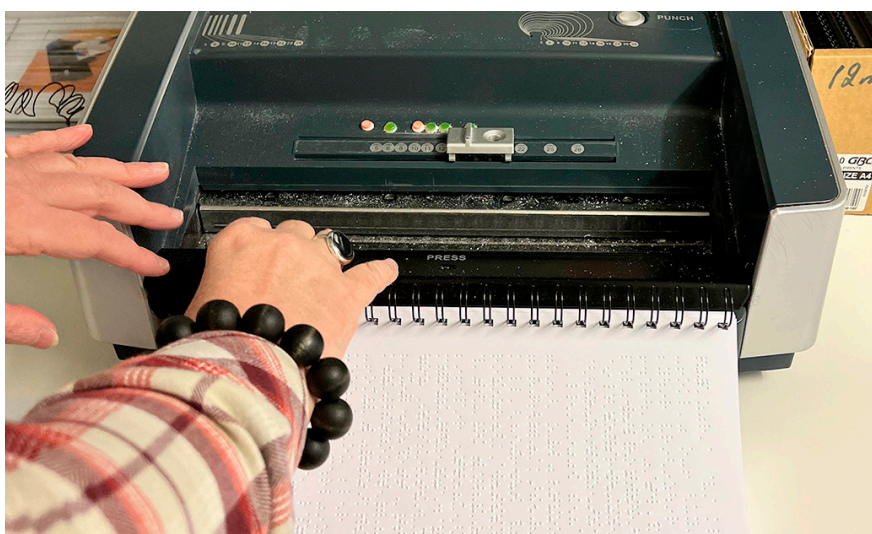
Vi hör ges ut av Svenska hörselförbundet och utkommer med fyra temanummer per år. I tidningen ingår fakta-kunskap och information om hörsel och hörselrelaterade frågor.

För prenumerationer

kontakta: FSS kansli

E-post: kansliet@fss.fi,
Telefon: 09-696 2300
måndag – torsdag kl.10–16.

Utöver taltidningarna ger FSS också ut punktskriftstidningar.



I PUNKTSKRIFT

FSS ger ut många tidningar i punktskrift. I höst kommer utbudet av tidningar att förändras. Intermezzi och Extra magasinet kommer att läggas ner. Däremot kommer Oss emellan och Punktchat att vidareutvecklas.

Vi hoppas kunna erbjuda en ny tidning i punktskrift ännu under år 2023 och fortsätter att ge ut Horisont i punktskrift.

Oss emellan

Oss emellan är FSS tidning för alla punktskriftsläsare, den utkommer med fyra nummer per år.

Tidningen utkommer i glesskrift. Den innehåller allt du inte kommit att tänka på att du vill veta; lite skratt, lite tips och lite trix. Lättläst

punktskriftsunderhållning som ger vardagen en guldkant och är ett gott medel för träning av punktskriftsläsning.

Utrymme ges också för läsarnas egna bidrag. Tidningen är avgiftsfri.

Punktchat

Punktchat riktar sig till den som är intresserad av skvaller från nöjesvärlden och trender inom bland annat mode och välmående. Tidningen utkommer med fyra nummer per år och är avgiftsfri.

Horisont

Den nordiska tidningen Horisont är den första kulturtidskriften som utkommer i punktskrift med fyra nummer per år. I Horisont publiceras essäer, artiklar, dikter, noveller,

kritik och konst. Ibland förekommer debatt, ibland temanummer om viktiga företeelser inom litteratur eller kultur. Från och med år 2021 gör samarbetet mellan FSS och Horisont det möjligt för punktskriftsläsare att ta del av tidskriften även i punktskrift. Prenumerationspriset för punkttidningen är 25 euro per år.

För prenumerationer och kurser i punktskrift både för seende och personer med synnedsättning kontakta punktskriftsansvariga Tessa Bamberg tfn 044-712 3024.

I ledaren med rubriken **Är vi modiga?** i Synvinkel nr 1/2023 tar ordförande Gunilla Löfman upp frågor kring förbundets namn och vilka roller personer med funktionella synproblem kan ha i FSS. Hennes frågeställningar har bemötts av Karl-Oscar Skogster i Synvinkel nr 2 och av Tor Hanner och Jarkko Setälä i Synvinkel nr 3. I tre artiklar presenterar Gunilla nu bakgrunden till frågeställningarna i hennes ledare.

