

NR 1 1 februari 2006

FINLANDS

SYNSKADADE



■ Man kan lära sig förflyttning och orientering men det krävs uthållighet

■ Läs om Team FSS och målbolls-turneringen i Karleby

■ Punktskriften sprider sig skriver kolmunisten Kalle

FINLANDS SYNSKADADE

FINLANDS SYNSKADADE

är medlemstidning för Förbundet Finlands Svenska Synskadade. Tidningen utkommer med tio nummer per år i storstil, punktskrift, och i elektronisk version, se www.fss.fi/fs.html. På kassett utkommer tidningen integrerad i tidningen Medlemsbandet. Du kan också beställa tidningen som e-postbilaga. 2006 är tidningens 95:e årgång och den omfattar tio nummer. Nummer två 2006 utkommer den 1 mars, manusstopp den 7 februari och nummer tre får du den 29 mars, manusstopp den 7 mars.

Utgivare

Förbundet Finlands Svenska Synskadade rf
Nylandsgatan 25 A 6, 00120 Helsingfors
Tfn växel 09-6962 300

Chefredaktör Sergius Colliander

tfn 09-6962 3017, fax 680 2064

e-post: sergius.colliander@fss.fi

Meddelanden mottas av chefredaktören

Betalda annonser mottas dessutom av Hans Åhman, tfn 0500 604679, e-post tuvi@sci.fi

Prenumerationer och adressändringar

Susanna Antell, tfn 09-6962 3026, e-post susanna.antell@fss.fi

Redaktionen ansvarar inte för insänt, ej beställt material.

Skribenternas åsikter sammanfaller inte nödvändigtvis med FSS ståndpunkt.

Det är fritt att använda material ur tidningen, men vänligen ange källan.

ISSN 0789-5739

Näkövammaisten Keskusliiton kirjapaino,

Helsingfors 2006

Pärmbild:

Måbollslaget Team FSS har match mot Wolves i gymnastiksalen vid Västra parkens skola. Jarkko Setälä (närmast kameran), Johan Sundholm och Axel Sundholm kämpar på. – Foto Joakim Snickars

INNEHÅLL NR 1 2006

Ledaren av Gunilla Löfman Jubileumsåret 2006	3
FSS firar jubileumsåret med sång	4
FSS Braille-projekt fortsätter	4
Medicinerna får punktmärkning	5
Funktionshindrade i Helsingfors rasar	5
Förflyttning och orientering av Marika Mäkinen-Vuohelainen – När en synskadad ska röra sig på egen hand	7
– Mobilityhandledning ger mera mod	10
Memoarer: I Artos spår	12
Målboll: Att lokalisera bollen är grejen Joakim Snickars refererar	13
Effektiv punktskriftsproduktion i Tanzania av Karl-Oscar Skogster	15
Kondition: Det känns bra	18
Rapport: Rätt kurs i rättsan tid av Etel Hellman	19
Kolumn: Punktskriften sprider sej	21
Insänt: Apparatglädje Ann-Sofi Rosendahl delar med sig	22
MEDDELANDEN	
– Anhörigträff i Jakobstad	6
– Hej alla motionsglada åbolänningar!	6
– Finn din kreativitet	9
– Vill du läsa en katolsk tidning från Norge?	11
Meddelanden från distrikten	17, 23
Bakpärmen: Telefonservice Linjaari	

Jubileumsåret 2006

Gunilla Löfman

Så har det då gått 60 år sedan det svenskspråkiga synskadearbetet i vårt land startade. Vi har många jubileumsaktiviteter att se fram emot under året. Mina tankar går till den lilla grupp aktivister som för 60 år sedan samlades till möte för att grunda den första svenskspråkiga organisationen för blinda i vårt land. Det stiftande mötet föregicks säkert av många träffar under vilka personerna svetsades samman och ur gemenskapen växte så Samfundet Finlands svenska blinda r.f. fram. De mest långvariga medlemmarna minns utvecklingen fram till våra dagars förbund. Vi som är yngre och nyare som medlemmar får nöja oss med att ta del av det de äldre kan berätta för oss eller att läsa tidigare historiker. När jag tagit del av det som skrivits i historikerna har det blivit allt mera klart för mig ett hur enormt arbete som ligger bakom det som Förbundet Finlands Svenska Synskadade FSS idag är. Jag och många andra med mig har så att säga fått komma till färdigt dukat bord.

Jag tror att det är viktigt för oss alla att begrunda den verksamhet som bedrivits under de gångna åren, det ger perspektiv på dagens situation. Varje generation arbetar med utgångspunkt från den rådande situationen i samhället. För oss som är medlemmar idag och speciellt för oss som är förtroendevalda både i vårt förbund och i våra distriktsföreningar är det viktigt att respektera allt det arbete som gjorts under de 60 år som gått. Samtidigt är det vårt uppdrag

att fortsätta att föra FSS framåt i tiden med de resurser som vi idag har tillgång till.

Enligt stadgarna är Förbundet Finlands Svenska Synskadade en kontakt- och serviceorganisation för landets svenskspråkiga synskadade. Förbundet har i dag knappt 1000 medlemmar. Vi vet att det finns många tusen svenskspråkiga synskadade i vårt land. Häri ligger en av förbundets större utmaningar under de kommande åren. Låt oss under vårt jubileumsår arbeta för att ytterligare höja förbundets och distriktsföreningarnas gemensamma profil. Då blir verksamheten av och för synskadade ännu mera känd ute i bygderna. Det resulterar på sikt i att allt fler blinda och synsvaga personer kommer att få del av den kunskap och den stora gemenskap vi har inom förbundet och distriktsföreningarna.

Det svenskspråkiga synskadearbetet i vårt land har under 60 år genomgått en kraftig utveckling och FSS står idag på stadig grund. Just nu har vi många stora och intressanta projekt på gång, t ex utvecklandet av undervisningen i punktskrift, den finlandssvenska talsyntesen och digital överföring av dagstidningar till oss via PratSamboksen. Projekt som de som för 60 år sedan lade grunden till vårt förbund inte ens kunde drömma om!

Jag önskar oss allesammans ett framgångsrikt jubileumsår!

FSS firar jubileumsåret med sång

Sås och Kopp har gjort en låt till vårt jubileumsår, Om fladdermöss och mullvadar. Låten finns med på Sås och Kopps nya skiva Äventyr som utkommit i höstas. Det går att lyssna på låten på FSS webbplats på adressen www.fss.fi.

– Vi ville ha en jubileumslåt av Sås och Kopp för att deras musik tilltalar alla åldersgrupper och för att de ofta gör sånger som har många dimensioner, berättar FSS styrelseledamot **Kenneth Ekholm**.

– Jag ville inte skriva en sång direkt om synskador eftersom jag vet så lite, utan funderade i stället på djurriket och vad det finns där. Det finns djur som inte ser men som ändå gör helt otroliga saker, säger **Pasi Hihtola** det vill säga Sås i Sås och Kopp.

Låten är rolig och handlar inte direkt om synskador, men den har ändå ett budskap om att man klarar sig bra fast man inte ser. Det är också grundtanken för jubileumsåret.

