

Finlands Synskadade

FÖRBUNDET FINLANDS SVENSKA SYNSKADADES ORGANISATIONSTIDNING

6/13



4 Profilen - fyra gånger blind

12 FSS årliga friidrottstävlingar

14 Matlagning en stor del av anpassningen

Innehåll

Nr 6 juni 2013

LEDAREN

3 Från passiva lyssnare till aktiva läsare!

PROFILEN

4 Vägen tillbaka från döden

ARTIKLAR

- 10 Hemmafördel i boccian
- 12 Friidrotten från en utomståendes perspektiv
- 17 Priset för högt på tävlingshelgen
- 18 Anpassning med mat i fokus
- 22 Ny taltidningsförening grundad
- 24 Gnistan vill skapa mötesrum
- 27 VSS resa till Umeå
- 28 Vad hände sen: Rolf Söderlund

AKTUELLT

30 Aktuellt

AKTUELLT I DISTRIKTEN

- 33 Aktuellt i distrikten
- 36 Annonser: Karaveckoslut



4



24



18

Finlands Synskadade

Finlands Synskadade är organisations-tidning för Förbundet Finlands Svenska Synskadade. Tidningen utkommer med 10 nummer/år i svartskrift, punktskrift, på CD och som elektronisk version, se www.fss.fi/aktuellt/fs. Kan också fås som e-postbilaga. Årgång 102. Nummer 7/2013 utkommer 23.8, deadline 5.8.

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

Chefredaktör: Robin Sjöstrand
Tfn 09-6962 3017

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

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

Pärmbild: Pehr Ahlstedt i flygande position under jämfotahoppet i FSS friidrottstävlingar. Ahlstedt vann H70-klassen i grenen.
Foto: Timo Broman

ISSN 0789-5739
Arkmedia, Vasa 2013



Från passiva lyssnare till aktiva läsare!

Drygt ett år har jag jobbat som tillförordnad kommunikationschef för FSS. Det har varit en otroligt intressant period och särskilt roligt har det varit att ta del av hur den tekniska utvecklingen kan bidra till att göra tillgången till information lättare.

Det finns dock en stor rädsla för ny teknik. Speciellt för pekskärmar som har blivit vardag för seende. De flesta seende som inte känner till synskadevärlden höjer också på ögonbrynen då man berättar för dem att pekskärmar absolut inte är ett hinder för en totalt blind person.

Apple är ett bolag som tillverkar endast pekskärmar och som väcker starka känslor hos de flesta. Men efter att ha sett vad deras produkter kan göra för synskadade har jag inget annat val än att lyfta på hatten för firman. Alla Apples produkter kommer färdigt levererade med hjälpmedel direkt från fabriken.

Detta, tillsammans med faktumet att det finns en uppsjö av olika appar (program) som kan laddas ner till din telefon, gör att framtiden ser ljus ut. Appar som du kan beställa taxi med utan att veta var du befinner dig, appar som berättar vad som finns i din omgivning, appar som kan läsa böcker, appar som översätter kinesiska till svenska. Personligen väntar jag ännu på att någon gör en app som översätter närpesiska till svenska.

Denna utveckling har skett under fyra år och den verkar inte stanna upp, snarare tvärtom. Av den enskilda synskadade förutsätter dock den tekniska utvecklingen att man tar mera ansvar, men den ger samtidigt en mycket större frihet att välja själv. All information i dagens informationssamhälle står till förfogande bara man får kunskapen att använda sig tekniken.

I skrivande stund har vi lämnat in en projektansökan till RAY för ett projekt som går under namnet "SynApp – Smarta hjälpmedel för synskadade". Om projektet får finansiering, vilket jag starkt tror och hoppas på, kommer vi att kunna erbjuda kurser i användningen av pekskärmar, datorer och övriga smarta hjälpmedel. Därtill kommer vi inom projektet att skapa ett digert material med guider, manualer och självstudiematerial som vi publicerar på hemsidan, så att alla kommer att ha möjlighet att använda dessa smarta hjälpmedel.

Den centrala förändringen, en mycket positiv sådan, är att synskadade kommer att gå från att ha varit passiva lyssnare till att bli aktiva läsare. Och kom ihåg, det finns ingen orsak att vara rädd för ny teknik. Det enda man behöver vara rädd för är själva rädslan!

JOHAN PYY,
TF KOMMUNIKATIONSCHEF

TEXT OCH FOTO: ROBIN SJÖSTRAND

Vägen tillbaka från döden

Han är sannerligen en syn, Arto Rintamäki. Med bångstyrigt hår och en yvig mustasch far han omkring på en skrivbordsstol över golvet i sin lägenhet som ligger i Invalidförbundets hus på Hipposgatan i Åbo. Iklädd en gräll skjorta som nog har sett sina bästa dagar, men som på något konstigt sätt klär honom, hälsar han mig välkommen med sin raspiga baryton. Det är en intressant personlighet som sitter framför mig.

MORJENS, MORJENS! E de du som e Robin? säger han, rullar mot mig på sin skrivbordsstol och tar mig i hand – en handskakning som snarare blir något av en high five.

Han rullar bakåt in mot sin enrummare och återigen hörs hans raspande stämma.

– Kom in, kom in. Vad sa du riktigt att din tidning hett nu? frågar han samtidigt som han parkerar sin skrivbordsstol i mitten av rummet där tre gitarrer finns inom räckhåll.

