

4 Nina, 50+, utbildar sig till osteopat

7 Eva delar med sig av synsmarta kökstips

10 FSS vill begränsa skärmtiden i skolan

Synvinkel

5 • 2023 FÖRBUNDET FINLANDS SVENSKA SYNSKADADES ORGANISATIONSTIDNING



15

En elev som inte ser sätter skolan i gungning

I DENNA TIDNING

5 • 2023

LEDARE

3 Låt passionen styra yrkesvalet

ARTIKLAR

4 Det är aldrig för sent att utbilda sig

7 Eva använder alla sinnen
i köket – förutom synen

12 Hjälp – eleven har
en synnedsättning!

15 Barn som inte ser får
lärarna att tänka om

17 Skilla rycker ut
när skolorna behöver stöd

26 Tre dagar till 50-åringens ära

KOLUMN

10 Vi behöver fartbegränsningar
i den digitala världen

FRÅN MEDLEMMARNA

22 Sätt punkt för ensamheten

AKTUELLT

24 Axplock ur regeringsprogrammet

25 Valdebatt på Åland
med förstärkning från FSS

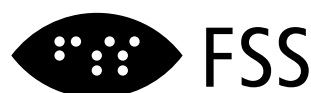
AKTUELLT I DISTRIKTEN

27

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.

T.f. chefredaktör: Henrika Mercadante
Tfn 044 712 30 13, e-post:
henrika.mercadante@fss.fi.

Layout: Synnöve Rabb

Tryck: Forsberg, Jakobstad

Papper: Obestruket Multioffset 120 g

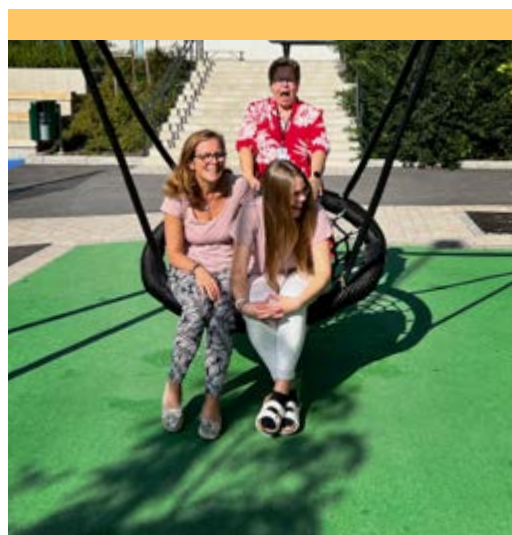
Typsnitt: PT Sans 12,8 pkt

Prenumerationer och adressändringar:

FSS kansli, tfn 09 6962 300,

e-post: kansliet@fss.fi

Nästa tidning utkommer 16.10.



■ **På pärmen:** Helsinge skolas rektor
Marielle Mursu ger fart åt speciallärare
Mikaela Sandman och personliga assis-
tenten Wilma Simonen som sitter i den
stora gungan på skolgården.
Foto: Henrika Mercadante

LEDARE

Låt passionen styra yrkesvalet

I detta nummer av Synvinkel behandlas utbildning ur olika perspektiv, med fokus på de yngre åren i livet. I Finland har personer med synnedsättning närmare tvåhundra olika yrken. Vi ska inte låta samhällets förväntningar begränsa oss till att välja ett yrke som passar i den stereotypa bilden av vad en person med synnedsättning klarar av, utan låta genuint intresse och passion styra våra yrkesval. Ett intressant jobb som är engagerande ökar livskvaliteten och ger också bättre förutsättningar för att orka längre i arbetslivet.

Utöver personer som redan i grundskolan eller under studietiden har behov av tillgänglig utbildning är det viktigt att inte glömma bort dem som är i arbetslivet och får en synnedsättning och också behöver utbildning och fortbildning. För personer som får en synnedsättning eller personer vars syn stegvis försämras, måste vi egentligen tala om två olika former av utbildning. Det ena är utbildning som ger yrkesfärdigheter, till exempel studier med målet att bli småbarnspedagog eller ingenjör. Det andra är utbildning i färdigheter som ger förutsättningar för att kunna studera, jobba och utveckla sig själv, trots utmaningar med synen. I brist på ett bättre ord kallar jag de här färdigheterna för synskadefärdigheter. Till synskadefärdigheterna hör bland annat

förflyttningsteknik, punktskrift och användning av digitala hjälpmedel. Det är dessa färdigheter som bör ligga i fokus.

Idag är 50 procent av personerna med synnedsättning i arbetsför ålder sjukpensionerade, samtidigt som bristen på arbetskraft i samhället ökar. Det borde vara en självklarhet för beslutsfattare att en satsning på ökade synskadefärdigheter lönar sig. Den som i ett tidigt skede får tillgång till utbildning i synskadefärdigheter, utgående från sina individuella behov, kan ha möjligheter att stanna kvar på sin arbetsplats. Om ett byte av yrke ändå behövs, ger goda kunskaper i synskadefärdigheter betydligt fler valmöjligheter.

Utöver de mera traditionella synskadefärdigheterna är även verktyg för att öka resiliensen mycket viktiga, alltså förmågan att hantera motgångar, återhämta sig och gå vidare. En vardag där arbetslivet och privatlivet kryddas av tillgänglighetsutmaningar, fysiska, sociala, kulturella och digitala, krävs en hög resiliens för att orka på lång sikt. Att bygga upp sin resiliens är en långvarig process och kräver målmedvetet arbete på flera olika områden i livet, men tillsammans med de övriga synskadefärdigheterna är det ett verktyg för ett självständigt liv på egna villkor.



Matthias Jakobsson,
verksamhetsledare



■ **Se människan.** Som massör, fysioterapeut och snart osteopat jobbar Nina Kilpiä helhetsmässigt med patienterna.

Det är aldrig för sent att utbilda sig

Är det smart i min ålder? Har jag råd? Klarar jag det? Nina Kilpiä tvekade inte länge, utan började studera osteopati trots att hon var 50+, har en synnedsättning och trots att utbildningen skulle kosta henne 32 000 euro. Hon ångrar det inte en sekund.

TEXT: HENRIKA MERCADANTE FOTO: MARIKA MÄKINEN

Det blåser nya vindar i samhället. Än så länge bara en svag bris som börjar föra elever med funktionsnedsättning till oprövade läroinrättningar. Alla vägar ska inte leda till Optima eller andra läroanstalter som erbjuder särskilt stöd. Men är lärarna inom högskolorna och yrkesskolorna redo för att ta emot studerande med synnedsättning och anpassa undervisningen efter deras behov?

– Allt hänger idag på de enskilda individerna. Vill just den läraren tänka om och göra det möjligt, så fungerar det, säger **Nina Kilpiä**.

För ett par år sedan gick Nina på en kurs där osteopaten **Topias Aro-Harle** föreläste om magen och de inre organens funktion. Hon blev genast intresserad och diskuterade om det var möjligt att utbilda sig till osteopat trots utmaningar med synen. Topias uppmuntrade henne

och inom kort sökte hon och tre andra personer med synnedsättning in till osteopatiskolan Atlas i Esbo. Ninas lycka var att Topias själv blev hennes assistent.

– Tänk, han tog jobbet som assistent, med en eländig lön bara för att hjälpa oss. Han är otrolig!

Hands on-teknik

Finns det vilja, så finns det lösningar. I osteopatiskolan ingår mycket undervisning i anatomi som traditionellt presenteras i bildform. För Topias gäller det att syntolka anatomiska bilder,

■ **Anatomi.** Osteopaten ser människan ur ett holistiskt perspektiv och främjar kroppens självläkande förmåga. Händerna är osteopatens viktigaste verktyg.



”Det är ett härligt yrke som underskattas, ett jobb med en bra lön som man kan leva på.”

Nina Kilpiä om massörsyrket

vilket inte är lätt. Adjö Powerpoints och välkommen Hands on-teknik. I stället för att demonstrera hur man ska göra fick studerandena fysiskt känna hur de skulle behandla sina patienter. Lärarna var öppna för nya lösningar. Annat var det då Nina beslöt att studera fysioterapi under lågkonjunkturen på 90-talet.

– Inställningen var: Inte kan en person med synnedsättning bli fysioterapeut! Men de fick tji. Nu är jag både fysioterapeut och massör och inom kort osteopat.

I stället för ny bil

Nina konstaterar att många köper en ny bil då de närmar sig femtio. Hon satsade i stället på sig själv och sin utbildning. Det bekymrar henne att allt färre personer med synnedsättning utbildar sig till massörer och konstaterar att det kanske beror på att det var ett yrke som rekommenderades för ofta för personer som inte ser och att det kanske nu blivit en motreaktion.

– Det är ett härligt yrke som underskattas, ett jobb med en bra lön som man kan leva på.