DEBATT

Skapar WHO:s rekommendationer rättvisa?

Till Karl-Oscar, Tor och Jarkko: Tack för att ni reagerat på min ledare. Vi känner varandra väl, men det gör inte alla läsare. Karl-Oscar är FSS:s hedersordförande och Tor vår största punktskriftsförkämpe. År 1991 började FSS ge ut Finlands synskadade. Tor var den första chefredaktören och Karl-Oscar den andra. Jag lärde känna er då jag i slutet av 1990-talet kom med i gruppen för information, kommunikation och intressebevakning (IKI). I mitt värv inom FSS finns det jag lärt mig av er ständigt närvarande. Jarkko är en flitig debattör på förbundets möten och gillar att berätta om hur man gör inom NKL.

Är WHO:s rekommendationer de rätta?

Enligt WHO är alla vars visus är 0,05 eller lägre blinda. De delas in i gravt synsvaga,

nästan blinda och blinda. Jag hör idag till de nästan blinda. Är det rättvist mot er att jag, som kan ta mig fram med hjälp av synen och som inte har en aning om hur det är att leva som blind, ges en invaliditet på 100%? Men visst, utan hjälpmedel skulle jag liksom ni läsa enbart punktskrift.

För 30 år sedan, när visus var 0,8, förlorade jag förmågan att läsa svartskrift. Jag var tvungen att lämna mitt sifferjobb och sökte andra jobb. Ingen såg min utbildning och mina erfarenheter utan endast att jag inte såg att läsa. Det var förnedrande. Jag tänkte att från FSS får jag väl tröst, stöd och hjälp. Men nix, och jag sjönk djupare ned i depressionen. Var WHO:s normer rättvisa mot mig när jag måste gå i pension och när FSS visade kalla handen? Synen försämrades och jag

säger tack och lov för jag fick hjälpmedel och en plats i IKI-gruppen.

Motsvarande utlåtande

De synskadade personer som en gång i tiden formulerat våra stadgar har nog tänkt sig att när man inte mera ser att läsa eller att röra sig med synens hjälp kan man bli medlem i förbundet eftersom det i våra stadgar står så här. ”För att vinna medlemskap som ordinarie medlem i förbundet fordras läkar- eller motsvarande utlåtande, varav framgår att personen i fråga är blind eller synsvag med så nedsatt synförmåga att det är svårt eller omöjligt att läsa vanlig skrift eller att med synens hjälp orientera sig eller har motsvarande svårigheter i den dagliga livsföringen”.

Också ur läkarintyget ska det enligt stadgarna framgå



att man antingen inte ser att läsa eller inte att röra sig med hjälp av synen. Våra synrådgivare gör grundliga och professionella utredningar som uppfyller kraven som

nämns i stadgarna gällande det motsvarande utlåtande. När vi använder oss av det här utredningarna kan de personer som har det vi kallar funktionella synproblem

beviljas ordinarie medlemskap i FSS. Jag tror att vi då samtidigt räddar många från psykisk ohälsa!

Utmaningar nu och i framtiden

FSS nuvarande medlemmar. FSS har nu 856 medlemmar. Av dem är 799 med i en distriktsförening och de övriga är medlemmar enbart i FSS. Norra Österbottens svenska synskadade har 180 och Vasa svenska synskadade 138 medlemmar. Vår största förening är Svenska synskadade i mellersta Nyland (Mellis) som har 202 medlemmar. De tre föreningarna har sammanlagt 520 medlemmar. De

övriga fyra föreningarna har var för sig 77, 74, 73 och 55 medlemmar eller tillsammans 279 medlemmar.

I Mellis är 50 % av medlemmarna 80 år eller äldre. I alla andra föreningar är personerna över 80 år mellan 60 och 65 %.

Bland alla medlemmar i gruppen 60 - 79 år varierar den procentuella andelen mellan 20 och 25. I antal har de tre stora föreningarna

38, 34 och 40 medlemmar i den här gruppen. I de små föreningarna varierar antalet mellan 13 och 19 och sammanlagt har de 66 medlemmar som är mellan 60 och 79 år.