Det känns nästan konstigt att tänka att skrivbordsstolen och den raspiga rösten inte är något som definierat Arto Rintamäki särskilt länge. Trots att jag, de få sekunder jag hun-

nit träffa honom, redan identifierar honom med dem – tillsammans med mustaschen och den grälla skjortan förstås. För femton år sedan fanns inte stolen – och rösten den var en annan. En hög och vacker tenor.

Arto Rintamäki gjorde sig känd på teaterscenen som skådespelare och i Trio Saludo, där han tillsammans med Håkan Streng och Peter Ingo, charmade stora delar av Svenskfinland (och finska Finland för den delen) med deras spanskinfluerade musik. Men 1999 hände något som förändrade Lappfjärdör-dige Rintamäki för alltid. En hjärnblödning förlamade halva kroppen och gjorde honom blind på det högra ögat.



■ **Arto Rintamäki på sin balkong i Åbo.**

– Å int nånting med de heller, men sidu jag ha aldri haft nån syn på vänster öga. En kompis sköt mig med luftgevär när jag var yngre, så det här är plast, säger han och knacker sig i vänsterögat som ger ett tydligt plastigt ljud ifrån sig.

Positiv trots motgångar

Det är svårt att inte dras med av hans positiva utsida.

Här sitter en man som fortfarande har svårt att gå och vars bästa transportmedel är en nedsutten, gnisslande skrivbordsstol. Ändå

tycks hans syn på livet betydligt mer positiv än min.

Är det ett spel för gallerierna?

– Nä, jag tror int de. Man måst ju ta de på rätt sätt, annars så funkar de int. Jag tror att jag kanske har klarat mig bra, säger han.

Han verkar mena det, men i nästa andetag kommer också hela berättelsen.

Det har inte varit lätt – precis som för de flesta andra drogs Arto ner i en djup depression efter hjärnblödningen.

– Nå, de ju så – om hela live ha vari teater och musik, å så inser du att du aldri kommer att spela eller sjunga igen. De tar hårt. ►

Inte nog med det. Tack vare hjärnblödningen var han nu alltså blind på bägge ögonen. Trycket från blödningen gjorde att högerögat var obrukbart det med. Här fanns dock en förhoppning om en förbättring – att blindheten inte skulle vara permanent. Och mycket riktigt: när blodet hade koagulerat så operades han och fick synen tillbaka igen.

Men det var trots allt inte synen som var svårast att mista för Arto, det var förmågan att röra på sig. Förmågan att sjunga. Att spela teater.

– Just när ja insåg de, då va de som allra tyngst, säger Arto när han plötsligt greppar gitarren.

– Jag har sidu ganska bra rörlighet i vänstra handen så jag kan spela ännu, säger han och sätter helt oväntat igång med att sjunga en sång.

Sången har han hört någon gång på norska, men nu översatt den för eget bruk. Och han sjunger glatt alla verser av ”För livets glada gossar går solen aldrig ner”. Jag har svårt att bestämma mig för om det är en spon-



tan glädjeyttring eller om samtalet blev för djupt, för snabbt. Den funderingen försvinner snabbt när Arto sätter ifrån sig gitarren och fortsätter sin historia.

Fyra gånger blind

– Jo de här, mitt öga hade ju int helt färdigt bråkat ännu.

Det visar sig att Artos hornhinna klappat ihop av ansträngningen och återigen blir han helt blind. Räddningen den här gången heter transplantation. Med en ny hornhinna återfår

TIDSLINJE



1950

Arto föds i Lappfjärd och växer upp i musikens tecken med kyrkokör och gitarrspelande.

1962

Ett vådaskott med luftgevär gör att Arto mister synen på sitt vänstra öga.

1970

Brahe Djäknar blir Artos hemkör i Åbo. Där träffar han Håkan Streng och Peter Ingo och de bildar Trio Saludo.

han synen ännu en gång. Men inte nog med det. När den nya hornhinnan har installerat sig säger näthinnan upp kontraktet. Arto blir blind en tredje gång.

– Då fanns möjligheten att di kunde sy ihop den på någån sätt, så di försökt ju de å de lyckades.

Nu har han åter syn på högerögat.

Den är inte skarp eller särskilt bra, men han ser.

Men på vägen har han varit blind tre gånger – fyra om man räknar med olyckan som barn. Det måste tära på en människa.

– Ja, jag föll ju in i en depression där i början. Arto återkommer hela tiden till sorgen över att ha förlorat musiken och teatern. Depressionen blev djupare och djupare. I ett skede blev det för mycket.

Berättelsen om ett självmord

– Så blev de ju så att ja försökt med självmord, säger han och börjar berätta.

Han hade gett upp med allt och såg ingen

mening i tillvaron. En fredag bestämde han sig:

– I moron klockan 13:30 hänger jag mig.

Under fredagen såg han ut en lämplig krok i sin lägenhet som han delade med hans dåvarande fru.

Han testade med ett rep, så att det skulle hålla. Sen var det bara att vänta på att klockan skulle gå.

– De e lustit hur mänskans hjärna funkar egentligen. Där satt jag lugnt och läste tidningen medan jag väntade på att klockan sku bli halv två, säger han.