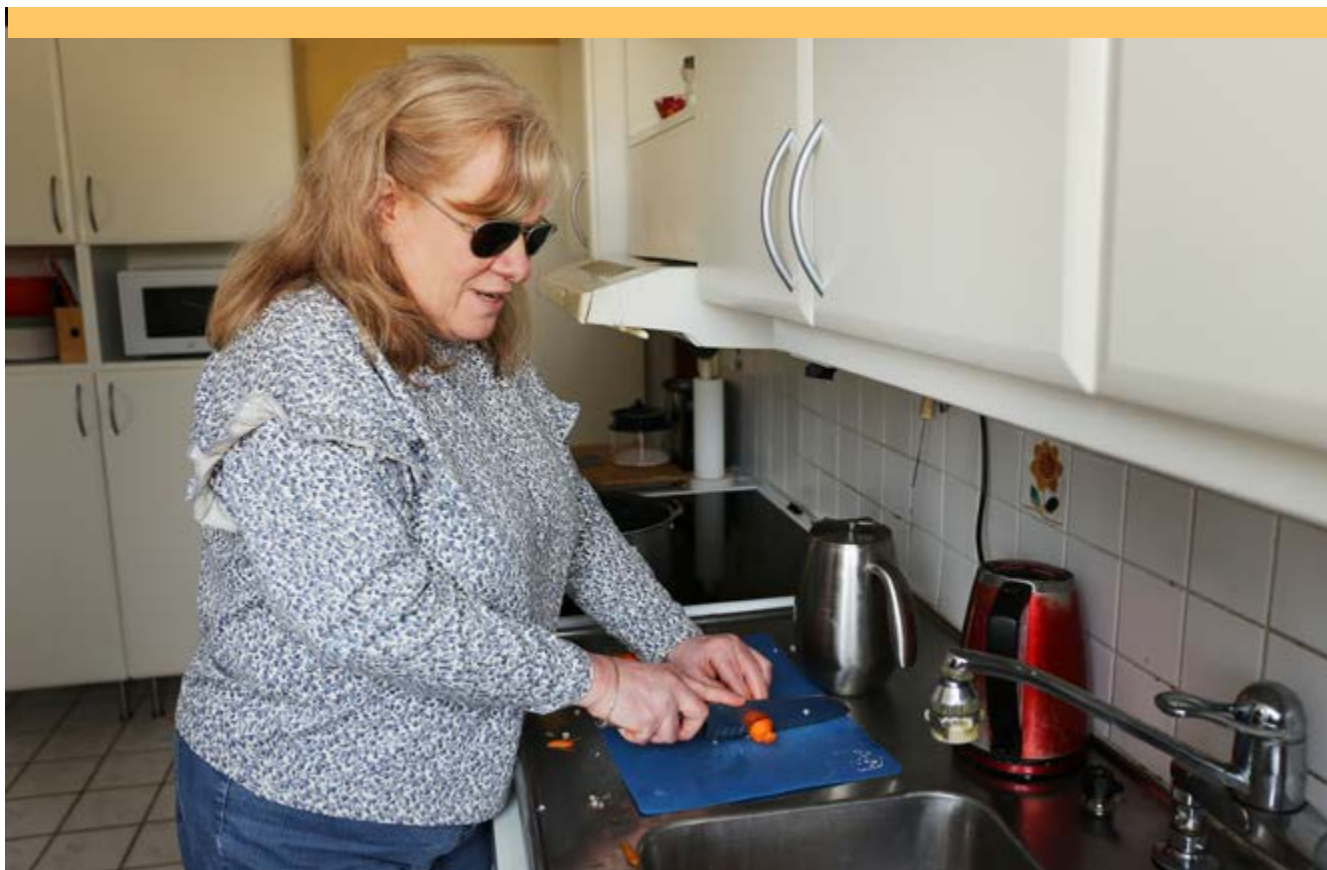
Snart kan Nina som började sina studier utan stöd, med förstoringsglas som enda hjälpmedel gratulera sig till examen nummer 3.



■ **Alltid redo.** Varken lågkonjunktur eller pandemi kan stoppa Nina – då vidareutbildar hon sig tills patienterna återvänder.

Nina Kilpiä

- **Bor:** i Helsingfors, hemma från Villmanstrand.
- **Har:** tre barn, varav två utflugna.
- **Yrke:** massör, fysioterapeut och snart också osteopat.
- **Läser just nu:** anatomi och facklitteratur.
- **Smultronställe:** sommarstället i norra Savolax. Jobbet är fullt av människomöten. På landet får jag ro och frid.
- **Motto:** Tänk positivt och gå vidare. Vill du kan du hitta någonting gott i allt som sker.



■ **Surdegfantast.** Jag älskar att baka, nästan mest i livet, säger Eva Hildursmark. Men här skär hon morot.

Eva använder alla sinnen i köket – förutom synen

Eva Hildursmark är blind sedan födseln, men det hindrar henne inte från att trivas i köket. Hon delar gärna med sig av sina tips och påminner om att lugn och ro är nyckeln till att lyckas i köket, särskilt som synskadad.

TEXT: LINDA WIKTORSSON-LÅNG FOTO: MONICA WALLDÉN

Eva Hildursmark jobbar som ombudsman och studieansvarig hos Synskadades Riksförbund Stockholms stad. Hon har också varit initiativtagare till boken "Mat i mörker" som är en kokbok med medlemmarnas recept, råd och tips om hur man kan underlätta matlagningen som synskadad. Boken finns också i storstil, punktskrift och Daisy.

– Det här är en bok som vi på

kansliet och föreningens medlemmar skapade tillsammans – från idé till färdig produkt, säger hon och tillägger att hon är både stolt och nöjd över boken.

– Allt började 2016 när vi satt vid fikabordet på jobbet. Vi har kafé en gång i månaden och då pratas det ofta om mat, recept och tips. Och vi sa: "Tänk om vi skulle göra en kokbok".

”Känsln är ett fantastiskt sinne. Känn efter om det är klumpar i pannkakssmeten eller om potatisklyftorna är lika stora. Det är okej att kladda.”



Tipsen flödade in

Eva har alltid varit intresserad av att baka och laga mat. Hon har också länge närt en dröm om att skriva en bok, även om det inte nödvändigtvis skulle vara en kokbok. Men så blev det. För att få in förslag på favorit-recept meddelade de medlemmarna att en kokbok var på gång.

– Vi fick allt från ett recept till hela receptsamlingar. Det var bara att välja och vraka!

Lika viktiga som recepten var smarta tips. Vad gör man när man ser dåligt? Vissa har sett tidigare och ställs inför frågan: Hur gör man nu?

– Jag började själv fundera över om det finns några speciella knep, men jag tänkte att jag väl gör som alla andra, säger Eva som själv är blind sedan födseln.

Det blev ett långt kapitel med råd och tips, inklusive råd om livsmedel och husgeråd, tips kring att skala, hacka och skiva, och om dukning och servering. I receptdelen finns allt från kyckling till vegetariskt, bakat och efterrätter. Det var också viktigt att boken skulle vara lätt att använda i köket. Därför trycktes den på ett papper som är

lätt att torka av, skriven i stor stil och med bra kontraster.

Glädjen var stor när kokboken kunde lanseras. Den blev snabbt populär och fick tryckas i en ny upplaga.

Sammanfattningsvis ger Eva tipset att använda sina övriga sinnen – känsel, lukt, smaksinne och hörselsinne. Plus att dra nytta av sina erfarenheter.

– Känsln är ett fantastiskt sinne. Känn efter om det är klumpar i pannkakssmeten eller om potatisklyftorna är lika stora. Det är okej att kladda, påminner hon.

Älskar att baka

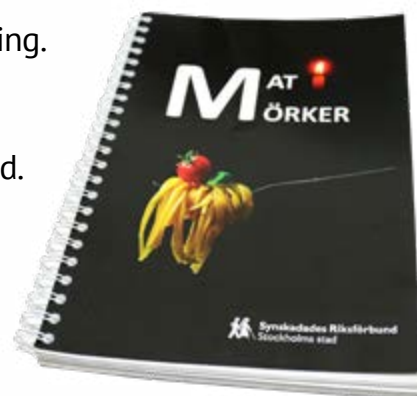
Matlagningsintresset har Eva haft ända sedan liten, men intresset utvecklades när hon flyttade hemifrån och fick, som hon säger, stöka på och hitta sina egna strategier.

– Men det gäller väl allting. Jag älskar att baka, nästan mest i livet. Framför allt matbröd och då surdegsbröd.

När Eva och hennes make skulle iväg på semester längs Göta kanal glömde Eva surdegen framme. Den surdeg som hon

■ Kontraster.

Den ljusa löken framträder bra mot den blå skärbrädan.





■ **Former.** I Evas kök förvaras olika livsmedel i burkar av olika form och material.

hade haft i så många år, matat och skött om, jäste över på alla bredder och var bara att kassera.

– Det var en sorg, som om en hund hade dött, säger hon bildligt.

Man behöver inte se glaset

Eva pratar om rutin och återkommer till att utveckla egna strategier. Som synskadad övar man också upp sinnen som en seende inte behöver.

– Man hör när ett glas är fullt, säger hon.