I åldersgruppen 30 - 59 år har Mellis 55 medlemmar, alltså lika många personer som det totalt finns i vår minsta förening. I en av de små föreningarna finns det enbart 5 personer i den här



gruppen. FSS har ytterst få medlemmar som är under 30 år.

Statistik för de två senaste åren

Under de två senaste åren har FSS tagit emot 142 medlemmar. De ingår i statistiken ovan. Men studerar vi endast dessa 142 personers ålder ser vi att 113 av dem eller 79,5 % är mellan 80 och 102 år och att 23 personer eller 16 % är mellan 60 och 79 år. Endast 5 personer, det vill säga 3,5 % är mellan 30 och 59 år.

Under de senaste 8 åren har synrådgivarna med extern finansiering kunnat stödja personer med synutmaningar. Under de två senaste åren har de mött 231 personer som de kunnat konstatera att har funktionella synproblem och de har erbjudits stödjande medlemskap. Bland dessa

personer är gruppen 80+ 71 % och gruppen 60 – 79 år 25 %. Ovan konstateras att bland synskadade är motsvarande procentsatser 79,5 och 16.

Under tvåårsperioden har rådgivarna assisterat totalt 373 personer. Av dem var 79 personer i åldern 60 till 79 år. Av dessa 79 kunde de erbjuda medlemskap endast som stödjande medlemmar för 56 personer. Största delen av de här personerna finns bland våra små föreningar.

Vem ska leda våra föreningar och FSS?

Forskning visar att tack vare den allt bättre vården blir allt färre personer WHO-synskadade. I stället ökar gruppen med personer som har funktionella synproblem. De personer som är WHO-synskadade blir allt äldre. Vill man, när man är mellan 80 och 100 år leda våra fören-

ingar? Den internationella synskaderörelsen och FSS grundades för att synskadade ska ha rätt att besluta i egna angelägenheter. Men vi som uppfyller WHO:s kriterier och är i den åldern att vi har kapacitet att arbeta i styrelserna kommer att bli allt färre. Problemet i våra små föreningar är redan ett faktum.

Vilket är bättre för synskaderörelsen och FSS? Att seende tar över rodret eller att vi i enlighet med stadgarna accepterar dem med funktionella synproblem som våra gelikar? Också de kämpar för sina rättigheter. Delaktighet och jämlikhet är målet för dem precis som för oss WHO-synskadade. Dessutom ger ett utökat medlemsantal större tyngd åt intressebevakningen.

Från diagnos till behov

Variationen i medlemsantalet. Förbundet grundades av arton blinda personer för 77 år sedan. Under de senaste 20 åren har antalet medlemmar varierat mellan 780 och 880. Nu har vi 856 medlemmar. Trots att vi årligen tagit emot mellan 70 och 100 nya medlemmar ökar inte medlemsantalet. På våra medlemsmöten hedrar vi alltid många bortgångna medlemmars minne. Under 2000-talet har ytterst få av de nya medlemmarna varit helt blinda personer och idag är knappt 10 % av medlemmarna helt blinda.

Barn. I vårt land föds det årligen under hundra barn som har en synskada. Det betyder troligen fem eller sex barn med svenska som modersmål. Prematurvården har förbättrats och synskador hos för tidigt födda barn har minskat. Men allt flera barn får redan som mycket små problem med synen. Barnens

ögon klarar inte av stirrandet på skärmar. FSS behöver sprida information om hur problemen kan undvikas.

Vuxna. Vi vistas allt mindre utomhus och vi stirrar allt mera på skärmar. Detta gör att allt flera får problem med synen. Dagens medicinska vård bidrar till det positiva att man inte blir WHO-synskadad. Enligt Synskaderegistrets uppgifter finns det redan nu nästan 9 000 svenskspråkiga personer över trettio år som är utanför WHO-kriterierna trots att de inte ser att läsa eller att röra sig självständigt med hjälp av synen. De har svårigheter att klara av vardagen.