När klockan väl slog det väntade slaget, reste han på sig, hasade sig med sin sargade kropp fram till kroken med all intention i världen att hänga sig.

– Jag hitta int repet från fredagen, men jag gjord en lösning med att koppla ihop två bälten.

– Jag testa till å med att hänga i de för att se att de sku hålla. Sen hämta ja en stol och la bältet kring halsen...

Han sparkade bort stolen. ►



1999

Arto drabbas av en hjärnblödning som förlamar och förblindar honom. På det följer en svår depression.

2009

Skivan "Arto Rintamäki och KOM-Pisar" släpps och för första gången sen 1999 är Arto en artist igen.

2013

Arto smider planer på en show på Åbo Svenska teater under den kommande hösten.

Arto med hans dyrgrip -
gitarrens rolls royce.





Men han hade inte räknat med bältets svagaste del – pinnen i bältesspannet.

Den höll inte för tyngden och Arto rasade huvudstupa i golvet och slog upp ett stort sår i pannan.

Med det slutade hans självmordsförsök.

– Jag slogs medvetlös i säkert en halv minut. När ja vakna ringde jag min frus syster och sa ”Vet du va ja just gjord?”. De blev ganska uppjagade av det, säger Arto och skrattar.

Han nämner inte varför han inte försökte på nytt, men en stund senare i vår diskussion säger han:

– Det var tur att int ja lyckades. Ja, int för min egen skull – jag sku ha vari död å int visst nåt annat. Men för barnens skull.

Klamrar sig fast vid musiken

Numera lever han sitt liv långt genom musiken. Musiken som kom med redan som barn i Lappfjärds kyrkokör. Musiken som fortsatte på Kristinestads stadshotell – Arto på gitarr, kompisen Leo på dragspel. Musiken som ledde honom till Åbo där musiklivet började på allvar.

Brahe Djäknar och Trio Saludo kom liksom med på köpet.

– De va ju där som di börja, Håkan och Peter. Di hadd ett band som di kalla ”Fyra på spanska”, som sjöng nonsensspanska, men när två av medlemmarna försvann så fråga di om ja ville komma med.

Det ville Arto. Det ledde till en hel del övningar nere i Brahe Djäknars klubblokal.

– Int kund vi ju nå noter, sidu, så vi sa bara åt varandra att ”om ja sjunger såhär, så sjunger du såhär”, å de funka ju bra.

I Åbo kom också teatern som gjorde att Arto hoppade av studierna i musikvetenskap och

PROFILEN

Namn: Arto Rintamäki

Bor: I Åbo. Uppvuxen i Lappfjärd med finsk mamma och svensk pappa. ”Jag har finskt blod, men svensk kultur”.

Filosofi: ”Som en vän sa: ’Jag har aldrig sett en likbil med en dragkärra.’ Det är bättre att leva på det man har än att spara ihjäl sig.”

Trivs med: Att samla på gamla inspelningar, både ljud och bild. Arto kallas ibland ”arkivarien” av sina vänner.

Framtidsplaner: En show eller konsert på Åbo Svenska Teater till hösten – om bara pengar finns.

började ett liv som frilansande skådespelare och musiker.

Men det är trots allt musiken som har hjälpt Arto genom de svåra tiderna.

– Musik ha allti vari nummer ett för mig, så e de bara.

Så till slut kunde han inte hålla sig. Han skulle göra en skiva till. År 2009 gjorde han slag i saken och resultatet blev ”Arto Rintamäki med KOMPisar”. Den kan också ses som ett bevis på vad man kan åstadkomma om man är envis. Men visst, Arto erkänner att han fick hjälp.

– Jag börja ringa runt ti mina kompisar. De va väl ingen som riktigt täcktes säga nej, säger han och skrattar. ●



■ Tapio Hotanen, Kim Åkerblom och Allan Wikström var säkra på handen i bocceian.

TEXT OCH FOTO: ROBIN SJÖSTRAND

Hemmaplansfavören avgjorde

Redan i samlingsalen vid receptionen i Raseborgsinstitutet är det igång. Taktiksnacket inför bocceieturneringen.

- Vi slänger den vita bollen långt bort i hörnet.
- Det är ingen skillnad att vi inte har tränat, det är bara på tur ändå.
- Jag bestämmer i vilken ordning vi kastar så går det nog bra.

KOMMENTARER OM DEN kommande turneringen hörs runt alla bord. Åbolänningarna Harold Henriksson, Gun Fröberg och Svante Liljeqvist vill alla försvara förra årets turneringsseger som kom efter en uppklarad felräkning när bocchian avgjordes i Vörrå.

– Men vi har å andra sidan inte spelat bocchia alls sen den turneringen, så det kan bli svårt, säger lagkaptenen Henriksson.

Leif Nybohm från NÖSS berättar att också det laget har samma placering som i fjol i tankarna. En andraplats.

– Eller ja, vi börjar där och sen kan vi se om vi kan förbättra också förstås, säger han.

Hans lagkamrater är Maj-Len Ahlstedt och lagkaptenen Raymond Segervall.

Men när tävlingarna börjar är det de två andra lagen som tar kommandot. Hemmalaget Västnyland, som under lagkaptenen Tapio Hotanens ledning också mönstrar Kim Åkerblom och Allan Wikström, kopplar ett enormt strypgrepp på Åboland i första matchen och vinner med hela 24–0.