FSS Braille-projekt fortsätter

(SC) **FSS Braille-projekt som startade 2003 har fått en uppföljning. I Penningautomatföreningen RAY:s understödsförslag har FSS sammanlagt tilldelats 473 000 euro för 2006. Braille II-projektet för utvecklandet av punktskriftskunnandet bland vuxna synskadade 2006–2008 har för sitt första år reserverats 50 000 euro.**



En kopparmedalj med Louis Brailles porträtt hänger i FSS konferensrum.

Den trista nyheten är att FSS Trygg hemma-projekt åter nobbats av RAY. FSS ansökte om 63 000 euro för innevarande år, men medel har inte beviljats. Förbundets ledning planerar nu att på annat håll uppbringa finansiering för projektet som avser att förbättra levnadsvillkoren för synskadade.

I övrigt överensstämmer understödsförslaget med FSS ansökan. Statsrådet tar det slutliga beslutet om understödsfördelningen i dagarna.

Finlands Svenska Handikappförbund föreslås få 40 000 euro för utgivande av tidskriften SOS Aktuellt där förkortningen står för "samhälle och socialt utbud". Tidskriften riktar sig till den sociala sektorn i Svenskfinland och också FSS är involverat i uppläggnen och innehållsanskaffningen.

FSS distriktsförening Norra Österbottens svenska synskadade kan enligt förslaget fortsätta projektet Digital service för synskadade som för sitt avslutande år beviljats 50 000 euro.

Medicinerna får punktmärkning

Kirsi Ilmarinen, översättning SC

Läkemedelsverket har givit föreskrifter om att också i Finland ta i bruk de nya bestämmelserna om läkemedelsförpackningar och bipacksedlar som gäller inom EG.

Enligt föreskrifterna ska läkemedelspreparatets handelsnamn och vid behov också styrkan anges i punktskift på den yttre förpackningen. Synskadades Centralförbunds tryckeri har redan fått ett flertal förfrågningar i ärendet.

De nya föreskrifterna har trätt ikraft från slutet av oktober. I praktiken kommer de att synas på nya mediciner. För de preparat som redan säljs finns en övergångstid till slutet av oktober 2010. SCF har kommenterat utkastet till föreskrifterna och i flera fall har ändringsförslagen kommit med i den slutliga versionen.

I anvisningarna som ansluter sig till föreskrifterna konstateras också att de viktigaste uppgifterna ska anges med tydligt och tillräckligt stort teckensnitt. Man har till exempel angivit sätt att nå detta mål, till exempel genom att använda vissa teckensnitt och kontraster. När reformen genomförs är den bra för många synsvaga personer.

Medicinernas handelsförpackningar ska också innehålla en bipacksedel som dock inte är obligatorisk ifall motsvarande upplysningar ges på själva förpackningen. För synskadade är en väsentlig och viktig förändring den att bipacksedeln eller motsvarande uppgifter i framtiden kommer att levereras till synskadade på lämpligt medium. Tills vidare är avstämningen av detaljerna inte avslutad. Preliminära förhandlingar har förts och strax då överenskommelse nåtts kommer man att informera om det.

Funktionshinder i Helsingfors rasar

(SC) När transporten uteblir eller kommer först efter att man ringt på nytt är tryggheten som bortblåst. Sinnet sjuder och frustration råder. Rabaldret kring färdtjänsten i huvudstaden har tagit ny fart sedan årsskiftet då nya aktörer tog över.

Från årsskiftet har teleoperatören TDC Song ansvarat för färdtjänstcentralens telefonfunktion. Den har givit uppdraget vidare till ett call center-företag från Idensalmi. Det är fem taxiföretag som har hand om de kon-

kretra transporter av personer med grava funktionshinder.

Transporterna fungerar dåligt

Övergången från det tidigare systemet med en enda operatör för både samtal och transporter har varit minst sagt knagglig, det visar brukarresponsen.

– Uppskattningsvis över 80 % av responsen är mycket negativ, uppger **Timo Lehtonen**, ordförande för den finskspråkiga regionala

synskadeföreningen. – Vi trodde ju att det skulle bli positivt och fungera. I höstas var handikapporganisationerna med i planeringen och vi fick den uppfattningen att nyordningen kunde medföra bättre service. Men sen kraschade datorsystemet redan på nyårsnatten och problemen har fortsatt sen dess.

För närvarande rekommenderar Timo Lehtonen att förvärvsarbetande och studerande färdtjänstklienter ansöker om befrielse från samåkningen fram till utgången av mars via sin socialbyrå.

Man försöker nu att få färdtjänstens brukarpanel sammankallad så snabbt som möjligt för att av stadens myndigheter få klara besked om de åtgärder som vidtas och i vilken takt detta ska ske.

Skral svensk service

I och med nyordningen har det inrättats ett separat telefonnummer för de kunder som vill använda svenska när de beställer sina

skjutsar. Enligt avtalsvillkoren ska call center-företaget säkerställa att den svenska servicen fungerar.

Men i praktiken är situationen en annan. Det förekommer allt som oftast att det svenska numret svarar på finska och att den som svarar inte klarar av att övergå till svenska.

På call center-företaget uppger man att det i varje skift finns personer som behärskar svenska men att i och med att begynnelsefasen har inneburit oförutsedd rusning har de ibland svarat också på de finska linjerna. Då har den som tagit emot ett svenskt samtal emellanåt inte varit språkkunnig. Man anser i alla fall att situationen kommer att bli bättre när läget jämnar ut sig.

I och med en förestående utvidgning av samåkningsområdet till södra Helsingfors kommer andelen svenska samtal att öka. Är den svenska servicen något verkligt – eller är det bara något som finns på papperet?

MEDDELANDEN

Anhörigträff i Jakobstad

Lördagen den 18 februari kl 9.30–16 på Östanlid i Jakobstad ordnas en anhörigträff. Programmet kommer att bjuda på något matnyttigt för både kroppen och själen. Lunch och kaffe serveras på plats.

Dagen är kostnadsfri och arrangeras av FSS i samarbete med Landskapsföreningen Folkhälsan i Österbotten.

Din intresseanmälan önskar vi få senast den 14 februari, kontakta Pia Nabb tfn 050-5612950.

Alla varmt välkomna med!

Hej alla motionsglada åbolänningar!

Folkhälsans motionsgrupp startar torsdagen den 2 mars kl 11–12.

Motionsgruppen är tänkt för alla dem som upplever sig ha värk i armar, axlar och andra leder eller annars behöver höja sin kondition med hjälp av enkla rörelser.

Max 15 deltagare.

Ledare är Mari-Sofi Johansson och plats Folkhälsan (Kvartersklubben), Auragatan 1 B, 4 vån, Åbo.

Anmäl dig till rehabiliteringshandledare Carina Willberg senast den 10 februari, tfn 02-2519076 eller 040 511 3346.

Förflyttning och orientering av Marika Mäkinen-Vuohelainen

När en synskadad ska röra sig på egen hand

Text och bilder: Marika Mäkinen-Vuohelainen, översättning Magnus Nyström

För Tiina Pauhu är det en del av välbefinnandet att kunna röra sig på egen hand. Med ett mycket smalt synfält är det inte lätt men Tiina är tillräckligt seg. Nuförtiden rör hon sig med vit käpp, men om planerna förverkligas, så har hon på våren en ledarhund till sin hjälp.