I den nya funktionshinderlagen stadgas att det är individens verkliga behov som ska avgöra vilket stöd och vilka tjänster man har rätt till. I den gamla lagen var diagnosen avgörande. Detta måste medföra att WHO:s kriterier gällande visus

kommer att förlora i betydelse.

Att bry sig. Vår organisation behöver ständigt vara på alerten och anpassa verksamheten till de förändringar som sker i samhället. Min uppfattning är att alla personer med nedsatt synförmåga hör till FSS:s målgrupp. Vi går mot en framtid då allt färre är WHO-synskadade trots att allt flera har problem med synen.

Det är redan nu viktigt och det blir allt viktigare att sprida information om hur man på bästa sätt undviker att få problem med synen. Också de som lever med funktionella synnedläggningar behöver få undervisning i synskadefärdigheter.

Utan att glömma våra blinda och WHO-synskadade medlemmar kan vi vara ett professionellt synförbund för alla dem som redan nu och i framtiden har nytta av FSS:s sakkunskap.

Nya krafter i styrelsen. På FSS:s digitala vårmöte 23.5.2023 valdes Jonas Lindström och Sigrun Bessadottir in i styrelsen. De ersätter ledamöterna Carina Bjongbacka och Fredrik Lindeman som avgått. Under mötet

godkändes verksamhetsberättelsen för år 2022 med ett par mindre korrigeringar. Likaså fastställdes bokslutet 2022 och styrelsen, verksamhetsledaren och övriga redovisningskyldiga beviljades ansvarsfrihet.

En fråga som lyftes under mötet var hur personer som har svårt att klara av vardagen på grund av utmaningar med synen, men som ännu inte kan räknas som personer med synnedläggning, ska benämnas. (HM)

KOLUMN

Hur planerar du din sommar?



Veera Florica Rajala,
socialpolitisk
sakkunnig, FSS

Som småbarnsföräldrar och ledarhundsanvändare känner jag ofta stress inför sommaren. Vad ska vi hitta på för roligt i år? Utmaningen är att finna aktiviteter som passar både för mitt barn och mig – och som jag också klarar av att utföra.

Förra sommaren reste jag ner till Astrid Lindgrens Värld i Skåne tillsammans med min dotter och min ledarhund Palo. En sådan här resa

kunde jag inte tänka mig att göra utan Palo och besöket i Astrid Lindgrens Värld kunde inte aktualiseras utan ledsagare.

Att ha en synnedsättning medför krav på noggrann planering.

Först kollade jag upp vilka regler som gäller för ledarhundar på tågen i Sverige, vilket inte var helt enkelt. Därefter tog jag reda på vilka regler som gäller för

ledarhundar och ledsagare i Astrid Lindgrens Värld. På alla nätsidor jag klickade mig in på fann jag en massa oklarheter kring rätten att ha en ledarhund med sig. Det var också otydligt vilka dokument som behövdes för att bevisa att man verkligen

har behov av en ledsagare. Till slut accepterade jag osäkerheten som följeslagare på resan: ”Det får bära eller brista” tänkte jag och kände mig genast mindre nervös.

Efter att jag bokat alla båt- och tågbiljetter samt skickat ett meddelande till reseoperatören om att jag reser med en ledarhund bar det i väg.

Vi åkte med färjan från Åbo till Stockholm. Där hade min snälla pappa arrangerat bilskjuts till Stockholms Centralstation. Snälltåget förde oss till Malmö och mina närmaste vänner som bor ute på den skånska landsbygden.

Efter några dagar i trevligt sällskap, bar det av tillbaka till Stockholm. Vi utforskade huvudstaden och sen gjorde vi den efterlängtrade dagsutflykten till Astrid Lindgrens Värld – i glatt sällskap med dottern, assistenten och ledarhunden. Först åkte vi med ett snabbtåg och sedan ett lokaltåg genom det vackraste landskap man kan tänka sig. Väl framme i Vimmerby steg vi in i Astrid Lindgrens Värld.

Äventyret var oerhört stort för både dotter och hund. På området finns massor av plats för fri lek; i Bullerbyn och lekladan i Katthult, i Kvarnen, Mattisskogen och på Lilla Bråkmakargatan. Inte-stöta-marken-banan var också populär.