Och visst händer det att man bränner sig, men med rätt teknik blir risken betydligt mindre. Lugn och ro är nyckeln – särskilt om man är nybörjare.

En av deltagarna vid medlemsträffen i Solna spinner vidare på det här med att använda sig av kontraster vid synnedsättning och ger som exempel fördelen med att använda en vit stekpanna och att hacka och skära lök på en mörk skärbräda.

Likaså kan man använda sig av kontraster när man dukar. Ställ inte ett vattenglas direkt på ett mörkt bord, utan lägg istället någonting ljusst under.

Att inte se hindrar inte Eva från att trivas i köket!

Så håller du reda på vad burkar, paket och påsar innehåller

- Spara på udda burkar som du kan återanvända och hälla över olika livsmedel i. Eva har oregano i en stor, lite kantig burk, örtsalt i en bullig glasburk, ris i en stor, rund plåtburk från sitt föräldrahem och så vidare. Genom att alltid hälla över livsmedlen i respektive burk underlättas arbetet i köket. Dessutom känns det personligt och hemtrevligt.

- Stoppa in förpackningen i en plastpåse och lägg i en lapp med punktskrift eller storstil där du har skrivit vad som finns i paketet och eventuellt en anvisning. Nästa gång du köper en likadan förpackning kan du återanvända både lappen och plastpåsen. För vissa förpackningar fungerar det att sätta fast lappen med en klädnyppa direkt på paketet.

- Märk kryddburar genom att sätta fast en bit hållbar tejp eller bokplast märkt med storstil eller punktskrift på locket. Om du köper en likadan burk nästa gång kan du flytta över locket så slipper du märka burken igen. Ofta måste du förkorta kryddans namn för att lappen ska få plats på locket, till exempel "tim" för timjan, "ros" för rosmarin.

- Vill du märka frysvaror kan du köpa plastpapper som du skriver texten på. Sedan lägger du in både varan och lappen i en plastpåse innan du lägger alltihop i frysen.

- Eva viker alltid upp det ena hörnet på yoghurtförpackningen ifall hon köper både mjölk och yoghurt. Är det ett paket utan något som går att vika upp klipper hon ett litet jack där det får plats uppe på yoghurtpaketet. Eva, som ofta har både krossade och hela tomater hemma, brukar riva sönder etiketten på de krossade tomaterna för att skilja burkarna åt.

Vi behöver fartbegränsningar i den digitala världen

Världen är digital, det är ett faktum idag. En för alla tillgänglig, trygg och samtidigt balanserad användning av digital teknik, utan risker för den fysiska eller mentala hälsan är något som fortfarande bara hägrar i fjärran. Det krävs ännu ihärdig intressebevakning, upplysning och samhällelig diskussion innan vi uppnår ett bättre läge.

Hur lång tid vi spenderar framför datorn, telefonen eller surfplattan, skärmtiden, är något som vi måste ge akt på. I början, då bilarna blev allt vanligare i gatubilden, hade vi inga fartbegränsningar på vägarna och inga säkerhetsbälten. Nu har vi det och det har ökat tryggheten, trots att vi idag lever i en värld där fordon är en så vardaglig del av vårt liv att det är svårt att föreställa sig ett samhälle utan dem. Vi står inför liknande utmaningar gällande digitaliseringen av samhället. Det handlar alltså inte om att förbjuda eller avsäga sig allt som är digitalt på grund av problem och hälsorisker som kan uppstå. Det som idag behövs på samhällelig nivå är digitala fartbegränsningar och säkerhetsbälten.

Många undersökningar visar att barn och ungas användning av skärmar i stora kvantiteter inte stöder en balanserad uppväxt och god fysisk och psykisk hälsa. Trots att världen har blivit digital har vi som

en biologisk entitet inte förändrats. Den digitala tillvaron kan vara en del av vår vardag, men vi behöver fortfarande en vardag utan skärmar. Särskilt viktigt är det för barn och unga.

Vi på FSS, förbundet som jobbar med syn och synnedsättningar, vill påminna om de negativa konsekvenserna för mycket skärmtid under uppväxten kan ha för ögonhälsan – permanent. Enligt WHO ökar närsyntheten bland barn och unga världen över. Det finns en risk för att närsynthet som uppkommit i ung ålder kan utvecklas till något värre med tiden; grå starr, glaukom, maculadegeneration (förändringar i gula fläcken), näthinneavlossning. Risken för att insjukna i dessa sjukdomar ökar om man är närsynt. Ju tidigare man blir närsynt, desto tidigare riskerar man att insjukna.

Den goda nyheten är att ögonhälsan bland barn och unga kan gynnas av en sund användning av ögat under uppväxten. I skolan utför barnen mycket närarbete under lektionerna, arbete där barnen fokuserar på något som är på ett kort avstånd från ögat.

Att läsa böcker är bättre för ögonen än att läsa text på en skärm, för varje gång du vänder ett blad, låter du ögat vila. Då du läser samma innehåll på en skärm, saknas denna mikropaus. Pixlarna i skärmen gör



Johanna Meriläinen,
rehabiliteringschef



därtill att ögat måste fokusera och anstränga sig mer för att skapa en skarp bild, än om du läser en tryckt bok.

FSS förespråkar en tydlig begränsning av skärmtid under hela skoldagen under hela grundskoletiden.

Det är ytterst viktigt för ögonens utveckling och välmående att låta dem vila regelbundet från allt närarbete. Att vistas utomhus är ett bra alternativ, särskilt för barn och unga. Då vi rör oss utomhus, iakttar vi föremål på olika avstånd. Ögonen får därmed mångsidig stimulans och en god chans att utvecklas optimalt. Dagsljuset stimulerar dopaminutsöndringen, vilket också gynnar en bra synutveckling, särskilt hos barn.

För oss vuxna gäller samma riktlinjer, även om våra ögon har utvecklats färdigt. Våra ögon gynnas också av regelbundna pauser från närarbete och skärmar. En promenad utomhus under kaffepausen

eller en fika med kolleger, utan skärmar, gör oss gott på flera plan, men är särskilt viktigt för våra ögon.

Vårt arbete för digital tillgänglighet och för en balanserad användning av digitala verktyg är elementära steg för att skapa en för alla trygg och hälsosam tillvaro i vår digitala värld.

Har du frågor kring synen, vill du veta mera? Kontakta våra synrådgivare för personlig kostnadsfri rådgivning eller be oss komma och hålla ett kostnadsfritt informations-tillfälle för er skola, personal eller ert arbetsgång!

Här hittar kontaktuppgifter till synrådgivare i olika regioner:

<https://fss.fi/kontakta-oss>

■ Stimulans.

Då vi rör oss utomhus får ögonen mångsidig stimulans och en god chans att utvecklas optimalt.

”FSS förespråkar en tydlig begränsning av skärmtid under hela skoldagen under hela grundskoletiden.”

Hjälp – eleven har en



■ Delaktighet och trygghet satsade Kristina och Jannica stort på. Många tips fick de via Google.

synnedsättning!



Osäkerheten är stor i daghem, skolor och i högskolor när det börjar ett barn med synnedsättning – för det är så sällsynt. Hur ska vi tänka? Vad ska vi göra för att stöda eleven? Vem kan hjälpa oss?

TEXT & FOTO: HENRIKA MERCADANTE

Kristina Carlsson och **Jannica Hakulinen**, som är speciallärare och lärare inom småbarnspedagogiken vid Finno daghem, skrattar åt minnet av förberedelserna inför dagisstarten för ett barn med synnedsättning. Visst har pedagogerna på daghemmet lång erfarenhet av arbete med barn med funktionsnedsättning, men den praktiska kunskapen om synutmaningar försvann ur huset vid ett personalbyte.

Vad göra? Googla. Söka inspiration. De började pilla in bjällror i bollar, köpte grön halktejp för att märka ut gånggrutter och klippte ut en nalle i lurvigt tyg så att barnet skulle kunna känna var hens stol var. På en mäsas stötte Jannica på Celas bord. Hon hade aldrig hört talas om biblioteket och lånade genast taktila böcker och ljudböcker.



■ **Taktil bok.** Pedagogerna efterlyser fler taktila böcker om vardagliga situationer.

– Vi hade ingen aning om det vi gjorde var vettigt, men vi experimenterade vilt, konstaterar Jannica.

Den första utmaningen var att ingen visste hur grav barnets synnedsättning var. Inte ens föräldrarna, för barnet talade inte. Snart märktes det att hen inte krockade med möbler, vilket var ett gott tecken. Då började de testa med bildstöd och stödtecken.

– Vårt mål var att försöka få barnet att förstå att det lönar sig att kommunicera, berättar Kristina.

Hur få barnet delaktigt?

Positivt var att sjukvården, HUS, tog kontakt med daghemmet och en person kom på plats och gav praktiska tips gällande miljön. Hur anpassa belysningen, vikten av att öka kontrasten mellan tallrikar och underlag och att kategorisera leksaker i lådor i olika färger.