Tiina, 33 år, från Tammerfors har nedsatt syn på grund av att synnerverna var skadade redan vid födseln. Upp till tredje klassen klarade hon sig utan hjälpmedel och även långt därefter räckte synen ännu rätt bra till för henne att kunna röra sig. När Tiina var tjugo blev det aktuellt med vit käpp när synen snabbt försämrades. I dag ser Tiina bara med det ena ögat vilket har 8 graders tunnelsyn.

– Det är som om jag betraktade världen genom ett sugrör från Mc Donald's. Dessutom är jag närsynt, besväras av bländning och är dessutom mörkerblind, beskriver Tiina sin situation.

– I trafiken har jag just ingen nytta av min syn, utan rör mig som en blind.

Då Tiina Pauhu skall gå ut sätter hon helst på sig mörka glasögon som hindrar bländning. Hon rör sig med hjälp av sin vita käpp, men står också i kö för en ledarhund.



Om dagarna kan Tiina sticka sig in på den närmaste posten för att sköta arbetsärenden. – Det är annars också bra att sträcka litet på benen när man mest sitter hela tiden, konstaterar hon.



Humorn med i leken

När hon bott på olika orter och i olika situationer har Tiina hela tiden även försökt röra sig på egen hand då möjligheterna medgivit detta. Hon har också försökt bevara en positiv attityd till att röra sig.

– En argsint attityd tar effektivt kål på glädjen med att röra sig och man får inte längre någon lust att fortsätta, konstaterar Tiina.

Hon medger att det inte alls är problemfritt att ge sig iväg och klara sig själv.

– Att röra sig medför alltid stress. Vid varje steg får man vara rädd, man måste koncentrera sig, lyssna och känna sig för. Man kan verkligen inte planera söndagsmiddagen på samma gång, säger Tiina med ett skratt.

Enligt Tiina har man fortgående behov av känsla för humor när en synskadad ska röra sig. Hon medger också själv att hon skrattar åt sina klumpigheter många gånger om da-

gen. Men det finns också sådana situationer då skrattet är långt borta.

– Till exempel då man är där på botten av gropen de grävt i gatan för arbeten och fun-
derar över hur i all världen man ska komma upp därifrån. Eller om man har tappat bort riktningen i snöyran och inte har den blekblåaste aning om hur man skall fortsätta.

I de situationer, då de egna konsterna tar slut är det enligt Tiina skäl att öppna sin mun och helt enkelt be om hjälp.

– Folk hjälper nog gärna då man förklarar situationen. – Jag gick en gång vilse ett kvarter från mitt arbete. Jag visste helt fenkelt inte alls var jag befann mig och kom i panik. Trottoarkanten var begravd i snön och jag hade ingen glädje av den vita kappen. Sedan hörde jag steg bredvid och bad en passerande dam visa mig väggen på vilken jag kunde känna med kappen och vända mig i rätt riktning.

Ljuden till hjälp i staden

Tiina jobbar med postning på andelslaget Tamring. Då hon åker in till jobbet i Tammerfors centrum från förstaden Holvasti använder hon färdtjänst eftersom det inte finns rum för några äventyr på morgnarna.

– På fritiden, då jag inte har bråttom, kan det hända att jag tar bussen till centrum. Det går rätt så behändigt, för på den närmaste hållplatsen stannar två bussar vilka bägge går till centrum. Hemresan bjuder däremot på litet fler utmaningar. Då hjälper inget annat än att fråga någon som står på hållplatsen eller av chauffören efter den rätta bussen. Att kunna stiga av på rätt hållplats kräver att man känner till kurvor, backar och korsningar.

De värsta ställena i stadsmiljön är enligt Tiina dock övergångsställen utan ljudsignal.

– Vid dem är jag nog rädd, medger Tiina.

– Jag går inte över gatan om en bil bara saktar in, utan först sedan när jag hör att den stannat upp. En synskadad kan inte ta risken att en bil inte sedan stannar.

Den vita käppen är ett outhärligt hjälpmedel för Tiina.

- Jag har ett hat-kärleksförhållande till den. Å ena sidan vill jag slänga bort den, å andra sidan vet jag, att utan den klarar jag mig inte

Olika rutter

Tiina berättar att hon övat in de viktigaste rutterna tillsammans med en mobilitylärare. De är rutterna till den närmaste busshållplatsen, butiken, apoteket och hälsocentralen samt skogsstigen i närheten där Tiina tycker om att ta en motionsrunda.

Årstiderna inverkar enligt Tiina överraskan-

de mycket på hur en synskadad rör sig. Hon skildrar hur ljudvärlden förändras när träden har fällt löven.

– Löven dämpar förvånansvärt väl t ex trafikbullret. Samma väg bakom trädningen låter olika om hösten och vintern än om sommaren.

Det uppstår också problem för synskadade då ljuset minskar. Skymningen om hösten gör att Tiinas värld helt försvinner med undantag av starka ljuspunkter. Snö och is jämnar ut de små ojämnheter som är viktiga för synskadade och som går att avläsa effektivt med käppen under sommaren.

MEDDELANDEN

Finn din kreativitet

Alla FSS kvinnor inbjuds till seminariet Finn din kreativitet den 15 februari!

Målsättningen är att våga bjuda på sig själv, våga använda färger, former och rörelser och att umgås. Seminariet anordnas av FSS kvinnoarbetsgrupp i samarbete med Svenska Studiecentralen och kursdragare är **Marie Mikkonen** från CreaLife.

Tid: onsdagen den 15 februari 2006 med början klockan 10:15

Plats: 'Mellis' verksamhetscenter, Fredriks-gatan 35 B 10 i Helsingfors

Pris: 15 euro; i priset ingår föreläsare, resor, mat och kaffe

Anmälan: senast 6 februari till FSS kansli per telefon 09-696 2300

Närmare info får du av Lilian Söderman, telefonnummer 050 353 2054 eller 06-316 7263, e-post lilian.soderman@netikka.fi

Välkommen! Önskar FSS Kvinnoarbetsgrupp

Förflyttning och orientering av Marika Mäkinen-Vuohelainen

Mobilityhandledning ger mera mod

Text och bild Marika Mäkinen-Vuohelainen, översättning Magnus Nyström

För att en synskadad skall kunna röra sig självständigt är en så tillgänglig omgivning som möjligt av största vikt. Dessutom behövs en tillräckligt utforskad och inövad rutt, mobility- och kåppteknik samt en duktig portion mod.

Förmågan att röra sig på egen hand ersätter aldrig den färdtjänst en synskadad behöver, men den ökar möjligheterna att ordna livet och den egna aktiviteten – dessutom vidgar den livsutrymmet. Med hjälp av en sakkunnig instruktör får man säkerhet och mod i sitt mobility-kunnande och lär sig nya tekniker.

Mobilityinstruktören **Timo Frost** lär sina synskadade klienter att röra sig självständigt. Han arbetar som freelance. Bland annat socialsektorn inom kommunerna köper tjänster av honom. Timo Frost går hem till klienterna, till deras arbetsplatser, skolor eller överhuvudtaget till miljöer där klienten skall lära sig att röra sig på egen hand.

Man kan även bygga på sina kunskaper tillsammans med honom om man flyttar till en ny plats eller om omgivningen annars förändras.