Trött ledarhund.

Efter besöket i Astrid Lindgrens värld vilade Palo på perrongen i väntan på tåget hem.

Foto: Aura Morén.



Glada turister. Barn och hundar är välkomna i Astrid Lindgrens värld. Här poserar hunden Palo, mamman Veera och dottern Alma på en ovanligt folktom gata. FOTO: AURA MORÉN.

”Att ha en synnedsättning medför krav på noggrann planering eftersom äventyret var oerhört stort för både dotter och hund.”

Inte bara barn, utan också hundar, är välkomna i Astrid Lindgrens värld. Palo var till en början på helspänn, men märkte småningom att det inte var någon fara å färde och slappnade av. Eftersom alla hundar fick komma in, var intresset för honom inte nämnvärt och jag behövde inte förklara för någon att man inte ska klappa en ledarhund på jobb.

Efter resan var jag så glad och

nöjd över att jag vågat åka på vår önskeresa – resan alla föräldrar vill uppleva med sitt barn. Min dotter och jag fick en gemensam, värdefull upplevelse som vi kommer att minnas livet ut. Bara man orkar och har tid är det värt att kasta sig ut i den stora världen och prova sina gränser. Under vår resa gick allt superfint, men utan förberedelser hade det också kunnat sluta illa.

SVENSKA SYNSKADADE I MELLERSTA NYLAND

Ett varmt tack till alla som deltagit på vårterminens måndagsträffar! Önskemål och idéer för kommande träffar tas gärna emot, dessa kan riktas till Henrik på kansliet.

Aktivitetsgrupperna Vattengymnastik samt Styrka och balans på Folkhälsan har inlett sina sommarpauser. Vattengymnastiken börjar igen fredagen den 18 augusti och Styrka och balans onsdagen den 16 augusti.

Höstens verksamhet inleds med en måndagsträff på

KansliHörnan måndagen den 14 augusti kl.13-15. Då träffas vi för att ta del av varandras sommar-anekdoter och givetvis bjuds det på kaffe med tilltugg. Också höstens program presenteras då.

En må bra dag anordnas i början på höstterminen och likaså en friluftsdag, mera info om dessa kommer senare på Medlemsbandet och på webben.

Kansliet håller sommarstängt från midsommar till den första veckan i augusti.

Före och under Raseborgs Sommar-teater 8.7 samt under svenska synskadade i Östnylands sommarprogram 1-3.8 kan kansliets telefon nås. Fr.o.m. måndagen den 7.8 kan kansliet nås som vanligt må-ons kl.10-13. Njut av sommaren och hoppas vi träffas snart igen!
Tfn. 0400 269 553. E-post: kansliet@ssmn.fi

Mera info om verksamhet finns bl.a. på webben: www.fss.fi/distriktsforeningar/mellerstanyland

VASA SVENSKA SYNSKADADE

Kansliet håller semesterstängt 26.6–w6.8 samt under tiden som vi är på resa 14 - 21.8.2023.

Kursen Rörelse–Styrka–Balans, i samarbete med Folkhälsans Förbund, startar på Lyktan tisdag 22.8 kl.10-10.45. Ingen anmälan behövs, kom som du är! Målet med träningen är att upprätthålla och stärka rörelseförmågan och balansen. Gymnastiken sker sittande så alla som vill kan delta. Välkommen med hälsar ledaren Malin Knip, tfn 044-788 1081!

Trivselcafé Aktivt Seniorliv i samarbete med Folkhälsans Förbund håller sin första träff på hösten tisdag 29.8

kl.13-15 på Lyktan med Carina Blom som ledare, tfn 044-788 1026. Carina hälsar alla välkomna med! Punktskriftskursen hålls även under hösten varje onsdag kl.10-13.30 på Lyktan. Undervisningen startar onsdag 6.9 och är individuell. Nya elever är speciellt välkomna med hälsar Ritva Hagelberg och Börje Kukkonen som är föreningens punktskriftslärare. Kontakta kansliet för mera info.