Sen var det stopp med tipsen. Den viktigaste informationen sakna-

”Vi hade ingen aning om det vi gjorde var vettigt, men vi experimenterade vilt.”

des – hur får man barnet delaktigt? De testade med dans och musik och satsade primärt på att få barnet att känna sig tryggt.

– Om jag inte hade känt till att Skilla existerade, hade jag heller aldrig fått veta att vi kunde få hjälp och stöd i vårt arbete med barnet, konstaterar Kristina.

Nu springer barnen hand i hand

Det var en lättnad när Skillas handledare äntligen kom till daghemmet. Nu gjordes det en ordentlig synkartläggning och det kändes skönt för pedagogerna att få bekräftelsen att de spontant jobbat på helt på rätt sätt.

Nu ska de få material och förstår också hur mycket barnet ser. Informationen daghemspersonalen skulle ha behövt i början fick de till slut. Hur en nybliven pedagog skulle ha klarat sig i en motsvarande situation vet man inte.

– Det borde finnas ett nätverk av pedagoger med erfarenhet av barn med synnedsättning att bolla idéer med.

Pedagogernas jobb har burit frukt. I dag njuter de av att se hur barnet blivit alltmer socialt, hen har fått en läs-tv, är intresserad av böcker och också talet har lossnat. Bäst av allt är att se när barnen springer ut på gården, hand i hand, utan att någon påminner om att ingen får lämnas ensam.



■ **Med själ och hjärta.** Marielle Mursu, Mikaela Sandman och Wilma Simonen stöder elever med särskilda behov i Helsinge skola.

Barn som inte ser får lärarna att tänka om

Varför får lärarna ingen utbildning i att undervisa och stöda elever med synnedsättning? Det frågar sig Helsinge skolas rektor Marielle Mursu, specialklasslärare Mikaela Sandman och Wilma Simonen, som är personlig assistent till en elev med synnedsättning som började i skolan i höstas.

– Vi hade ju ingen aning ens om vad en läs-tv är, inte ens hur den ser ut, konstaterar **Marielle Mursu**.

Kunskap om undervisning av barn med nedsatt syn ingår varken i klass- eller ämneslärarutbildningen i Finland och ämnet tycks vara mycket ytligt behandlat även inom speciallärarutbildningen. En föreläsning där det sades att de som ska jobba i ”vanliga” skolor inte behöver fundera på stöd till elever som inte ser och att de som börjar jobba på Valteri får utbildning på plats. Det var allt som ingick i den finskspråkiga speciallärarundervisningen.

– Vi ville veta vad det finns för hjälpmedel, hur de fungerar, hur man ska tänka kring kontraster och mycket praktiska tips kring delaktighet och alternativa undervisningsformer för lärare i olika ämnen, berättar **Mikaela Sandman** och Marielle Mursu.

Rädsla för att göra fel

Det är inte förvånande att det uppstår stor oro inom lärarkollegiet då det meddelas att en elev med synnedsättning börjar i skolan. När kunskap saknas är alla rädda att göra fel, eller att inte räkna till.

I Helsingfors klustrades gulsvart tejp på första och sista trappsteget och i nära dialog med anhöriga och Skillas handledande lärare planerades skolstarten så att den skulle gå smidigt. Att elevens utmaningar plötsligt kan förändras före skolstarten, gör ibland att det som förberetts kan ställas på ända.

När det börjar ett barn med synnedsättning i en skola tvingas alla lärare tänka om och använda sin fantasi för att inkludera barnet i undervisningen. Särskilt utmanande är det för lärare i

praktiska ämnen. I Helsingfors skola fick eleven fingervirka i stället för att sy på maskin. Då de andra eleverna ritade av varandra fick eleven med synnedsättning känna på sitt ansikte och skapa ett självporträtt.

Involvera eleverna

Det gäller att inte bara fokusera på hur man kan anpassa undervisningen och stöda lärarna. Också klasskamraterna är osäkra. ”Kan man fråga: Har du aldrig sett i ditt liv?” ”Är det illa om jag säger Titta dit?” En öppen dialog är viktig, gärna en introduktion av en anhörig och olika praktiska tips, till exempel att du inte enbart måste säga vem du är när du kommer till eleven, utan också berätta när du går i väg. Det svåraste är den sociala biten.

– Jag försöker jutta med de andra eleverna och få med honom i diskussionerna, berättar **Wilma Simonen**.

För henne var det pirrigt att plötsligt husera i lärarrummet, två år efter att ha varit elev i samma skola. Framför allt var hon rädd att göra fel, men efter en kurs på Skilla tog hon det med ro.

– Han bara skrattar när jag säger eller gör något tokigt, konstaterar Wilma, och humorn hjälper.

Förutsättningarna för att klara av att stöda en elev med synnedsättning var goda i Helsingfors skola: en förstående utbildningsdirektör som öppnar penningpåsen för stödåtgärder, en rektor som är mamma till ett barn med särskilda behov, en liten skola, 302 elever och rätt få elever med funktionsnedsättning och tidiga och fortlöpande insatser under handledning av Valteri-Skilla. Sist men inte minst: en elev med positiv inställning, gott samarbete med anhöriga och lyckan att hitta en engagerad personlig assistent med sjukvårdsbakgrund.



■ **Läs-tv med avståndskamera.** Eleven kan zooma in på läraren eller små detaljer på tavlan, berättar Daniel.

Skilla rycker ut när skolorna behöver stöd

Integrationen av barn med synnedsättning har lyckats i Svenskfinland, i alla fall till pappers. Idag går endast sex svenskspråkiga barn i specialskolan Valteri Skilla. Målet är att alla elever ska kunna gå i sina närskolor och få stöd enligt behov.

TEXT & FOTO: HENRIKA MERCADANTE

Daniel Enbacka och **Misa Möller** är handledande lärare med utbildning i synpedagogik på Skilla, men största delen av tiden är de på resande fot. De stöder idag ett 50-tal elever med synnedsättning och deras

arbetsområde är hela Svenskfinland. Skillas tjänster är via direktiv begränsade till småbarnsfostran och den grundläggande utbildningen. Då andra stadiets utbildning blev obligatorisk ignorerades eller glömdes stödbehovet bort.

– Efter nian måste vi bara säga

”Vi kan inte åka ut trots att vi vet att det i en skola finns en elev som skulle behöva våra tjänster. Kommunen måste först vara villig att betala.”

hej då åt barnen vi följt ända sedan dagis – och ingen tar över, konstaterar Daniel dystert.

Stödet till barnen börjar oftast med ett handledningsbesök, en heldag då synpedagogerna besöker daghemmet eller närskolan och iakttar lärmiljön, barnens funktionsförmåga, samverkan med andra elever och behovet av hjälpmedel. Synpedagogerna gör också funktionella synkartläggningar, erbjuder material och har nätverksmöten med lärare, personal, terapeuter och anhöriga.

Därefter träffar de barnen årligen, i små grupper, under stödperioder på tre dagar på Skilla. Då kollas hjälpmedel och synstatus upp. Vad fungerar idag? Behövs det något mer? På Skilla jobbar ett multiprofessionellt team bestående av speciallärare, synpedagoger, terapeuter och vid behov annan vård- och habiliteringspersonal. Samarbetet med finska sidan, i samma byggnad är gott. Som bonus får eleverna kamratstöd under stödperioden.

Regionala skillnader

Trots att Skilla är en statlig skola betjänar den i dag i hög grad elever



i närområdet. Ännu är det många som inte ha hört talas om Skilla. Det finns tydliga regionala skillnader. Nu satsar Skilla primärt på att informera utbildningsdirektörerna runt om i Svenskfinland. Även om stödet är statligt subventionerat



■ **Det finaste** med mitt jobb är att ofta med små medel, tips och idéer, kunna göra stor skillnad för personer med en synnedsättning och delaktighet på lika villkor, säger Misa.

är det kommunerna som köper in Skillas tjänster.

– Vi kan inte åka ut trots att vi vet att det i en skola finns en elev som skulle behöva våra tjänster. Kommunen måste först vara villig att betala.

Ofta får Skilla elever via aktiva anhöriga som kontaktar Skilla, som kontaktar skolan, som kontaktar kommunen och sen ska det beslutas om pengar, så det tar tid innan handledarna kan åka ut.

Lärarna inser inte heller alltid

att det finns behov av stöd.

– Elever med synnedsättning tar sällan plats och ställer sällan krav. Det som inte sägs av läraren finns ju inte för dem. Eleverna blir lätt efter, konstaterar Misa

Misa och Daniel anser att lärarna har ett mycket stort helhetsansvar, särskilt i att skapa grunden för social samverkan. Det borde satsas mer på delaktighet i skolorna. Då alla klasskamrater rusar ut på rast, blir de som inte ser ofta ensamma kvar.

Tekniken är en utmaning

En Läs-TV med en avståndskamera som gör att man kan zooma in på tavlan fungerar utmärkt i de lägre klasserna. Men den är för stor för att släpa med sig till olika ämnesrum. När en elev blir äldre behövs det ny teknisk apparatur. Finns det ett hjälpmedel, beviljas sällan ett till. Vissa skolor köper in det som saknas. Andra kan inte göra det. Ojämligheten är stor. Ett stort problem är att Daniel inte kan vara på plats hela tiden.