– Mobilityhandledning i hemmiljön innebär, att man tillsammans med klienten tittar till



Enligt mobilityläraren Timo Frost är de besvärligaste platserna för en synskadad i trafiken övergångsställena. Här övar han tillsammans med Esko.

exempel på det egna huset, dess källare och soptunnor, de närliggande husen, den närmaste buss- eller spårvagnshållplatsen, berättar Timo Frost.

Timo Frost arbetar både på landet och i staden.

– Stadsmiljön anses ofta vara svårare för en synskadad än den på landet, eftersom stadstrafiken är livlig, men det stämmer inte, säger Timo Frost och tar bort förutfattade meningar.

– I själva verket är staden som miljö klarare med rutplan och rätvinkliga korsningar. Strukturen förtydligas av trottoarerna, vilka i allmänhet löper längs väggarna och de går att utnyttja som resonansyta.

– På landet vänder ofta gatorna eller vägarna i bågar och det finns inga väggytor som reflekterar ljuden. Ofta fattas trottoarerna. Det kan också finnas stora asfalterade områden, där det är svårt att söka riktning.

– Givetvis kan en synskadad även gå längs vägrenen. För att hitta till rätt plats bör man gå rutten tillräckligt många gånger och undersöka landmärken, med vilkas hjälp man kan orientera sig. För att komma ihåg nedförsbackar, gropar och vägens lutning utnyttjar man sitt kinetiska sinne.

– I städerna är stadskärnan klarast, men ju längre från centrum man kommer desto mer oregelbunden blir miljön.

Gatuarbetena är ett fortlöpande problem, i synnerhet då de inte är utmärkta ordentligt. Det bästa sättet att märka ut dem med tanke på synskadade skulle vara ett helt staket av nät runt hela arbetsplatsen. Bommar är ett dåligt alternativ då man inte känner dem med käppen – då man gör det kan det redan vara för sent.

Andra farliga platser är övergångsställen.

Timo Frost talar sig varm för den vita käppen, vilken förutom att den är ett tecken för andra trafikanter på att man är synskadad, dessutom är ett effektivt hjälpmedel som också ökar säkerheten.

– Jag rekommenderar att man inte låter käppen ligga på botten av väskan, utan att den alltid skulle vara i användning. Om vintern kan man pröva på en snöbollsdoppsko. De nya käpparna fungerar även som reflexer, vilka ökar vandrarens synlighet. Man bör även annars använda så många reflexer man bara orkar bära.

Goda och stadiga skor är förstås viktiga och de bör ha halkskydd. Och om man råkar gå vilse är mobiltelefonen till stor hjälp. Om man går på en längre promenad är det bra att man meddelar någon vart man är på väg.

MEDDELANDEN

Vill du läsa en katolsk tidning på Daisy – från Norge?

Broen är en norsk katolsk församlingstidskrift som utkommer sex gånger om året. Sedan ifjol produceras den på Daisy för synskadade. Det är Kristent Arbeid bland blinde og svaksynte KABB som har hand om inspelningen. Det går bra att tills vidare avgiftsfritt prenumerera på Broen på telefon +47 23 21 95 37, e-post broen@katolsk.no. För ytterligare upplysningar kan du också kontakta KABB, tfn +47 69 81 69 81.

I Artos spår

(SC) Ett vidsträckt livslandskap breder ut sig när man bekantar sig med Arto Vanhanens levnad. Landskapet breder ut sig i tid och rum och i olika miljöer. I höstas fick Arto Vanhanen sitt mål förverkligat: han kunde publicera sina memoarer.

Efter att Arto Vanhanen i slutet av 2002 på eget initiativ lämnade ordförandeskapet i Förbundet Finlands Svenska Synskadade kunde han ägna sin tid åt att sammanställa en bok om sitt liv. Arbetet innebar en stor arbetsinsats genom det ambitiösa upplägget. Bland annat omfattar boken en utredning över de släkter Arto Vanhanen härstammar från.

Uppväxtåren i Metsola i Kotka, de omvälvande krigsbarnserfarenheterna, skoltiden – allt skildras med sakkunskap och noggrannhet. Och naturligtvis inte utan den finstämda humor som är så karakteristisk för Arto Vanhanen. Studieåren vid Helsingfors universitet och återkomsten som lärare i geografi och biologi till Kotka svenska samskola samt familjebildningen får sin beskärda del i boken. Men livet innehåller också skuggor, sådant som är svårt och tungt. Även det tas fram och sätts in i det sammanhang som bara tiden gör det möjligt att ge.

Det över tjugoföråriga engagemanget i synskadeorganisationernas arbete på olika nivåer framställs som något som på ett avgörande sätt bidragit till att hjälpa vidare i livet. Inom detta område har Arto Vanhanen gjort stora insatser på alla plan: på hemorten och på det nationella planet, inom Norden och internationellt.



Arto Vanhanen överlämnade ett exemplar av sin memoarbok till FSS den 1 december ifjol. – Foto SC

När Arto Vanhanen till FSS överlämnade ett exemplar av sin memoarbok med titeln Arton jäljillä (och alltså avfattad på finska) underströk han hur givande arbetet hade varit. Inte sällan hade han måst avbryta skrivandet för att skratta högt. Men vid vissa stycken var det svårt att hålla tårarna tillbaka.

Arto Vanhanen poängterar att boken är mycket personlig och i främsta rummet avsedd för familjen, släkt och vänner. Den omfattar drygt 200 sidor och ett stort antal väl valda bilder som illustrerar de olika faserna i livet.

Att lokalisera bollen är grejen

Joakim Snickars

Lördagen den 14 januari spelades det målboll för fulla muggar i Västra parkens skola i Karleby.

Det var den andra turneringen någonsin för det finlandssvenska laget Team FSS som representerar Förbundet Finlands Svenska Synskadade.

Att se synskadade personer spela målboll är en minst sagt annorlunda sportupplevelse. Två tremannalag tar mått av varandra på en plan som är 9x18 meter till arealen. Den effektiva speltiden är två gånger tio minuter. Ifall ett lag leder med tio måls marginal avbryts dock matchen. Spelarna står

i formationer framför målen som är 9 meter breda och 1,3 meter höga.

Graden av synhandikapp varierar och i enstaka fall händer det rentav att seende personer medverkar. Men samtliga spelare har tejp framför ögonen och bär mörka glasögon. Därmed är det lika för alla. Det gäller sålunda att med hörselns och lokalsinnets hjälp fånga de bollar som motståndarlaget slungar iväg och på motsvarande vis slunga bollar mot motståndarmålet.

Matchbollen väger 1,25 kilo och har inbyggda bjällror så att spelarna ska kunna lokalisera den. Publiken förväntas vara helt



Johan Sundholm, Isak Sand och Jarkko Setälä utgör tre femtedelar av det finlandssvenska målbollslaget Team FSS som grundades 2005.

tyst så att en hög grad av koncentration kan uppnås.

Team FSS hoppas på sjätte spelare

Den 14 januari arrangerades det en turnering i den lägre FM-serien. Lagen Wolves, Bisons, Mipa, Dragons och Team FSS fanns på plats i Västra parkens skola i Karleby. Finlandssvenska Team FSS kämpade tappert i de två första matcherna men fick ge sig med siffrorna 0-10 både mot Mipa och Wolves.

– Det här är hård träning. Jag är slut men nöjd. Trots att vi förlorade var det sportsligt sett en tillfredsställande match, sade lagledaren **Jarkko Setälä** efter den andra matchen.