Vattengymnastik inleder sin verksamhet i samarbete med Folkhälsans Förbund i Smedsby torsdag 7.9 kl.17-17.45 och pågår fram

till och med 30.11 (med undantag av 19.10 då det är höstlov). Ledare i höst är Emma Snellman, tfn 044-331 8388. Begränsat antal platser. Anmäl om deltagande senast 31.8 till kansliet.

”HÖSTVANDRING i samarbete med Folkhälsan och VSS”. Vandringarna kommer att ske på torsdagar med början torsdag 24.8 kl.10, därefter träffas vi 7.9 och 21.9. Det finns möjlighet att bli upphämtad med taxi om man bor i Vasa eller i närheten av Vasa. Första vandringen kommer att gå längs med Stadsfjärdsleden i Sunnanvik och den andra vandringen

längsmed Edvinsstigen. Sista gången är ännu öppen. Vandringarnas längd anpassas efter deltagarna men troligtvis runt ca två-tre kilometer. Vandringarna är gratis och platserna är begränsade. Anmäl ditt intresse senast måndag 21.8 till Malin Knip, tfn 044-788 1081 eller per e-post: malin.knip@folkhal-san.fi

Meddela i samband med anmälan om du önskar bli hämtad med taxi och om du behöver ledsagare.

HÖSTJIPPO på Lyktan med BASAR, LOTTERI och sång o musik (oklart ännu av vem) ordnas torsdag 14.9 kl.13! Fri samvaro med kaffe och dopp. Baka gärna ditt favoritbröd och din favoritkaka och ta med till försäljning. Allt nytt (inga loppis grejor) är välkommet tex handarbeten, mattor och stickat! Har du saker till snabblotteriet, är vi även tacksamma för

det! Anmälan senast måndag 11.9 före kl.14.

Kontaktinformation:
Alla anmälningar och förfrågningar görs till verksamhetsledare Febe Mörk på tfn 045-321 3320 (må-to kl.9-14) eller per e-post: vasasynskadade@gmail.com

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

Med jämna mellanrum finns även info i Torgplatsen i Vasabladet samt i Föreningspalten både i Vbl och Sydin. Under tiden som kansliet är stängt kan man kontakta förningens ordförande Kerstin Lillbåsk, tfn 050-369 5997 eller per e-post: kerstinl@tawi.fi

Vår synrådgivare Ulla-Britt Ingman kan nås på tfn 050-561 2950, måndag-torsdag, eller per e-post: ulla-britt.ingman@fss.fi Ulla-Britt gör även hembesök, så kontakta

henne. Semester under tiden 22.6 – 9.8.2023.

Kontaktuppgifter till våra nya taltidningsstödpersoner:

Christer Strömbäck för VBL, tfn 0400-764 138 strmbck.christer@gmail.com

Pontus Westmalm för Sydin, tfn 045-221 3233 pontus.westmalm@abo.fi

IT-stöd person för VSS är Tom Lillas, tfn 050-521 7356 eller lillastom@gmail.com

Österbottens Valfärdsområdes synrehabilitering betjänar enligt följande:

Rehabiliteringshandledare Jenni Puurula för klienter med efternamn som börjar på A-K + arbetsför ålder, tfn 040-728 8051 eller jenni.puurula@vshp.fi

Rehabiliteringshandledare Birgitta Rinta-Jouppi för klienter vars efternamn börjar på L-Ö tfn 0400-792 428 endast under tisdag och torsdag kl.9-10.30 eller per e-post: birgitta.rinta-jouppi@vshp.fi

ÅLANDS SYNSKADADE

Ålands synskadade önskar alla en trevlig sommar. Verksamhetscentret Ankaret håller stängt från fredag 23 juni till och med 8 augusti. Under tiden läses mejl sporadiskt. Brådskande ärenden besvaras av styrelsen. Hösten inleds med fotvård

den 10 och 23 augusti. Öppet hus och introduktion till syntolkning och ledsagning på dagen lördagen den 2 september. Frivilliga som hjälper till under dagen uppskattas!

Kontaktinfo 2023
Verksamhetsledare
Charlotta Solax, arbetar

måndag till torsdag fram till midsommar.

045 7343 8950

e-post: kansli@syn.ax

Besöksadress till Ankaret
Johannebovägen 7

Säkrast bemannat måndag till torsdag. Sommarstängt från 23 juni till och med 8 augusti.