– Strular tekniken så stannar allt upp för eleven. På något sätt upplever många skolor att teknik inte är deras grej.

Daniel tycker att alla elever borde lära sig 10-fingerssystemet för att inte behöva söka efter bokstäver, men det lärs inte ut, för få lärare kan det. Eleverna med synnedsättning har mycket att lära sig för att hålla takt med de andra i klassen, allt från kortkommandon till hur hjälpmedlen fungerar. Då väljer många bort punktskriften. Det är svårt att få synsvaga elever att förstå att de kanske inte behöver punktskrift

Valteri Skilla

• Valteri, center för lärande och kompetens, bildades 2015 då man slog samman flera olika statliga finsk- och svenskspråkiga specialskolor, bland dem före detta Svenska skolan för synskadade och det specialpedagogiska resurscentret Speres. Valteri har olika center runt om i Finland.

• Skilla är den svenskspråkiga flygeln i Valteriskolan som finns i Helsingfors. Skillaskolan har sex elevplatser som idag alla är fyllda, men primärt erbjuder Skilla tjänster till daghem, förskolor och skolor på ort och ställe, upp till årskurs 9. Det krävs en betalningsförbindelse av kommunen för att kunna ta del av tjänsterna.

• Skilla har två svenskspråkiga handledande lärare med specialkunskap om barn med synnedsättning. De är verksamma i hela Svenskfinland och stöder idag ett 50-tal elever i närskolorna och daghemmen.

”Strular tekniken så stannar allt upp för eleven. På något sätt upplever många skolor att teknik inte är deras grej.”

nu – men i framtiden. Det är så långt borta i tid.

Daniel drömmer om att det skulle finnas en starkare teknisk kultur i kommunerna och någon som snabbt kan rycka in vid behov. Misa önskar att fler elever skulle lära sig punktskrift. Båda hoppas att stödet till skolorna utvidgas till att omfatta andra stadiets utbildning. Men då behövs det en Misa och en Daniel till.

Välkommen på Måbradag på Norrvalla i Vörå

Torsdagen den 19.10 klockan 12–16

I år har vi ett nytt koncept för att även alla långväga medlemmar ska kunna delta i Måbra-dagen. I år gästas vi av Pontus Anckar från Åbo och får prova på Antigymnastik. Även Folkhälsans Seniorchilla och Sittdans finns med på programmet.

”Kroppen är vårt egentliga hus, men problemet är att många har låst dörren och slängt bort nyckeln. Antigymnastik kan fungera som en nyckel som vi låser upp dörren med”, säger Pontus Anckar i tidningen Synvinkel 1/2023.

12.00 Samling i restaurangen för lunch



13.00 Vi samlas alla i idrottshallen för information och indelning i grupper

Antigymnastik

Sittdans och Seniorchilla

15.00 Avslutning med kaffe och dopp samt utvärdering i restaurangen

Anmälningar tas emot av verksamhetsledarna som arrangerar busstransport. Ring Febe Mörk 045-3213320 (må-to kl 9–14) eller Ann-Sofie Grankulla 044-7234 888. Anmälan senast 10.10.2023. Kostnad för dagen är 20 euro/person (inklusive bussresan). Måbradagen riktar sig till både medlemmar och närstående och arrangeras i samarbete med Folkhälsan, VSS och NÖSS.

Distanskurs i punktskrift för seende

Kommer du i kontakt med punktskrift, de synskadades läs- och skrivspråk, hemma, bland vänner eller på arbetsplatsen? Eller är du bara nyfiken på att lära dig något nytt?

Kom då med på en punktskriftskurs arrangerad av Förbundet Finlands Svenska Synskadade. Efter kursen har du möjlighet att göra ett kunskapstest och få ett intyg.

Kursen är avgiftsfri och arrangeras via Google Meet under tre tisdagar:

17.10 kl. 17–18

24.10 kl. 17–19

14.11 kl. 17–19

Kursen har 8 platser som fylls i anmälningsordning. Anmäl dig senast fredagen 29.9 till

Tessa Bamberg som svarar på frågor och ger mer information. tessa.bamberg@fss.fi eller tfn 044-712 3024

Välkommen med på en rolig kurs där du lär dig något nytt!



Bli punktskriftskunnig

FSS arrangerar kurser i punktskrift för personer med synnedsättning och seende på olika håll i Svenskfinland, ger ut punktskriftstidningar och leder diskussionsgrupper för punktskriftsanvändare.

Kontakta Tessa Bamberg för mer information om kurser, grupper och prenumerationer eller eventuella texter som du önskar omvandla till punktskrift. tessa.bamberg@fss.fi eller tfn 044-712 3024



■ **Entusiaster.** Inspirationskurs i punktskrift i Svenska synskadade i mellersta Nylands lokaler under ledning av Tessa Bamberg och Eeva-Maija Möttönen. Foto: Henrika Mercadante

FRÅN MEDLEMMARNA

Sätt punkt för ensamheten

En punktskriftskurs ger inte enbart färdigheter som underlättar vardagsbestyr och kunskap som gör det möjligt att fortsätta att läsa och skriva då synen försämras. Att komma ut och få utbyta erfarenheter med andra med synutmaningar är minst lika viktigt. Så här skriver Maria Vikman om hur hon upplevde FSS:s inspirationskurs i punktskrift på Fyren i Jakobstad i våras.

Jag och några andra punktskriftsentusiaster hade för-

månen att tillsammans med **Tessa Bamberg**, punktskriftsansvarig på FSS, och hennes assistent **Jessica Holmlund**, punktskriftsinstruktör, gemensamt samlas i Brailles tecken. Bara dagarna innan var jag helt uppgiven och sa: "Börjar det inte lossna snart så ger jag upp!"

Nössarna, Norra Österbotens Svenska Synskadade, har två aktiva grupper i punktskrift, nybörjargruppen Till punkt och pricka bestående av några kända damer som undervisas av **Maja Ren-**

vall-Höglund och gruppen för längre hunna som enbart består av stiligas herrar och leds av **Leif Nybom**.

Tränar i smyg

Första kurskvällen träffades vi damer för att lära känna varandra lite bättre, men också med fokus på att öva oss på att skriva på punktskriftsmaskinerna för att kunna överraska deltagarna på föreningsträffen dagen därpå.

Dagen därpå som råkade vara självaste Vändagen,

”Eftersom punktskriften avkodas med känslytan på pekfingertoppen, den så kallade fingerblomman, är taktila övningarna som stimulerar känselsinnet väldigt viktiga.”



■ **Övningsbräde.** Tessa Bamberg demonstrerar hur man skriver sitt namn i punktskrift. Foto: Henrika Mercadante

samlades alla kursdeltagare till gemensam lunch på restaurang Yrkeskocken. Redan då fick jag en föraning om den trivsamma och hjärtliga stämningen som genomsyrade resten av dagen. Mätta och belåtna promenerade vi vidare till vår föreningslokal Fyren. Där fanns fyra stationer med olika slags taktila övningar. Vi delades in i grupper om två och två. Alla använde ögonbindel för att vara jämbördiga.

Känslig fingerblomma

Eftersom punktskriften avkodas med känslytan på pekfingertoppen, den så kallade fingerblomman, är taktila övningarna som stimulerar känselsinnet väldigt viktiga. Att Mikael som jag jobbade i par med, har svetsat av en bit av sitt vänstra pekfinger och ändå fixar det, kan jag bara lyfta på hatten åt.

Vi som båda, åtminstone än så länge, har en del av synen kvar, konstaterade att vi

säkert har det enklare att lära oss punktskriftstecknen, men att vi också gör oss själva en björntjänst. Det är lätt hänt att man blir lat och tar hjälp även av synen för att avläsa punkterna.

Sen bjöds det på kaffe och en journalist från lokaltidningen besökte kursen. Det visade sig att hans farmor också hade varit synskadad och använt sig av punktskrift. Eftermiddagen ägnades åt spel, förstås med kort och tärningar som var synskadeanpassade.

Vill läsa flytande

Grande finale var föreningsträffen på kvällen då vi fick dela ut vändagskort i punktskrift till alla deltagare. Det uppskattades. Kvällen avslutas med att Tessa läste citat om vänskap och dikter för oss. Man kan bara förvånansfullt se och häpna

Människors möte

Byta ett ord eller två gjorde det lätt att gå. Alla människors möte borde vara så.

från Hjalmar Gullbergs dikt

när man för första gången får uppleva en person som läser punktskrift flytande.

Där och då beslutade jag mig för att inte ge upp, utan enträget fortsätta öva så jag också en dag, även om synen försvinner helt, kan fortsätta att läsa dikter.

Kursdag tre var för herrarna, så därom har jag inget att orda.

För egen del tyckte jag att det var en väldigt rolig och givande kurs. Samvaron och utbytet av erfarenheter betyder så väldigt mycket.

MARIA VIKMAN

Axplock ur regeringsprogrammet

Hur, när och om detta förverkligas under mandatperioden är ännu osäkert.