Det efter fullständigt lysande spel och en match med hela två fulla sexor. Samtidigt börjar Vasaborna i Patrik Paulins händer säkert mot lokalrivalen NÖSS och tar hem en seger i den matchen.

Det leder upp till en tidig turneringsfinal mellan Vasa och Västnyland i andra omgången. Där håller inte Paulin och lagkamraterna Ritva Hagelberg och Börje Kukkonen för trycket och Västnylänningarna drar fördel av hemmaplansen och vinner klart med 10–3.

Efter den vinsten står det redan rätt klart att Västnyland kommer att ta hem turneringen eftersom man leder med två poäng inför den sista omgången och har en poängskillnad på +31.



▲ **Ibland krävs det millimeterprecision i domsluten i bocchian. Då åker måttbandet fram.**

I den andra matchen i samma omgång som i princip blir en match om tredjeplatsen. Och matchen mellan fjolårets två topplag Åboland och NÖSS slutar precis som i fjol i åbolänningarnas favör, som tar hem den dusten med 7–3.

I den sista omgången säkrar VSS andraplatsen genom att slå Åboland, medan redan klara vinnarna Västnyland får oväntat hårt motstånd av jumbon NÖSS i en match som slutar 3–3 och är dagens enda oavgjorda resultat. Västnylänningarna tar alltså hem turneringen med fem poäng före Vasa på fyra. Åboland slutar trea på två poäng och NÖSS får, trots en fin avslutning, nöja sig med jumboplatsen och ett ynka poäng. Det är som upplagt för revansch nästa gång lagen möts. ●



TEXT OCH FOTO: TIMO BROMAN

Den vackraste formen av sport

Det kan ha varit sista gången som FSS kan kalla sina friidrottstävlingar för årliga.

Naturligtvis fanns därför Finlands Synskadade med på ett hörn i Karis och Timo Broman sändes ut för att närvara under tävlingarna. Det här är hans berättelse.



Då jag kommer fram till sportplanen i Karis för min artikel, vet jag inte exakt vad som väntar mig. Jag har ytligt läst in mig på fakta kring synskadade men känner ändå en nervositet som troligtvis är större än vad de flesta av dagens tävlanden känner.

Nervositeten släpper snabbt då jag hastigt kastas in som ledsagare och får ta del av morgongymnastiken. Under uppvärmningen sjungs det med till musiken, det skämtas, skrattas och det goda humöret verkar smitta av sig – inte bara bland människorna, utan

också på vädret. Även om klockan bara är nio så ligger en riktigt skön sommarvärme redan i luften.

Klockan halv tio är det dags för första grenen, 100 meter. Nu börjar tävlingsandan komma fram allt mer och små skämtsamma gliringar hörs här och var och det medför många skratt vid startplatsen.

Men då startern Roger Lönnberg uppmanar till färdiga-position är det tyst ända tills startskottet går av. Då hejas och applåderas det – med Matts-Jonas Rasmus i ▶





■ **Harold Henriksson i kulringen där han tog hem segern i 70+-klassen, med en segerstöt på 6,00 meter.**

spetsen som en av de allra ivrigaste påhejarna. När alla 100-meters lopp är löpta är det dags att bege sig mot kulringen där kulstötningen snart ska börja.

Tre försök har de tävlande på sig att få iväg kulan i en så lång båge som möjligt. I herrar under 80 år är det Harold Henriksson som efter en jämn och fin serie tar hem sin klass med 6,00 meter som bästa resultat.

Tvåa i samma klass är Stig Ekholm som stannar ynka två centimeter bakom med 5,98 meter och trea är Raymond Segervall 15 centimeter bakom Stig. Stilarna i kula är lika många som deltagarna men det som

gläder mest är att alla försöker och att det alltid finns lite mer krut att hämta då publiken ger stöd.

Enda chansen att träffas

Efter kulstötningen är det dags att bege sig mot längdhoppsgropen där jämfotatävlingen ska börja.

Medan de första hopparna gör sig klara kan övriga sätta sig till ro i skuggan på läktaren för att samla krafter och språkas vid vad som hänt sedan tävlingen i fjol. Många av dem som är här ser bara varandra på dessa

” Det handlar om glädje, samvaro och att hitta inspiration på en plats där ordet tävla är bland det mindre viktiga.



▲ **Berit och Klas Prost skiner i kapp med solen.**

årliga tävlingar och då är det förstås mycket som hänt sedan sist.

I klassen herrar under 40 år vinner Fredrik Lindgren efter att i sista hoppet fått en perfekt träff och ökat från 1,64 m till 2,11 m.

Före lunchpausen står ännu 1000 meter gång på programmet.

Det gäller för alla att sköta om vätskebalansen då temperaturen nu närmar sig 25-strecket.

Som tur är har funktionärerna flera bord där det serveras vatten så det gäller att passa på att dricka alltid då och då.

Vacker form av tävling

Börje Broberg som gör sitt andra speakerjobb för veckan på Karis sportplan tycker det är roligt att friidrottstävlingar kan ordnas för alla och att den här tävlingen varit riktigt

rolig att uppleva också som funktionär, tack vare den goda stämningen.

Efter att Matts-Jonas och undertecknad som ledsagare kommit i mål bland de första på 1000 m gång kan jag inte låta bli att förundras över hur Matts-Jonas trots trötthet försätter heja in alla tills sista man korsat mållinjen.