NORRA ÖSTERBOTTENS SVENSKA SYNSKADADE

Motionsgruppen ”Hurtbullarna” samlas på tisdagar kl 10 vid ”Lockanberget” i Jakobstad. Kom med och njut av att promenera tillsammans i fin natur!

Vi ordnar en sommarutfärd till Kronoby onsdagen 21.6. Vi inleder dagen med lunch vid Hästöskata och därefter besöker vi Korholmens spetälskehospital, där vi får ta del av ett drama och en syntolkad guidning. Dagen avslutas med eftermiddagskaffe. Pris för hela dagen är 20,- € + 5,- € för bussen. Bussen kör enligt följande tidtabell:
Kl 9.50 Munsala (Berras, Södra Munsalav. 49)

Kl 10.10 Nykarleby busstation / torget

Kl 10.30 Jakobstad, Fyren (Otto Malmmsgatan 9 A)

Kl 10.45 Edsevö Neste

Kl 11.00 Kronoby S-Market (Strandvägen 1)

I juni erbjuder föreningen sommarjobb åt en IT-studerande, som kommer att finnas på Fyren och hjälpa medlemmar som har problem med sin dator eller vill lära sig mera om smarttelefoner och surfplattor.

Kansliet är semesterstängt under tiden 3.7 – 13.8.2023. Mera info på www.fss.fi/noss, Medlemsbandet, Facebook och ÖT:s minneslista på lördagar eller av Ann-Sofie

Grankulla, som tar emot anmälningar på tfn 044-7234 888 eller via e-post: noss@multi.fi

Man kan även ringa föreningens ordförande Bengt Ahlvik, tfn 0500-778 694 (under vardagar) eller via e-post: bengt.ahlvik@gmail.com

Synrådgivare Peter Koskinen nås på tel 050-471 2763 (måndag-torsdag) eller via e-post: peter.koskinen@fss.fi och Ulla-Britt Ingman på tel 050-561 2950, e-post: ulla-britt.ingman@fss.fi

En skön och trevlig sommar tillönskas alla läsare!

SVENSKA SYNSKADADE I VÄSTNYLAND

Hej alla medlemmar, under sommaren är de flesta aktiviteter på paus och tyvärr ordnas inga arkeologiska utgrävningar den här sommaren.

Börje Broberg syntolkar fotboll i Ekenäs under sommarmånaderna, kontakta

Börje om du är intresserad. 044-5410679 eller brunos@minmail.fi

Första månadsmötet för hösten är lördagen 9.9 kl.13 på Lyan. Anmälan 5.9

Må bra dag på Lyan tillsammans med Folkhälsan och

Mieli ry är torsdag 14.9 kl.10 till cirka 15. Anmälan 7.9 Alexandra når du igen i augusti. Då kan du ringa må-to kl.9-14, 040-7786295 eller skicka epost till ssvn@brev.fi. **Trevlig fortsättning på sommaren!**

Vasa svenska synskadades utflyktsdag 21.5.till Koskö i Korsholm.

Denna träff gjordes i samband med Korsholms kommun som jubilerar och firar sina 675 år hela år 2023. Idén med det hela var att föreningar skall förenas och ta del av varandras verksamhet och program. Totalt samlades 45 medlemmar från VSS och utöver detta deltog ca 15 bysbor från Koskö. Hembygdsföreningens ordförande **Susanne Granholm** hälsade alla hjärtligt välkomna. Långborden var vackert dukade och efter allsången "Den blomstertid nu kommer" fick vi njuta av kaffe med den speciellt framtagna "Korsholm 675års bakelsen" – glada skratt och mycket prat runt borden vittnade om att gemenskapen var på topp denna strålande, soliga vårdag.

Verksamhetsledare **Febe Mörk** från VSS informerade om föreningen, vilken uppgift som hon har och vilka kurser och vilket program som föreningen har. Även info om resan till Sverige, samt kort info om förbundet FSS och vart man skall vända sig om man upptäcker att synen blir sämre. Före hon avslutade överlämnades en historik och en ny VSS lippis till **Alf Burman**.