Positivt

+ Lagstiftningen om underhåll ska uppdateras så att den motsvarar behoven. Bland annat ska vinterunderhållet ses över med fokus på gångtrafikanter. Det finns alltså hopp om ökad tillgänglighet om vintern.

+ Personer som har rätt till färdtjänst ska även beviljas rätt till röstningsresor och av dem ska personer som innehar politiska förtroendeuppdrag eller är kandidater i val få rätt till ett visst antal extraresor. Dessa resor ska alltså inte förbruka rätten till övriga färdtjänstresor. Information om möjligheten att rösta hemma ska spridas i högre grad än idag.

+ Färdtjänst för personer med funktionsnedsättning ska arrangeras på ett användarvänligt sätt och personernas särskilda behov ska beaktas. Möjligheterna att använda sig av bekanta taxichaufförer för taxitjänster som subventioneras av samhället ska utredas.

+ De mänskliga rättigheterna och likabehandlingen av personer med funktionsnedsättning, oberoende av ålder, ska respekteras i beslutsfattandet. Vid planeringen av tjänster ska det säkerställas att vardagen fungerar för personer med funktionsnedsättning. Det fästs vikt vid att delaktighet garanteras och att personer med funktionsnedsättning blir hörda.

+ Upphandling: Särskilda behov hos personer med funktionsnedsättning med tanke på service och servicens kontinuitet ska tillgodoses inom ramen för bestämmelserna i upphandlingslagen. Vid upphandling ska möjligheterna till skräddarsydd direktupphandling beaktas. Det ska bli enklare att få tillgång till personliga, särskilda hjälpmedel. Införandet av personlig budget främjas.

Positivt men sparkravet är negativt

+ Ikraftträdandet av den nya lagen om funktionshinderservice skjuts upp

så att lagen träder i kraft den 1 januari 2025. Regeringen inleder brådskande lagberedning i syfte att trygga rättigheterna och tillgången till service för personer med funktionsnedsättning. Beredningen av en ny lag om funktionshinderservice prioriteras. Vid beredningen av en ny lag om funktionshinderservice beaktas de tillägg som gjorts under riksdagsbehandlingen av lagen om funktionshinderservice (675/2023). Kostnadseffekterna av lagberedningen jämfört med nuläget får enligt finansministeriets bedömning de årliga utgifterna att öka med 100 miljoner euro.

Negativt

- Budgeten som reserverats för finansiering av social- och hälsoorganisationerna via understödscentralen STEA inflationsjusteras inte. Därtill kommer planerade nedskärningar år 2027.

- Lönebidrag ska inte längre ge rätt till a-kassa.

VEERA FLORICA RAJALA



■ **Gillar.** Veera Florica Rajala håller upp en grön lapp som betyder: Bra, det gillar vi!



■ **Signalfärger.** Publiken fick uttrycka sin åsikt under debatten genom att hålla upp lappar i tre olika färger och under frågestunden efteråt. Längst fram i bild Synnöve Jordas.

Valdebatt på Åland med förstärkning från FSS

Förbundet Funktionsrätt Åland arrangerade valdebatt på Stadsbiblioteket i Mariehamn med sju av åtta åländska partier. Från Ålands synskadade deltog styrelseordförande **Sanna Söderlund**, en medlem och **Veera Florica Rajala**, sakkunnig från FFS. Partierna hade på förhand tagit del av frågor som förbundet arbetat fram. Som moderator fungerade **Synnöve Jordas** som skrivit boken "När fördomar blir ett funktionshinder", pensionär och tidigare specialsakkunnig vid Ålands landskapsregering.

Debatten tog upp aktuella ämnen så som ekonomisk ojämlikhet, närståendevård, att höja status på assistent- och andra yrken inom vården,

tillgänglighet och lättläst text, samt möjligheter för unga personer med funktionsnedsättning. De två viktigaste frågorna ur synskadades perspektiv var:

"Hur arbetar ni för att offentliga miljöer är tillgängliga" och "ge exempel på hur ni vill minska ekonomiska ojämlikhet och förbättra levnadsvillkoren funktionsnedsatta."

Under debatten framkom det att de flesta partierna är medvetna om att personer med funktionsnedsättning behöver individuellt anpassad hjälp och stöd för att nå sin fulla potential. Mycket fokus låg på möjligheterna till sysselsättning, men även konkreta förslag lyftes fram, exempelvis assistentpooler

och individanpassad distansutbildning i fysiska lokaler.

Diskussioner fördes även kring olika typer av boende och nackdelarna med att placera personer med stödbehov i äldreboenden.

Vidare utlovades det nästan att införa sommarpraktikantplatser för personer med funktionsnedsättning, då Veera Florica Rajala påpekade vikten av ett första sommarjobb.

Ett genomgående misstag som politikerna begick var att benämna gruppen funktionshindrade – publiken påpekade att det heter funktionsnedsättning – eftersom det är omgivningen som skapar hindren som blir funktionshinder.

TEXT OCH FOTO: CHARLOTTA SOLAX

Tre dagar till 50-åringens ära

I år vill vi gratulera Svenska Synskadade i Östnyland som fyller jämna 50 år. Fredrik Lindgren deltog i jubileumsfärden till Östnyland.

Turen till Östnyland gick via FSS på Synvillan, där återseendet efter semestrarna var glatt och NKL på Iiris, där vi fick sorgliga nyheter. NKL:s hjälpmedelsbutik kommer att stänga och omvandlas till en hjälpmedelsutställning, där man bara kan bekanta sig med produkterna med tidsbokning. Försäljningen flyttar online.

Efter en jubileumsmiddag med betjäning i toppklass sov vi gott och dag två ställde vi siktet på Georgas, kaplansgården i Lappträsk, där vi fick bekanta oss med en av Finlands största samlingar strykJärn i alla möjliga former och storlekar. Vissa lod var så tunga att man förvånades över hur det var möjligt att stryka en finskjorta utan att få muskelsmärken dagen därpå.

På Hembygdsgården Kycklings fick vi dofta och smaka på deras hemodlade örter. Det var mörkt i salen där vi lyssnade på gårdens historia och ute föll regnet. **Kenneth Levin** guidade oss i kapellbyn, genom vattenpölar och vått gräs. Efter ett kort stopp vid Brofogdas, Lappträsks äldsta hus, kom vi till Lappträsk kyrka där vi



■ **Georgas.** På Kaplansgården i Lappträsk fick vi bekanta oss med en av Finlands största samlingar strykJärn. Foto: Eivor Hafström

fick lyssna musik framförd av **Jeanette Saarström** och **Stefan Wästerblad**. Den som aldrig har lyssnat på musik i en kyrka har gått miste om något fantastiskt. Musik och allsång blev det också under myskvällen på Kajutan, då även jag fick damma av trubadurklädseln.

Jakten på drömbostaden

Någon gång skall ju vara den första, tänkte jag då jag följande dag klev in på mässområdet i Lovisa och slogs av hur stort allting kändes. Nej, jag har inte en skruv lös och jag tänker inte köpa ett stort hus i Lovisa, men drömma om ett lyxhus vid stranden, med bubbelbad och swimmingpool, det kan jag. På bostadsmässan blandades dofterna av nybyggda hus

och matserveringar med ljudet av glada besökare, musik och det behagliga porlandet av springbrunnar.

Tyvär är en bostadsmässa inte ett under av tillgänglighet. I Lovisa fanns det utstakade rutter för besökare, inramade med rep som spänts upp mellan stolpar. Med vita käppen kunde jag inte känna mig fram och det var inte tillåtet att röra vid olika material. Många hus var mörka och trapporna var svåra att navigera i. Till vår lycka hade vi utbildade syntolkare i vår grupp. De kunde ge oss en inblick i hur rummen såg ut.

Jag vill rikta ett stort tack till Svenska Synskadade i Östnyland för det fina programmet som ordnades. Ett stort grattis till 50-åringen!

FREDRIK LINDGREN

SVENSKA SYNSKADADE I MELLERSTA NYLAND

Vi välkomnar höstterminen och terminens nya evenemang, på programmet står bl.a. följande:

Tisdagen den 19 september kl.10 åker vi med buss från Folkhälsans Seniorhus (Mannerheimvägen 97) till Haiko på guidning i Albert Edelfelts ateljé. På plats äter vi lunch och är tillbaka till kl.15. Deltagaravgift 30€.

Lördagen den 23 september ordnar SAMS sin Må-bra-dag på Solvalla idrottsinstitut. Busskjuts med start kl. 9 från Kiasmas busshållplats och retur till ca. kl. 16. På programmet står olika aktiviteter samt lunch och kaffe. Deltagandet är kostnadsfritt. Anmälningar via föreningens kansli eller på SAMS webbsida.

I oktober kommer vi att ordna vår egen Må-bra-dag på Folkhälsanhuset

i Hagalund samt göra en skogsutflykt till Noux nationalpark och gå på teater. Mera information om dessa kommer vid senare tillfälle bl.a. på Medlemsbandet.