Det säger väldigt mycket om vad det hela egentligen handlar om. Det handlar om glädje, samvaro och att hitta inspiration på en plats där ordet tävla är bland det mindre viktiga.

Trots att det tävlas finns så många fler element än i andra ”vanliga” tävlingar. Just detta är tävling i sin allra vackraste form. När det inte bara handlar om ett enda syfte.

Efter en timmes lunchpaus ska de sista grenarna avverkas. Det är spjutkastning, höjdhopp och slungboll som står på efter- ▶

middagsprogrammet. I spjut var damen för dagen kanske Göta Grönqvist som var enda tävlande i under 90 år-klassen och hon fick iväg spjutet prydliga tre meter jämt.

I slungboll gick Camilla Hellstedt och Ritva Hagelberg en rafflande kamp, båda kastade nämligen 14,52 m så det var bara ett bättre andrakast som avgjorde till Camillas fördel.

Dystert för tävling nästa år

Vad kan jag annat säga än att tiden går fort då man har roligt och i ett nafs var dagen till ända.

Jag stannar upp efter tävlingarna och pratar med Berit Prost som berättar att hon haft en väldigt rolig dag.

Om hon skulle välja en favoritgren så är det nog slungboll. Hon berättar också att hon

” I spjut var damen för dagen Göta Grönqvist.

tycker det bästa med dagen är att få träffa alla människor från andra föreningar och andra orter och prata och skratta tillsammans. Ett av hennes bästa minnen är då FSS ordnade friidrottstävlingar på Åland 2011.

I nuläget ser det dystert ut för att en eventuell tävling år 2014 ska ordnas.

Men jag hoppas verkligen att solen skiner lika klart nästa år och att alla dessa underbara personer får chansen att skina de med. ●



▣ Jörgen Bäck i flygande fläng i jämfotahoppsgropen, där han tog hem vinsten i 40+-klassen.



▲ Arrangörerna var nöjda med sin tillställning, men inte helt glada över det minskade deltagandet jämfört med förra årets tävlingar.

TEXT OCH FOTO: TIMO BROMAN

Den dyra friidrotten upprör medlemmar

UNDER EN PRATSTUND med Hilding Nordström frågar jag hur han ser på framtiden för FSS verksamhet och det faktum att deltagaravgiften för tävlingarna höjts så kraftigt i år på grund av förbundets sparåtgärder.

– Det var nog nödvändigt med en höjning men att avgiften för resan fördubblades skrämde nog bort många. En 50 procents höjning hade nog varit mer rimlig.

Varför är det så viktigt att förbundet hålls levande?

– Förstås så är den sociala sidan väldigt viktig. Möjligheten att få träffa andra synskadade och byta erfarenheter är viktigt men också att pröva på nya aktiviteter tillsammans är värdefullt.

Vad ser du för andra utmaningar för förbundet än de ekonomiska?

– En stor del av våra medlemmar är förstås äldre då de flesta som har synskada får det vid en hög ålder. Men det finns många ung-

domar där ute som också är synskadade och dem vill vi nå till en högre grad än nu. Distrikssekreterare för Svenska Synskadade i Västnyland, Christel Eriksson, instämmer med Hilding:

– En förhöjning var nödvändig men jag tycker också att det var en för stor höjning på en och samma gång, säger hon.

Enligt Christel är en nyckel för framtiden att förbundet fortsätter satsa på kvalitet i det de gör och samtidigt har en öppen kommunikation mellan distrikten och förbundet.

Leif Nybohm som varit aktiv inom förbundet i nästan 10 år ser också kritiskt på att avgiften höjts så pass mycket och menar på att det måste finnas flera sätt att spara in pengar på.

– Förbundet möjliggör mycket för medlemmarna: till exempel bildandet av sociala nätverk, hjälp med rehabilitering, service och punktskrift. Så det är förstås mycket viktigt att förbundet lever vidare och mår bra. ●

Anpassning med mat i fokus

När du som nysynskadad har bearbetat dina sorger och är redo att möta världen på nytt är det en ny värld du möter. Det är en värld där du inte längre kan förlita dig helt (eller alls!) på ditt synsinne och det kan vara skrämmande. Du måste lära dig saker på nytt – saker som du kanske lärde dig första gången som tvååring.

VÄSTRA NYLAND SAMLAS en grupp med just sådana människor. De är märkta av sina sjukdomar, som gör att de inte kan göra saker som tidigare.

Men de är stärkta av sin sammanhållning och sammanhållningen har de fått tack vare rehabiliteringsrådgivare Britta Nyström, som i FSS namn ordnar anpassningsdagar för nysynskadade.

Syrenen utanför dörren matar Svenska Synskadade i Västnylands samlingslokal Lyan med en doft som påminner om att sommaren knappt har börjat.

Ute är det ändå 25 grader och värmen och ljuset gör att världen står i full blom. Men inne på Lyan är det mörkare. I källarvåningen har precis Åke Westerlund, Brita Nordberg, Anita Ström och Barbro Häggblom träffats för att lära sig laga mat. På nytt.

Det är ju inte direkt så att de inte behärskar matlagningen.