Kosköbon och deras allt i allo, Burman, tog därefter till orda och berättade ingående om hembygdsföreningen som just firat 50 års jubileum. Hembygdsföreningens hus är 70 år gammalt och under dessa tider som förflutit har mycket hunnit hända. Föreningshuset har tjänat allt och alla i byn och talkoandan har flödat och tack vare detta har man kunnat hålla ekonomin i skick.

Gemenskapsdagen avslutades med att Spex-gänget sjöng och spelade.

Kl.15 startade bussen på nytt mot de andra grannbyarna Petsmo, Hankmo och Kvevlax ledd av den eminenta lokala guiden **Marita Carlson**.

Prick kl.16 rullade bussen in på parkeringen vid Tesses Café, som är beläget vid Vassorfjärden i Korsholm till middagen som bestod av ugnsgräddpotatis, tunt skivad porterstek och smörstekta morötter. Till efterrätt serverades kaffe och den som ville fick beställa något sött till, vilket en del gjorde.

Efter en trevlig samvaro var det så dags att styra kosan hemåt igen efter ännu en lyckad dag med många upplevelser rikare!

FEBE MÖRK

ANNONSER

De Blindas Vänner

Sokeaintalo Rahasto som förvaltas Sokeain Ystävät – De Blindas Vänner sr. erbjuder förmånligt boende i huset som de äger på Terassgatan 11 i Berghäll i Helsingfors.

Lägenheternas storlek varierar mellan 32m² och 80m², hyresnivån ca 15€/m² samt personbunden vattenavgift.

Ansökan kan fyllas i på adressen www.estlander.fi eller genom att skicka epost på adressen:

mikael.julin@estlander.fi.

Robert Åke Lindroos Stiftelse

Stiftelsen Robert Åke Lindroos utdelar stipendier till svenskspråkiga personer med synnedsättning för utbildning, fortbildning och studier. Ansökningstiden är fortlöpande.

Till en fritt formulerad ansökan bör bifogas information om utbildning (inklusive kostnadsberäkning) eller bevis på studier, t.ex. studieregisterutdrag. Erhållet bidrag ska redovisas.

Ansökan riktas till verksamhetsledare Matthias Jakobsson.

E-post: matthias.jakobsson@fss.fi.

Varför lönar det sig att bli medlem i Förbundet Finlands Svenska Synskadade

Har du själv, din familjemedlem eller närstående en synnedsättning eller utmaningar med synen?

Vi finns här för dig!

Ju fler medlemmar vi är desto starkare är vi i vårt arbete att skapa ett jämlikt samhälle. Du är viktig.

Vad vi erbjuder

Vår verksamhet är mångsidig. Vi ger dig som har utmaningar med synen:

- personlig rådgivning och stöd i vardagen
- information om hjälp som finns att få i samhället
- hjälp med att använda för dig utvalda, anpassade IT-hjälpmedel och appar
- gemenskap och utbyte av erfarenheter med andra med synnedsättning
- aktiviteter, kurser och träffar
- juridiskt stöd i synskadefrågor
- information i olika tillgängliga format, bland annat taltidningar och punktskriftstidningar
- tidningen du just nu läser, Synvinke

Samtidigt kämpar vi för att Finlands svenskspråkiga synskadade ska uppnå full samhällelig delaktighet och jämlikhet.

Välkommen med i FSS!

Ordinarie medlemskap är ämnat för personer med synnedsättning enligt WHO:s (World Health Organisation) definition på synskada. Medlemskap är inte ett måste



”Så bra och lätt! Jag fick hjälp med telefonerna av FSS!” Foto: Nina Winquist

för att ta del av vår service, men av våra nuvarande medlemmar rekommenderar hela 98 % andra synskadade att bli medlemmar i FSS.

Vårt stödjande medlemskap

Vill du stödja förbundets arbete, utan att själv ha en synskada?

Inga problem, du kan bli stödjande medlem!

Du får bland annat organisationstidningen som tar upp nyheter inom synområdet och förbundet.

Inte redan medlem? Du behövs!

Ring kansliet på telefon 09-6962 300 måndagar–torsdagar kl.10–16 eller skicka e-post kansliet@fss.fi