Måndagen den 25 september kl. 13–15 träffas vi på Folkhälsans Seniorhus på Mannerheimvägen 97 på måndagsträff. Synrådgivare Ann-Catrin Tylli berättar om ögonsjukdomar och hjälpmedel. Sopplunch och kaffe. Anmälan till Henrik veckan innan.

Måndagen den 9 oktober kl. 13–15 träffas vi på Kansli-Hörnan på måndagsträff. Stefan Andersson håller skivråd med oss. Kaffeservering. Anmälan till Henrik veckan innan.

Måndagen den 23 oktober kl. 13–15 handlar måndagsträffen om 72 timmars beredskap, föreläsare är Veera

Florica-Rajala. Adress är Folkhälsans Seniorhus, Mannerheimvägen 97. Sopplunch och kaffeservering. Anmälan till Henrik veckan innan.

Lördagen den 11 november ordnas en teaterresa till Åbo svenska teater och föreställningen ”Something rotten”. Heldagsprogram. Gemensam busstransport tur och retur. För mera information och om deltagarpriser kontakta Henrik på kansliet, anmälningar senast måndagen den 9 oktober.

Vid frågor ring eller skicka meddelande till distriktssekreterare Henrik på föreningens kansli, kontaktuppgifterna är nedan:

Tfn. 0400 269 553.

E-post: kansliet@ssmn.fi

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

SVENSKA SYNSKADADE I VÄSTNYLAND

On 20.9 kl.15. Herrklubb på Lyan.

On 27.9 kl.18. Frågesport på Lyan.

Syntolkad fotboll på EIFS hemmaplan: anmälan och frågor till Börje 044–5410679.

Ti 3.10, ti 10.10, ti 17.10, ti 24.10 kl.13-13.45 Lätt motion Folkhälsan. Senioras

grupprum. Anmälan till Desiree Lindholm.

Lö 14.10 kl.13 Oktober Månadsmöte, gäster Göran Fagerstedt berättar om Karis arkitektur och stadsplan. Fredrik Lindgren gästar också. Anmälan till Alexandra 10.10

On 18.10 kl.15. Herrklubben på Lyan.

On 25.10 kl.18 Frågesport på Lyan.

11.11 Åbo svenska teater, ”Something rotten” (se annons). Deltagaravgift för västnylänningarna är 50 euro. Anmälan senast 9.10 till Alexandra.

Anmälningar och frågor till Alexandra på 040–7786295, må-to kl.10-14, ssvn@brev.fi

VASA SVENSKA SYNSKADADE

En rapport från vår fina resa till Stockholm och Gotland 14–21.8 kommer i nästa nummer med bilder, intervjuer med medlemmar från de olika distrikten samt ett kåseri och en gemensam sammanställning.

Vi träffade representanter från SRF Gotland som delade med sig av programmet de har i sina föreningar/distrikt. Allt detta i Synvinkel nr 6.

Kursen Rörelse-Styrka-Balans i samarbete med Folkhälsans Förbund har startat på Lyktan på tisdagar kl. 10–10.45. Följande tillfällen är: 3.10, 17.10, 31.10, 21.11, 28.11 och 19.12. Ingen anmälan behövs, kom som du är! Målet med träningen är att upprätthålla och stärka rörelseförmågan och balansen. Gymnastiken sker sittande så alla kan delta. Välkommen med hälsar ledaren Malin Knip, tfn 044-788 1081!

Trivselcafé Aktivt Seniorliv i samarbete med Folkhälsans Förbund håller sina träffar i regel en tisdag/månad och följande träff ordnas tisdag 26.9 kl.13–15 på Lyktan med Carina Blom som ledare, tfn 044-788 1026, som hälsar alla varmt välkomna! Följande träffar blir tisdag 7.11 och 5.12.

Punktskriftskursen hålls även under hösten

varje onsdag kl.10–13.30 på Lyktan. Undervisningen startade 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 i samarbete med Folkhälsans Förbund började i Smedsby torsdag 7.9 kl.17–17.45 och pågår varje torsdag 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. Kursen är full, anmäl intresse om någon backar ur.

Synrådgivning. Synrådgivare Ulla-Britt Ingman håller synrådgivning på Lyktan enligt följande tider: Tisdag 10.10 och tisdag 21.11 kl.13–15. Telefon till Ulla-Britt är 050-561 2950. Ingen anmälan behövs.

”Höstvandring i samarbete med Folkhälsan och VSS”

Vandringarna fortsätter ännu och sista gången för i höst är torsdag 21.9 kl.10.

Det finns möjlighet att bli upphämtad med taxi om man bor i Vasa eller i närheten av Vasa.

Sista gången är ännu öppen. Vandringarnas längd anpassas efter deltagarna

men troligtvis runt ca två-tre kilometer. Vandringarna är gratis och platserna är begränsade.

Kontakta Malin Knip för ytterligare information tfn 044-788 1081 eller per e-post: malin.knip@folkhalsan.fi

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

Medlemsträff på Lyktan ordnas tisdag 3.10 kl.13 med Rune Norrgård som gäst under temat ”Testamente – Arv”. Vad som är viktigt att tänka på när det gäller att skriva testamente? Vad händer vid arv efter en avliden?

Välkomna med och diskutera med Rune samt njuta av kaffe med dopp tillsammans! Anmäl dig gärna senast 2.10 före kl.14!

Måbra-dag på Norrvalla ordnas i samarbete med Folkhälsan, FSS och NÖSS torsdag 19.10 kl.12–16.

Kolla annons på annan plats i tidningen och anmäl er senast tisdag 10.10 före kl.14. Dagen kostar 20€/person. Bussen startar i Sydösterbotten och kör Strandvägen via Vasa till Vörå.

Musikalen ”Vänd om min längtan” ser vi med syntolkning på Wasa Teater, fredag 27.10 kl.19. Vi har reserverat 40 platser på rad 3–8 och

biljetterna kostar 42€/person. Ledsagare går alltid gratis. Anmälan senast onsdag 18.10.

På kommande:

Medlemsträff med Tessa Bamberg onsdag 8.11 kl.13 "Fokus på punktskrift".

VSS höstmöte på Lyktan – lördag 25.11 kl.13.

VSS julfest på Svenska Klubben i Vasa lördag 9.12 kl.17.

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 <http://www.fss.fi/sv/distriktsforeningar/vasa> samt på vår facebookside: <https://www.facebook.com/vasasynskadade>. Med jämna mellanrum finns även info i Torgplatsen i Vasabladet samt i Föreningsspalten både i Vbl och Sydin.

Under tiden som kansliet är stängt kan man kontakta föreningens 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 Välfärdsområdes 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

ÅBOLANDS SYNSKADADE

Föreningen har postat ett brev till både ordinarie och stödjande medlemmar. Brevet innehåller information om höstens program och uppgifter om föreningens kontaktpersoner. I brevet hittar du info bl.a. om teaterbesöket i

november och 50-årsjubileet i december.

Ifall du inte fått något brev, ring då antingen ordförande Harold Henriksson eller viceordförande Barbro Sipilä. Deras telefonnummer är Harold: 050 516 6520 och Barbro: 040 523 4529.

Höstmötet håller vi i år i oktober och här följer kallelsen:

Möteskallelse

Åbolands synskadade rf kallar medlemmarna till stadgeenligt höstmöte torsdagen den 26 oktober kl.17 i Seniorstugan vid Elmgrens-gatan 2 i Pargas.

Vid mötet behandlas de i paragraf 12 nämnda ärendena:

Fastställs verksamhetsplan, medlemsavgifter, arvoden och budget för 2024, besluts om antalet styrelsemedlemmar utöver ordförande och viceordföranden (kan vara 2–4), val av ordförande, viceordförande och övriga styrelseledamöter och ersättare för dem för år 2024 (ordförande och minst hälften av de övriga styrelsemedlemmarna ska vara ordinarie medlemmar i föreningen) och val av verksamhetsgranskare samt dennes ersättare för 2024.

Det blir också program och servering.

Välkomna med! Styrelsen

NORRA ÖSTERBOTTENS SVENSKA SYNSKADADE

Mimosel gruppen träffas varannan vecka (jämna veckor) på torsdagar kl. 13–15 med Sol-Britt Björkgren som ledare. Nästa träff hålls 21.9.

På onsdagar kl. 9 hålls Punktskrift med Leif Nybohm på Fyren.

I samarbete med Folkhälsan har vi på onsdagar gymträning och vattengympa vid Östanlid. Konditionsträning i gym hålls kl. 11–12 och vattengympa, grupp 1 kl. 11.45–12.30 och grupp 2 kl. 12.30–13.15. Mera info av Ann-Sofie Grankulla som tar emot anmälningar på tfn 044-7234 888.

Tillsammans med Folkhälsan ordnas Trivselcafé- träffar för seniorer med

nedsatt syn. Minna Annala från Folkhälsan och Peter Koskinen från FSS medverkar. Nästa träff hålls 4.10 kl. 13–15 på Terjärv församlingshem.