Synskadan däremot gör det svårt att göra som de alltid har gjort och en del av anpassningen till sin egen synskada innebär att lära sig dansen i köket ännu en gång.

– Förhoppningsvis ska ni också få några nya upplevelser i matväg. Vi ska smaka, dofta och känna på maten och uppmuntra er att

använda era övriga sinnen, säger Anna-Maria Niskanen.

Hon håller i just den här delen av kursen, lärare i huslig ekonomi som hon är till yrket, och det är med smakupplevelser hon börjar. På bordet dukar hon upp selleri, rucola, jordgubbar och fortsätter med ostar – blåmögelost, getost och en starkt luktande kittost. Där finns olivolja, honung, lönsirap. Och slutligen finns där marängar – inte illa för en smaksession!

Att vänja sig vid en smak

Smaker är som allt annat här i världen något man måste vänja sig vid. Väldigt få smaker går hem hos en person första gången de äter något.

– Man brukar säga att det tar tolv till 17 gånger innan en människa lär sig att tycka om en smak, säger Anna-Maria innan hon ber deltagarna testa lite av rucolan som hon skickar runt på en tallrik.

– Den här ska vara lite pepprig i smaken, säger hon och får mumlande medhåll av de flesta runt bordet.

Barbro hör till de som inte testat rucola tolv till 17 gånger och det märks. Efter ett litet



■ Barbro Häggblom och Anita Ström testar en kniv för synskadade.



▲ Ovan ser ni maten som kursdeltagarna fick smaka på, och Anna-Maria Niskanen, Anita

smakprov får resten av de peppriga bladen ligga på bordet.

– Ja int var de ju gott, int, säger hon bestämt.

Mat återkallar minnen

De andra tycks gilla den lite mustigare varianten av bladsallad och med ett mera positivt än negativt resultat går gruppen vidare i sin testning. Barbro hinner spotta ut både selleri, olivolja, blåmögelost och kittost innan gruppen är framme vid något gott – jordgubbar! På dem följer honung, lönnsirap och maräng som också går hem hos henne och leendet börjar hitta även till hennes läppar. Hos de andra har det funnits där redan en stund, leendet, och maten har till och med fört med sig en del minnen.

– Det här påminner mig om när jag brukade köra i Frankrike, säger den pensionerade långtradarchauffören Åke när han smakar på blåmögelosten.

– Det är just det som är så fantastiskt med mat. Den kan föra en tillbaka i tiden bara med smaker, säger Anna-Maria.

När smakningen är avklarad är det dags för sällskapet att laga till en egen middag. Den består guacamole, rödbetssallad med getost, hembakt bröd och tillbehör som kryddsmör och liknande. Dessutom blir det två efterrätter med en portion glass, kokt rabarber, jordgubbar och maräng, samt sodaplättar med lönnsirap.

Anita sätter igång med guacamolen och den nya bekantskapen avokado. Till det kommer vitlök, hackat tomat, limesaft och salt



Ström och Åke Westerlund i färd med att laga mat, samt Brita Nordbergs goda speltbröd.

och peppar. I Mexico, som är guacamolens hemland kan guacamolen innehålla en hel del andra ingredienser, som lök, chili och koriander, men Anna-Maria tycks inte vilja utsätta kursdeltagarna för alltför många nya smakupplevelser på en dag.

– Den här ena är riktigt hård, säger Anita medan hon försöker få en något omogen avokado ur sitt skal.

Slow food en passion

Men trots de ovana ingredienserna så lyckas allting bra. Maten blir färdig och middagen avnjuts med välbehag.

Under tiden passar Anna-Maria på att berätta mera om hennes passion.

Slow food.

– Det är en rörelse som startade i slutet av 80-talet i Italien, som en motreaktion på snabbmatsrestaurangerna som spreds över världen då. Slow food-rörelsen värnar om bra råvaror, närproducerad och vällagad mat. Värden som går att omfatta oberoende om man är synskadad eller inte.

Rehabiliteringsrådgivare Britta Nyberg, som varit med under hela dagen, ger kursdeltagarna möjlighet att ge feedback på kursen. Och de omdömen som kommer är överväldigande positiva. Så pass positiva att gruppen överränner en blomma till Britta.

– Vi har fått en så bra sammanhållning tack vare dig, säger Anita och de andra instämmer i kör.

Ja tänk hur bra anpassningen till synskadelivet kan gå. ●

Rätten till information ska vara tillgänglig för alla

En finlandssvensk taltidningsförening har sett dagens ljus. Den finns till för att föra dagsfärska nyheter till synskadade mer effektivt och i större utsträckning än tidigare.

Det innebär också att talsyntesen Samuel i fortsättningen kommer att läsa alla tidningar i Svenskfinland.

ETT STORT STEG för den finlandssvenska taltidningen. Det kan man lugnt kalla grundandet av den finlandssvenska taltidningsföreningen som i fortsättningen kommer att ansvara för taltidningsutgivning runt om i Svenskfinland. Tisdagen 21 maj skrevs ett stycke historia för finlandssvenska synskadade, som nu går en informationsrik framtid till mötes.

– Alla människor har rätt att få samma information, med så lite fördröjning som möjligt, säger Lars Hedman, ordförande för den nybildade föreningen Finlands Svenska Taltidningsförening r.f. (FSTF).

Hedman står på en blåsig tågstation i Benås när jag får tag i honom och berättar över en knastrande linje om det nya projektet.