– Målboll är en sport som kanske ser tråkig ut i mångas ögon. Bollen far bara fram och tillbaka. Men faktum är att det är en konst att vara skärpt och lyckas fånga bollen. Bollens rotation gör det hela mera komplicerat ibland, fortsätter han.

Jarkko Setälä var tillsammans med **Johan Sundholm** med om att grunda Team FSS ifjol. Jarkko är själv blind sedan födseln och fyller snart 35 år. – Man kan säga att jag började från noll för två år sedan. Det hela började med att jag kom i kontakt med **Johan Sundholm** på en tillställning i Karis. Innan dess hade jag provat på sporten en gång för tolv år sedan.

Turneringen i Karleby är FSS-lagets andra hittills. Varje serielag ska enligt reglerna anordna åtminstone en turnering. Årets första arrangerades vid semester- och kurscentret Onnela i Tusby. Det återstår tre turneringar till innan sommaren. Tillställningarna ordnas i Hyvinge, Esbo och Seinäjoki. Sedan avslutas säsongen med en avgörande turnering vid Onnela där medaljörerna utses.

Förutom Jarkko Setälä och **Sebastian**

Wikstedt består Team FSS av Johan Sundholm, **Axel Sundholm** och **Isak Sand**. Den sistnämnde är för övrigt lagets enda österbottning.

– Det är hårda bud. Att spela målboll är tungt både fysiskt och psykiskt, säger Isak Sand som till vardags går på nian i Korsholms högstadium.

Har ni något taktiksnack inför matcherna?

– Vi lyssnar på varandra men inte har vi några speciella trick eller taktikmöten. Det är helt enkelt upp till var och en att försöka koncentrera sig på sina uppgifter.

Finlandssvenska synskadade målbollsspelare växer inte på träd. Jarkko Setälä hoppas dock att Team FSS kan fortsätta med målbollsverksamheten i höst.

– En sjätte spelare skulle sitta bra, säger han.

Finländska serien grundades 1971

Turneringsledaren för evenemanget i Karleby, Johan Sundholm, berättar att sporten uppfanns i Tyskland 1948 och var ursprungligen ämnad för personer som blivit blinda eller synskadade i andra världskriget.

– Den första serien i Finland kördes igång 1971. Antalet utövare har ökat efter hand. Det är svårt att säga hur många aktiva spelare det finns i landet idag. Men det torde vara så att omkring 50–80 personer utövar sporten regelbundet. Sedan finns det också personer som tränar sporadiskt. Vid sidan av Finland spelas det målboll i såväl Syd- och Nordamerika som närliggande nordligare länder som Sverige och Litauen.

Spelarna i de lag som är Team FSS konkurrenter i den lägre FM-serien kommer från olika delar av landet. Men den geografiska tyngdpunkten är lagd på södra Finland.

De lag som segrar i den lägre FM-serien har möjlighet att stiga till FM-serien. Men det hela sker på frivillig basis.

– Ett nybildat lag kan inte genast spela i FM-serien. Man måste börja i den lägre serien. Ofta händer det också att spelare i ett lag som stigit uppåt fortsätter i andra lag.

Själv har Johan Sundholm spelat målboll i snart nio år. Men vägen har inte varit spikrak och det har haft flera avbrott.

– Vid sidan av det egna spelandet har jag också varit tränare och assistent samt jobbat med förvaltningsuppgifter, säger Johan som tidigare ägnat sig åt både fotboll och friidrott.

BISTÅNDSSAMARBETE

Effektiv punktskriftsproduktion i Tanzania

Karl-Oscar Skogster

Blindmissionen i Tanzania har begåvats med ett eget modernt punktskriftstryckeri. Tryckeriet är resultatet av ett pågående treårigt projekt vilket finska statens biståndsorgan Finnida är med och finansierar. Tryckeriet producerar nu både böcker och tidningar i swahilipunktskrift.

Blindmissionens främsta uppgift är att utge kristen litteratur i punktskrift. Men det nya tryckeriet tar även emot uppdrag utifrån. Bland annat har en organisation som har hand om information till funktionshindrade låtit trycka en bok med information om aids i punktskrift.

Ledare för Finnida-projektet är eldsjelen **Daisy Grönqvist** från Borgå. Hon har redan tidigare i många år arbetat som missionär i Tanzania, först på Shule ya furaha, Glädjens skola, en blindskola i Tabora, och från och med 1980 inom Blindmissionen i Tanzania.

– Jag började 1974 och slutade jobba heltid hösten 1998, men jag är fortfarande där två,

tre månader varje år, säger hon.

– Jag säger fortfarande vi om Blindmissionen i Tanzania. Vi hade ganska mycket problem när det gällde att få tryckt våra böcker, brevkurser och tidningar. Till sist tryckte vi flera år i Dar es Salaam där staten har ett punktskriftstryckeri. De tryckte bra och snabbt och billigt, men det är så förskräckligt lång väg dit – närmare 700 kilometer från Arusha. Och när man ska resa då med papper och tryckplåtar fram och tillbaka så tar det mycket tid och krafter. Då började jag fundera på om vi skulle kunna få det datoriserat så vi kunde göra det där hemma på vårt kontor. Blindmissionen har sitt kontor på ett massmediecentrum 15 km utanför Arusha så vi är mycket väl placerade, konstaterar Daisy.

På min fråga om Blindmissionen kallas lika på swahili svarar Daisy att det heter på swahili Injili kwa Kibreli, vilket betyder Evangelium på punktskrift.

– Men vi har nu av någon anledning alltid här kallats Blindmissionen, men det är ju en litteraturmission. Kristna synskadades förening i Sverige Syskonbandet har allt sedan starten 1980 stått för lönen till en av de tanzaniska medarbetarna vid Blindmissionen. Det är en mycket fin insats de gör, konstaterar hon.

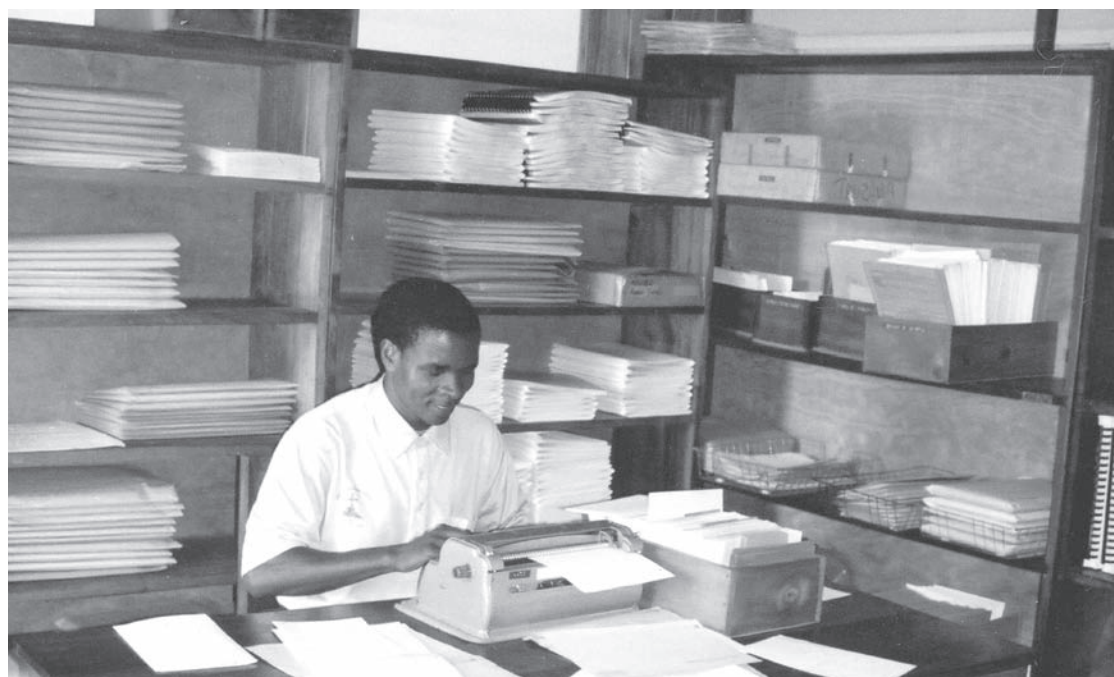
Hur gick du till väga för att få Finnida med som finansiär av projektet?