Handarbetsgruppen Rätstickorna med Agneta Cederberg som ledare inleder sina träffar måndagen 25.9 kl. 12 på Fyren.

Samma dag, alltså 25.9 kl. 14.30 ordnas en workshop vid Fyren om lokal påverkan med Veera Florica-Rajala, som är socialpolitiskt sakkunnig vid FSS.

Höstens första karaträff hålls tisdagen 26.9 kl. 12.30 på Fyren.

Föreningsträffen i oktober hålls tisdagen 10.10 kl. 18 på

Fyren. Vi får besök av Andreas Kanto som bl.a. berättar om ett musikprojekt. Kaffeservering och trevlig samvaro.

Torsdagen 19.10 kl. 12–16 ordnas i samarbete mellan FSS, Folkhälsan, VSS och NÖSS en Må bra dag för medlemmar och deras närstående vid Norrvalla. Dagen inleds med lunch och därefter program i idrottshallen. Kostnad för dagen är 20 € /person. Mera info om busstidtabell på Medlemsbandet. Anmälan senast 10.10 till Ann-Sofie Grankulla, tfn 044-7234 888.

Mera info på www.fss.fi/noss och i ÖT:s minneslista på lördagar.

Välkomna med i verksamheten! NÖSS

ÅLANDS SYNSKADADE

Ålands Synskadade erbjuder följande återkommande aktiviteter under hösten. Inga avgifter, förutom fotvården som kostar 20 euro per gång.

Borstbinding på Ankaret på torsdagar klockan 11.30 till 14.30. Simning i Folkhälsans bassäng på Allaktivitetshuset, fredagar klockan 13 till 14.

Bokcirkel, som i höst läser Katrina av Sally Salminen. Bokcirkeln träffas var annan vecka. Vid intresse kontakta

Lars Carlsund på telefon 04575243605.

Fotvården är planerad till den elfte och sjuttonde oktober samt trettonde och fjortonde december.

Välkommen på drop-in hos vårt IT-stöd Petra torsdagen den 21 september klockan 10.30-13.30 på HandiCampen, Skarpansvägen 30. Vårt IT-stöd Petra gästar HandiCampen. Du som är medlem i någon av Funktionsrätt Ålands med-

lemsföreningar kan besöka henne på HandiCampen och få hjälp med sådant som rör mobilen, den bärbara datorn eller surfplattan, trådlösa hörlurar och liknande. Ta med dig den utrustning du vill ha hjälp med samt alla viktiga inloggningsuppgifter. Blir det lång kö så arrangerar vi en dag till med bokade tider.

Anhörigträff på ankaret onsdagen den 27 september klockan 18.00. Är du anhörig till någon med synnedsätt-

ning? Kom med på en träff där ni pratar om hur det är att vara nära någon med synnedsättning och äter en bit mat. Deltagandet är gratis, enbart för anhöriga/vänner och du binder dig inte att delta i fler träffar.

Kom ihåg Fotvård på Ankaret den 11 och 17 oktober. Boka din plats!

Tre IT-träffar under hösten. Måndagen den 2 oktober, onsdagen den 1 november och måndagen den 4 december. Vi börjar klockan 12 med en föreläsning. Sedan fika med smörgås och därefter lyssnar den som vill på en fördjupad föreläsning i ämnet. För och efter träffen kan du boka in dig för en halvtimmes individuell IT-handledning. Det här pratar vi om på träffarna: 2 oktober, Läsa och lyssna på böcker. 1 november, Läsa och lyssna på tidningar. 4 december, Anteckna och planera. Mer detaljerad information närmare träffarna. Varmt Välkommen!

Ögats dag ordnas i samarbete med Folkhälsan på Åland och Finlands Svenska Synskadades synrådgivare. Evenemanget äger rum torsdagen den 12 oktober på Folkhälsans Allaktivitetshus. Närmare program i nästa månadsbrev och på webben. Föreläsning, rörelseglädje och information står på schemat.

Vita käppens dag är sam-

tidigt som valet, söndagen den 15 oktober. Möjligen uppmärksammas vita käppen istället måndag 16 oktober.

Musikalen Something Rotten i Åbo! 11.11 klockan 11–16, Åbo svenska teater. Bindande anmälan senast 3.10. En gemensam resa ordnas med en syntolkad föreställning av musikalen Something Rotten den 11.11 på Åbo Svenska Teaters Stora scen. Vi börjar med lunch klockan 11.00 och sedan börjar föreställningen klockan 13.00. Föreställningen är cirka tre timmar lång.

Vi reser från Åland på eftermiddagen den 10.11 och hem från Åbo på kvällen samma dag som musikalen. Bindande anmälan till Charlotta på kansliet senast tisdag 3 oktober. Egenandel för deltagande inklusive resa, biljetter och övernattnings är 70 euro per person.

Kontaktinformation

Besöksadress till Ankaret: Johannebovägen 7, 22100 Mariehamn. Säkrast bemanat måndag till torsdag.

Verksamhetsledare Charlotta Solax, arbetar måndag till torsdag. Semester 18–25.10. Mobil: 04573438950 e-post: kansli@syn.ax

IT-stöd (och taltidning) Petra Olausson, arbetar halvtid. Mobil: 0406800950 e-post: it@syn.ax

SVENSKA SYNSKADADE I ÖSTNYLAND

Lyssna på Medlemsbandet, läs tidningen Östnyland under Föreningar eller gå in på fss.fi/distriktsforeningar/ostnyland för att få veta vad som är på gång i Svenska Synskadade i Östnyland.

Kontaktuppgifter:

Verksamhetscentret Kajutan. Ågatan 33 E 1, 06100 Borgå. Tfn 040 968 0351 tisdagar 9-13.00. E-post: distrikt.kajutan@gmail.com.

FSS rehabiliteringsrådgivare Ann-Catrin Tylli. Tfn 040 511 3345, E-post: ann-catrin.tylli@fss.fi. Ordförande Jonas Lindström. Tfn 040 9644 672. E-post jonas07880@gmail.com.

ANNONS

Välkomna med på teater till Åbo. Åbo Svenska Teater erbjuder en syntolkad föreställning av den galna farsen "Something rotten" lördagen 11.11. Anmälan senast 9.10. Busstransport med start från Östnyland och Västnyland ordnas. Deltagare från Åboland är också välkomna. Deltagarpris och övriga detaljer klarnar så småningom. Mera information och anmälan till: Alexandra Helander: 040 7786 295 Jonas Lindström: 040 9644 672

MÖTESKALLELSE



Förbundet Finlands Svenska Synskadade rf kallar medlemmarna till stadgeenligt höstmöte den 18–19 november 2023 på hotell Scandic City Tammerfors.

Mötesförhandlingarna inleds på lördag klockan 13.00 och fortsätter på söndag klockan 9.00.

Vid mötet behandlas de i paragraf 7 av förbundets stadgar nämnda ärenden: verksamhetsplan för år 2024, budget för år 2024, medlemsavgift för stödjande medlemmar samt arvoden för år 2024, motioner som senast inom augusti lämnats till styrelsen, val av ordförande för 2024–2025, två styrelseledamöter för 2024–2026, samt två revisorer och revisorssuppleanter för 2023 (uppdatering av beslutet från 2022) samt 2024.

Deltagaravgiften är 60 euro/person, vilket inkluderar samtransport med tåg samt kost och logi på hotellet.

Tillägg för enkelrum 25 euro.

Anmälningen är bindande.

Medlemmarna ombeds anmäla sig till sina respektive föreningar senast onsdagen den 11 oktober, enligt följande:

Norra Österbottens svenska synskadade r.f.:

Ann-Sofie Grankulla, må-to kl 9–14,
tfn 044-7234 888, 06-7234 880,
e-post noss@multi.fi

Vasa svenska synskadade r.f.:

Febe Mörk, må-to kl 9–14, tfn 045-321
3320, e-post vasasynskadade@gmail.com

Svenska synskadade i Östnyland r.f.:

Jonas Lindström, tfn 040-964 4672,
e-post jonas07880@gmail.com

Åbolands synskadade r.f.:

Harold Henriksson, tfn 050-516 6520,
e-post harold.henriksson@kolumbus.fi

Svenska synskadade i mellersta Nyland r.f.:

Henrik von Martens, må-on kl 10–13, tfn
0400-269 553, e-post kansliet@ssmn.fi

Svenska synskadade i Västnyland r.f.:

Alexandra Helander, må-to kl 10–14,
tfn 040-778 6295, e-post ssvn@brev.fi

Ålands synskadade r.f.:

Charlotta Solax, må-to kl 10–14,
tfn 0457-343 8950, e-post kansli@syn.ax

Möteshandlingar och program på önskat medium sänds till alla anmälda.

Vi ber alla mötesdeltagare bekanta sig grundligt med mötesmaterialet på förhand!

För att underlätta behandlingen av verksamhetsplanen önskas att eventuella ändringsförslag ges skriftligen senast vid mötet. Eventuella förslag kan också sändas på förhand till verksamhetsledaren.

Välkommen! – Styrelsen