Ett projekt som har seglat i medvind ända sedan initiativtagandet. Ett projekt som kommer att möjliggöra för finlandssvenska synsvaga och blinda att läsa tidningen på morgonen samma tid och med samma inne-

håll som då svartskriften dimper ner i brevlådan hos övriga prenumeranter.

Men också ett projekt att bygga framtiden på.

– Det har funnits ett stort intresse från alla parter från början. Tidningshusens chefredaktörer har varit positiva, FSS har hela tiden funnits där och Svenskfinlands taltidningar har ställt upp med sin hjälp, säger Hedman. Det enda egentliga hindret på vägen har varit att få ekonomin att gå ihop, men som det ser ut i dag är den biten också tryggad för tillfället.

– FSS stöder taltidningsverksamheten med RAY-pengar, men visst, det är klart att vi i framtiden också måste förlita oss på andra fonder och bidrag för att överleva.

Tidigare tidning

Men vad innebär då bildandet av en finlandssvensk taltidningsförening? Det första och

mest konkreta som kommer att hända är att alla dagstidningar i Svenskfinland går över till att använda Samuel – den finlandssvenska talsyntesen. Den åtgärden är planerad att ske redan i år, med Hufvudstadsbladet som nästa patient på listan i höst.

– Vi skyndar långsamt till en början, men tanken är att hela tiden utöka det material som erbjuds i tidningen, så att det så långt som möjligt motsvarar pappersversionen.

– Ett långsiktigt mål är också att jobba för att utgivningstidpunkten ska tidigareläggas så att prenumeranterna kan få tidningen på morgonen precis som alla andra, säger Hedman.

En annan positiv konsekvens av att ha en enhetlig taltidningsförening är att det kan komma flera tidningar in under samma tak.

– Vi koncentrerar oss först på att få dagstidningarna in i rullorna först, men efter det kommer vi att erbjuda möjligheten till taltidningar också åt andra finlandssvenska tidningar och tidskrifter som är intresserade.

Det här innebär att till exempel tidningar som Kyrkpressen kan få ett billigt alternativ att återigen ge ut material som tal-tidning, utan att göra särskilt mycket jobb själva.

Föreningarna omvandlas

I och med en stor förenings tillkomst, kan det bli nådastöten för de små taltidningsföreningarna runt om på de olika orterna i Svenskfinland.

Men trenden har ändå varit på nedåtgående i årtal.

– De lokala taltidningsföreningarna har haft svårt att hitta frivilliga för sin verksamhet, så att vi nu tar över allt under samma flagg har bara setts som positivt. Nu tryggar vi åtminstone en taltidning, säger Hedman.



▲ **Lars Hedman är ordförande i den nya taltidningsföreningen.**



▲ **Pernilla Nylund har jobbat med Vasabladets taltidning sedan i höstas.**

Samtidigt är det också upp till föreningarna vad de gör av situationen.

Taltidningsföreningen och FSS tar gärna emot hjälp på alla plan, så om de bara har krafter kvar att fortsätta engagera sig är det endast positivt.

– Det är klart, varje förening får bestämma fritt vad som händer nu och omforma sig efter ett eventuellt behov. De behöver inte försvinna, säger Hedman innan han sätter sig på tåget. ●



■ Colin, 4 år, stortrivdes med att leka fritt utomhus. Att åka rutschbana var en av favoriterna.

TEXT OCH FOTO: FREDRIKA LUND

Gnistan vill skapa mötesrum

Det är andra veckoslutet i juni och sommaren står i full blom i Helsingfors. Värmen trycker på men det hejdar inte deltagarna i Gnistanveckoslutet från att njuta av familjelägret, ett läger arrangerat för små barn med synnedsättning och deras familjer.

TESSA BAMBERG LÄR 7-åringen Casper skriva på punktskriftsmaskin. – Nu får du sätta vänstra fingrarna här så här och så placerar du högra fingrarna på de här knapparna. Vi ska känna om det blev

rätt. Jo, det blev ett n. Nu har du stavat Colin!

Casper rullar ut pappret och tittar på resultatet. Han har skrivit Casper och Colin, sitt eget och sin lillebrors namn, med punktskrift.

Lillebror Colin är 4 år och har en synskada och andra funktionshinder. Familjen Östman har kommit ända från Pedersöre för att delta i Gnistanvecksolutet.

– Jag har inte skrivit förut på en sådan maskin, berättar Casper. Det var ganska kul.

Frank Fellman jobbar inom Förbundet Finlands Svenska Synskadade, precis som Tessa.

– Det är speciellt bra att syskonen som inte själva har någon synskada, men har ett syskon som har det, får en chans att prova på det här, säger Fellman.

Med på programpunkten finns också Hannele Lähteensuu som till vardags jobbar på Svenska skolan för synskadade (SSS).

– Det populäraste har nog varit att skriva meningen ”det är sommarlov”, berättar Hannele. Barnen har visat stort intresse för det här, vissa av dem ville till och med komma och skriva igen, fortsätter hon.

Tredimensionell karta

Det är fritid fram till lunchen. Barnen är ute på gården och leker. Ur en stor leksakspåse drar de fram balansplattor, runda små plattor som är upphöjda i mitten med olika uppstickande mönster på.