– Jag åkte på eget bevåg på en studieresa till Iris Hadar i Fagersta i Sverige för att titta på apparater. Där gick de noga igenom vad vi hade för behov och rekommenderade vad vi skulle behöva och vi fick prisuppgifter och sånt. Så tog jag kontakt med vår sekreterare inom Finlands Svenska pingstmission som jobbar med Finnida-projekt. Han blev eld och lågor för saken och förde ärendet vidare inom Pingstmissionen. Finnidas projektbidrag uppgår till cirka 60 000 euro.

– Förutom att ha satt igång det hela och skött om anskaffningen av alla apparater har min uppgift varit att undervisa den tanzaniska personalen i att använda anläggningen. Jag var där tre månader hösten 2004 med den

påföljden att tryckeriets egen personal redan 2005 klarade av att trycka Blindmissionens egen tidning. Tidningen, som utkommer med fyra digra nummer per år, har ett klart kristet innehåll men tar även upp till exempel hälso- och synskadefrågor. Dessutom hann man med att 2004 trycka sex böcker och 2005 tio böcker i punkt. Det är då sådant som jag förberett här hemma i Finland innan, alltså fört in på diskett på svartskrift, så att sen när jag kommer till Tanzania så konverterar vi det och trycker ut på punkt. Det är kristna böcker plus lite annat. Just som bäst håller man på att utge en bok som riktar sig speciellt till synskadade kvinnor. Bokens innehåll handlar om kvinnans ansvar när det gäller församlingen, familjen och samhället. En annan bok vi håller på att utge riktar sig till barn och handlar om den förskräckliga sjukdomen aids. Tanzania hör inte till de värst drabbade länderna vad gäller sjukdomen aids men det är illa nog, säger Daisy.

– Senaste höst var jag i Tanzania på nytt två och en halv månad och fortsatte träningen med de två personer som sköter apparaturen på tryckeriet. Vi skaffade bland annat en skanner som de så småningom får hjälp av. Nu har man också installerat programmet



Paolo James, synskadad, har hand om brevkursen i bibelkunskap. – Foto Daisy Grönqvist

för det nyligen i bruk tagna förkortningssystemet för swahilipunktskriften.

– Arbetet är i dag i afrikanska händer och det går bra. Men ekonomisk hjälp behövs fortfarande utifrån, säger Daisy. Och pengar för arbetet i Tanzania försöker hon på olika sätt skrapa ihop hemma i Finland. – Jag jobbar nästan på heltid med att få in pengar. Jag predikar och håller föredrag och skriver lite här och där. Jag ger ut någon bok och så syr jag och stickar och virkar och kokar och bakar och målar och säljer! Och det är ju bara en liten del det som jag gör, för missionen ska ju ha in cirka 11 000 euro i egen insats för projektet. Men är då församlingar med och hjälper till med det.

Avslutningsvis frågar jag hurdan utvecklingen varit för synskadade i Tanzania under de drygt trettio år som Daisy Grönqvist verkat där.

– Det som blivit sämre är standarden på skolundervisningen för synskadade. Det har funnits tre så kallade blindskolor ända sen 50-, 60-talen och de fungerar fortfarande. Dessutom är det ca trettio av statens grundskolor som har synskadade elever integrerade. Skolorna för seende i Tanzania har i allmänhet stor brist på undervisningsmaterial. Och det är samma sak vid skolorna för synskadade. Det finns skolor där man

inte har en enda punktskriftsmaskin och inte papper. Men eleverna lär sig läsa och att skriva på reglett. En orsak till den försämrade undervisningen är att det nu är så många fler synskadade som går i skola och ska dela på kakan. Tidigare var det inte så många och då fick de en mycket bra undervisning, bättre än i skolor för seende.

– Men det är också mycket som är bättre till exempel att det har kommit så många nya skolor. Och så är det väl ordnat med lärarutbildningen. Grundskollärare, som har varit ett visst antal år i tjänst, kan bli uttagna till en ettårig specialiseringsutbildning på högskolenivå. Positivt är också att synen på synskadade tack vare ett intensivt upplysningsarbete har ändrats väldigt mycket. I dag är det även många synskadade som fått utbildning och har anställning som lärare både i grund- och gymnasieskolor. Också inom församlingarna finns det numera synskadade som arbetar bland annat som predikanter, församlingsäldste, evangelister och kyrkomusiker.

* * *

Den som önskar vara med och bidra till arbetet bland synskadade i Tanzania kan betala in sitt bidrag till Finlands Svenska Pingstmissions bankkonto 495810-22012. Som meddelande på inbetalningen bör nämnas "Blindmissionen i Tanzania".

MEDDELANDEN FRÅN DISTRIKTEN

Norra Österbottens svenska synskadade

Februari månads **föreningsträff** hålls onsdagen 22 februari kl 18.30 på verksamhetscentret Fyren, Otto Malmmsgatan 9 A 21 i Jakobstad. Ronnie Emet från Räddningsverket föreläser kring temat Allmän brandsäkerhet. Vi diskuterar även som-

marens aktiviteter, kom gärna med förslag till sommarresa eller -läger. Kaffeservering och trevlig samvaro. Mera info på Medlemsbandet eller från Fyren. Varmt välkomna!
– NÖSS styrelse

Det känns bra!

Konditionsfrämjande verksamhet för synskadade

Pia Nabb

Förbundet Finlands Svenska Synskadade har i samarbete med Landskapsföreningen Folkhälsan i Österbotten bedrivit en konditions-cir-kel på Seniorhuset i Korsholm. Aktiviteten har bestått av vattengymnastik och träning i gym. Målet har varit att stärka kondition, muskelstyrka och balans bland synskadade.

Initiativ och intresse för denna verksamhetsform har väckts från fältet, av synskadade själva.

Hösten 2005 startade så en konditions-cir-kel med åtta förväntansfulla deltagare. Ledare var **Sara Rantamäki** som tog sig an uppgiften med stort engagemang. Även ledsagare har deltagit, där behov och då plats har funnits. Passen har bestått av alternerande vattengymnastik och träning i gym växelvis varannan vecka. Efter träningen har kaffe med dopp avnjutits och med humor i bagaget har sagts att "getingmidjan är nu inte långt borta ...". Denna stund av aptitlig belöning har bjudit på en trevlig och meningsfull

stund av social gemenskap där många tankar och idéer har utbytts, idéer om framtida verksamhetsformer. Bl a har det poängterats vikten av att kunna fortsätta den fysiska träningen i vardagen. Man får individuellt anpassade program avsedda för träning hemma i egen miljö.

Den här träningsformen har som ovan antytts mottagits mycket positivt. Samtliga deltagare känner att konditionen och orken har ökat. Alla önskar och hoppas på att få fortsätta träningen.

Passen har bestått av alternerande vattengymnastik och gym, skriver Pia Nabb som också tagit bilden.



Mycket positivt är också att vissa av deltagarna har anmält sig till Folkhälsans övriga rika utbud av hälsofrämjande kurser, i detta fall vattengymnastik.

Gemensamt för oss människor är i varierande grad att det ibland kan kännas svårt att pröva något nytt. När vi med blandade känslor beslutar oss att ta det avgörande steget för att pröva det nya då är vi på väg. Att sedan upptäcka att vi kan och t o m lyckas riktigt bra kan kännas skönt och befriande. Det ger dessutom resultat för kroppen och inspiration till att fortsätta att söka nya vägar och möjligheter till träning. Vad kan vara bättre! Nu har vi ett nytt år framför oss. Ett nytt år med kanske nya möjligheter och satsningar.

Tillsammans med Folkhälsan här i Österbotten har vi glädjen att få träna vidare med ovanstående träningsform. En fortsättningsgrupp och en nybörjargrupp kommer att pågå under denna vår, med placering i Korsholm. När Östanlidbassängen i Jakobstad så småningom står färdig (under nästa år) så kommer även likvärdig verksamhet att kunna bedrivas där.

Jag avslutar nu dessa rader med att våga – eftersom jag själv närvarat vid flera av dessa träffar – rekommendera var och en av er som har möjlighet att ta chansen och pröva denna konditionsfrämjande verksamhet. Samtidigt vill jag tacka Landskapsföreningen Folkhälsan i Österbotten för deras engagemang och goda vilja till samarbete.

RAPPORT

Rätt kurs i rättan tid

Etel Hellman

Hade glädjen att få vara med på grundkursen som Finlands Svenska Synskadade ordnade den 5–10 september och 17–22 oktober ifjol på Onnela i Tusby.

Vi var nio personer som var med den första veckan, och åtta personer den andra. Jag tror nog att alla var nöjda med kursen, alla hade olika problem med synen.

Jag har en ögonsjukdom som jag levt med hela mitt liv. Granular corneal dystrofi (Groenouw). Jag är nu 83 år gammal och fick transplantation på vänstra ögats hornhinna 1984. Det var en glädjedag då det lyckades, både för mig, professor Henrik Forsius och

de andra ögonläkarna där på ögonpolikliniken i Uleåborg.

Jag gick till ögonläkare här i Jakobstad i höstas, nu skulle det högra ögat vara i tur att genomgå detsamma, men jag tror inte att det blir av. Det har gått 21 år sen vänstra ögats transplantation, åldern och olika sjukdomar har blivit flera. När det gäller ögonen vet man inte hur det lyckas, vi har inte någon garanti.

Det här är en ögonsjukdom som går i arv från generation till generation. Hälften av en syskonskara kan få den och föra den vidare. Vi syskon var åtta stycken men en dog som

liten och vi var fyra som blev vuxna med sjukdomen. Egna barn har jag inte.

Hela mitt liv har jag fått färdas till läkare, det tog en lång tid innan de kunde säga vad det var som orsakade mina problem.

Det var nog trevligt att vara där på kursen i Onnela, vi hade en god gemenskap med varandra och våra rehabiliteringshandledare som ville ge oss den bästa hjälp och information de kunde. I kursprogrammet ingick föreläsningar, diskussioner, grupparbete, lite punktskrift och individuella övningar. Också vilka rättigheter vi har och olika hjälpmedel som vi kan få.

Så en dag gjorde vi ett besök med buss till Iiris, där åt vi lunch. Mat och resor betalade vi själva. Därifrån tog vi metron till Kampen i Helsingfors. Vi besökte Förbundet Finlands Svenska Synskadade, det var intressant att besöka olika rum, där våra kända personer vi träffat arbetar. Där serverades oss kaffe med bulla. Vi gick till fots till Kampen, därifrån med turbuss till Onnela. En oförglömlig dag var tillända.

Jag är glad och tacksam att fått vara med dessa två kursveckor. Vi får tacka för året som gått, och se framåt med hopp om hälsa detta nya år 2006.



Kursdeltagarna (stående) Stig Ekholm, Bror-Henrik Johansson, Tina Hägglund, Göran Fougstedt, Birger Frilund, Siri Saarinen, Etel Hellman och Erik Schulman samt kursledarna (sittande) Pia Nabb, Monica Andersson, Barbro Dahlberg-Berghäll och Carina Willberg.

KOLUMN

Punktskriften sprider sej

Punktskriften håller på att erövra världen. Det finns det många exempel på:

På Världsbrailledagen den 4 januari hade Google sökmotorn på Internet skrivit sin logo i punktskrift. En bekant datafreak uppmärksammade mej om saken. Han hade först trott att det var något fel med webbplatsen men så märkte han vad det handlade om. Det var en fiffig och lite skojig grej som säkert gjorde att många fler nu har ett litet hum om punktskriften.

EU har nyligen utfärdat direktiv om att medicinförpackningar ska märkas i punktskrift. Allt oftare träffar man också på punktskriftsmarkeringar i byggda miljöer. När vi flyttade in i huset där vi nu bor blev min fru glad när hon märkte att de två splitternya tvättmaskinerna i husets tvättstuga var punktmärkta. Husets hiss hade visserligen inte punktskrift vid knapparna men de var försedda med mycket tydliga siffror i relief.

Sampobanken betjänar sina punktläsande kunder med kontoutdrag i punktskrift. Och när den nya resetjänstcentralen vid årsskiftet startade i Helsingfors erhöll jag per post en broschyr om färdtjänsten även den i punktskrift.

Allt det här är kan man tycka självklara saker som inte skulle kräva dess mera uppmärksamhet. Men som gammal punktskriftsbrukare så tycker jag det är värt att notera att världen går framåt också på det

här området. Talet om design för alla är inte tomt prat utan kanske något av det viktigaste som rör sej i tiden. Och i det sammanhanget är användningen av markeringar i punktskrift värda att framhålla.

I den mycket läsvärda rikssvenska taltidningen Hjälpmedelsnytt nämner man om en annan sak som är starkt på kommande. Det är taktila skyltar och skyltar med bildsymboler i relief där den svartvita texten kompletteras med punktskrift. Iris Hadar i Sverige är ett företag som skapat spetskompetens i hur taktila skyltar skall utformas och tillverkas för att vara informativa.

”Slakten är värst” brukar man säga. Det kom för mej när jag tänkte på hur våra egna synskadeorganisationer bemöter oss punktläsare. Alltför ofta är det så att information och material finns tillgänglig endast i svartskrift. Detta trots att man nog ofta utåt deklarerar hur viktigt det är med informationens tillgänglighet.

Punktskriften borde inte enbart få bli ett kuriosum som man lyfter fram endast när det är opportunt nog. Punktskriften använd i så många sammanhang som möjligt ökar delaktigheten för oss punktskriftsbrukare. Det är därför skäl för oss att ge positiv feedback till aktörer som bemödar sej om att vid sidan om visuell information även ge information i taktil form.

Kalle

INSÄNT

Apparatglädje

Ann-Sofi Rosendahl

En stor livsuppgift för många är att uppfost-ra och lära sina barn veta hut. Min syster i Sverige har en väldigt tuff tid bakom sig med studier, jobb och ett stort hushåll att ta hand om samtidigt. Hon tänkte underlätta sin situation genom att lova höjd veckopeng åt sina tre döttrar om de själva skulle stå för städningen av sina rum. Cecilia, den yngsta av de tre, blev eld och lågor och när hon fick sin första förhöjda veckopeng vände hon sig glädjestrålade till sina systrar och sa med stolthet i rösten: "I morgon ska mamma lära mig dammsuga".

I måndags när jag kom från posten erfor jag samma glädje som Cecilia när jag öppnade mitt paket med den färgindikator som jag beställt. Färgindikatorn hjälper oss blinda så att vi hittar matchande sockor. Den säger vilken färg vi har på kläderna och den avslöjar också vintertid om lampan lyser när man ska gå och lägga sig.

Att jag blev så glad över mitt nya hjälpmedel har ingenting att göra med någon höjd veckopeng men däremot hjälper den här lilla apparaten till ett mera självständigt liv: jag kan kombinera rätt färger när jag skall tvätta kläder och är inte beroende av någon medmänniska med att komma igång med förberedelserna inför min tvättdag.

Jag tror att man måste vara blind för att förstå hur viktigt den här lilla apparaten är

för oss som inte ser. Hjälpmedel över lag är väldigt dyra på grund av att de tillverkas i så små serier. Det känns ändå fantastiskt att det finns såna här artiklar på marknaden.

Chefredaktören för denna tidning efterlyste mera debatter och nu tänker jag försöka slänga ut en brandfackla. Är våra hjälpmedel lyxartiklar eller har vi synskadade rätt till den självständighet som hjälpmedlen innebär? Vi får ansöka om ekonomisk ersättning från våra kommuner för de hjälpmedel vi anser att vi behöver. Är du som synskadad bra på att motivera varför just du behöver det aktuella hjälpmedlet eller är du en blyg stammande person som tar av dig mössan strax du kommer innanför dörren till socialbyrån och ber om ursäkt för att du tränger dig på? Hur skall ett lyckat ansökningsbesök gå till? Finns det ingen som i den här tidningen vågar fatta pennan och ge lite tips och idéer? Hur motiverar man för att få kostnaderna ersatta?

Nej, klockan börjar bli mycket det är dags att krypa till kojs. Tack för mitt nya hjälpmedel! Jag får säga som Cecilia: I morgon kommer Sofia och hälsar på mig. Då ska hon lära mig behärska tvättmaskinen. Det blir en spännande dag.

Ann-Sofi Rosendahl nås per telefon 050 3517602.

MEDDELANDEN FRÅN DISTRIKTEN

Vasa svenska synskadade

Gymnastik på Lyktan varje måndag med början kl 11. **Punktskrift** jämna veckors onsdag kl 11. **Boccia** udda veckors onsdag, startar med kaffe på Lyktan kl 10.30. – För ytterligare uppgifter om vår verksamhet kontakta Marlène på kansliet måndag–torsdag kl 9–11, tfn 06-3170 654.

Ålands synskadade

Måndagen den 13 februari kl 18 hålls **månadsträff** på Ankaret. Det utlovas program och servering på temat Alla Hjärtans dag och/eller Vändagen, så alla är hjärtligt välkomna!

Tisdagar: **simning** i Gullåsens terapibasäng kl 18–19

Torsdagar: **boccia** i föreningslokalen Ankarret kl. 12–15

Åbolands synskadade

håller februari månads **medlemsträff** lördagen den 18 februari kl 14 på Seniorstugan, Elmgrensgatan 2, i Pargas. Program och kaffeservering. Åboborna anmäler sig till Marita, tfn 2315135. Alla gamla och nya medlemmar hjärtligt välkomna! – Styrelsen

Svenska synskadade i Västnyland

samlas till **månadsträff** lördagen den 11 februari kl 13 i verksamhetscentret Lyan, Prästängsgatan 12, Ekenäs.

Vi bjuds på program och kaffe med dopp. Transporten sker i vanlig ordning. Anmäl dej till Bjarne, tfn 019-248 1161, eller till Birgitta, tfn 019-231 118, senast torsdagen den 9 februari. Varmt välkommen! – Styrelsen

Svenska synskadade i mellersta Nyland

Styrelsen för Svenska synskadade i mellersta Nyland r.f. för år 2006 som valdes på höstmötet består av Carola Blomstedt, ordförande, Lars Åkerman, vice ordförande, Dailis Lindqvist, Gun-Maj Silander, Carola Jarding (ny) och Magnus Nyström (ny).

Vårterminen har kört igång och vi träffas **varje måndag** klockan 13 på Tian. Programmet för våren är ännu ofullständigt men ni kan ringa till Jessika på Tian och be om att få vårens infoblad. Adressen till Tian är Fredriksgatan 35 B 10 och telefonnumret 09-612 1779. Telefontiderna är måndag, tisdag och onsdag klockan 9.30–13.30, övriga tider telefonsvarare. Ring gärna om det är något du undrar över eller behöver hjälp med.

Vi har börjat med **boccian** i Agricolakyrkans sal på Fabriksgatan onsdagar klockan 11–12. Ring till Jessika och fråga mera. **Vattengymnastiken** har också börjat på onsdagar klockan 19 i Kampen.

Våra **torsdagsträffar** på Tian börjar i februari, torsdagen 2 februari spelar vi bingo. Vi börjar klockan 16 med traktering. **Litteraturgruppen** har också börjat träffarna, i februari är det troligen den 16 som vi diskuterar litteratur klockan 13 under ledning av Fredrik Therman. Kontrollera ännu datumet hos Jessika på Tian.

Svenska synskadade i Östnyland

samlas till **månadsträff** lördagen den 13 februari kl 13 i Kajutan, Ågatan 33 i Borgå. Välkomna! Datum för föreningens årsmöte är bestämt till den 13 mars, tid och plats som ovan. – Styrelsen



TELEFONSERVICE

LINJAARI



0800 131 333

– telefonservice om frågor
kring synskadeproblematiken

Den första tisdagen i månaden fungerar den svenska telefoninformationen om frågor relaterade till synhandikapp. Man kan kostnadsfritt ringa mellan kl 9 och 15 till nummer 0800 131 333 och ställa frågor och samtala på svenska.

Telefoninformationen upprätthålls av Synskadades Centralförbund och fungerar övriga veckor från måndag till onsdag på finska.

Men månadens första tisdag kopplas samtalen till en synskadad informatör inom Förbundet Finlands Svenska Synskadade. Vi vill på det sättet tillgodose behovet av information på svenska.

Det går bra att fråga om vilka praktiska problem som helst i anslutning till synnedläggning och synbortfall och den livssituation som uppstår. Men medicinska frågor behandlas inte, det är något för specialister.