Barnen bygger en bana av dem och hoppar omkring. Vissa är obehagliga att landa på och då hojtar de till och skuttar snabbt vidare. En av hjälpledarna, Karin Nordström, tar också fram specialanpassade bollar för synskadade. De har bjällror i sig och man hör ett dämpat bjällerklang då hon skakar på dem.

– Imorgon ska barnen få gå på skattjakt, berättar Karin, det ordnas två olika. För gnistanbarnen har jag gjort en tredimensionell karta med målfärg som stiger upp från pappret och som man kan känna på. Där det finns



▲ **Syskonen utan synnedstättning hann hoppa på balansplattor, rida och konditionsboxa under lägret.**

gräs har jag klistrat tyg och där det finns sand har jag klistrat sandpapper. Syskonen får leta på ett lite större område och har en platt karta. Skatten består av lite godis och annat smått och roligt, berättar Karin.

På gården finns också en trädgårdsgunga. Här sitter gnistanbarnet Ellen och hennes bror Viljam tillsammans med lägerledarna Maja Renvall-Höglund, Anne Peltomäki, och Stina Ifström. Alla är överens om att lägret varit lyckat.

– Gnistan ordnade ett liknande läger i oktober ifjol och det känns så otroligt roligt att få se hur mycket gnistanbarnen utvecklats sedan dess, säger Anne.

– Det här är vad man på finska skulle kalla för vertaistuki, man ger familjerna chansen att få träffas och dela glädje och sorg och ►

kanske utbyta tips om hur man skött något visst problem, säger Stina.

– Det är just precis mötesplatser vi vill skapa för familjerna, berättar Maja som varit med och planerat Gnistanveckoslutet. Vi vill att de ska kunna träffas och utbyta erfarenheter och att syskon till barn med synnedsättning ska kunna se andra syskon i likadana situationer och få se att det finns flera familjer med barn med synnedsättning, tillägger hon. Viljam tar Ellen i famnen.

– Än slank hon hit och än slank hon dit och än slank hon ner i diket, sjunger Viljam och gungar systemen åt höger och vänster.

Fysiskt bevis på att det går bra

Alaric Mård är en av lägrets hjälpledare. Han är med för första gången.

– Det har varit speciellt intressant att följa med eftersom jag själv har en cp-skada. Jag känner att jag förstår min egen familjs situation bättre, hur det är att ha ett barn med speciella behov, berättar Alaric.

Under söndagen ska han hålla en diskussionsstund med föräldrarna om hur det är att växa upp med en cp-skada.

– Jag är ett fysiskt bevis på att man växer upp och att det går bra, säger han med ett leende.

Efter lunchen träffar föräldrarna rektorn för SSS, Maj-Len Heikel. Hon berättar om skolan och vad den kan erbjuda dels åt sina elever men också åt alla föräldrar med barn med synnedsättning.

Heikel diskuterar också problemet med att synen ofta får alltför lite uppmärksamhet då man arbetar med barn med multihandikapp. På SSS står just synen i fokus. Efter träffen med Heikel står konditionsboxning på programmet för föräldrarna och för syskonen.

” Man har fått så mycket information och så mycket nytt att fundera på. Det här är nog något som gärna får ordnas igen.

Alla deltagande och arrangörer verkar överens om att lägret är lyckat. Familjen Flink-Östman njuter också av helgen.

– Man har fått så mycket information och så mycket nytt att fundera på. Det här är nog något som gärna får ordnas igen, säger mamman Lena.

Gnistan är ett tre år långt projekt, vilket innebär att när det tar slut i år, kommer inte sådana här träffar att ordnas längre.

– Det skulle vara fint om någon skulle ta i bollen och fortsätta med detta jobb, säger Ann-Catrin Tylli som är ansvarig för projektet Gnistan och en av eldsjälarna bakom det.

Medan de andra boxas och blir svettiga är gnistanbarnen igång med lördagens sista programpunkt, musik.

– Nu är det slut för idag, tack och adjö för idag. Tänk vad mycket vi gjort tänk vad allting gått fort men nu är det slut för idag, sjunger de under ledning av Pamela Sandström.

Mellan stroforna klappar alla i händerna och gnistanbarnet Julius, som är väldigt förtjust i just klappande, skrattar hjärtligt och klappar ivrigt. Imorgon, på lägrets sista dag, ska barnen få överraskningsbesök av en sjungande hund och gå på sin skattjakt. ●



◀ **Gunn-Britt Sahlsten, Barbro Puharinen, Anita Carlström, Kaj-Ole Lindegård, Febe Mörk och chauffören Filip Hästbacka uppe på Wasa Express soldäck**

TEXT: LILIAN SÖDERMAN FOTO: FEBE MÖRK

VSS gjorde Umeå osäkert

En solig torsdag i maj, närmare bestämt den 23, står några personer i väntan på färjans avgång utanför hamnterminalen i Holmsund och minns gamla tider – till flydda tider återgår min tanke än så gärna...

VI KOMMER IHÅG den tid då folk trängdes som packade sillar i Hamster-market för att köpa till exempel smör, kaffe, bakpulver, marmelad, ja, listan kan göras lång. Det var på den tiden då taxfreen gjorde resorna billiga, och många reste ofta över till Umeå. Jag undrar vad som pågår där nuförtiden. En seende, trevlig man springer snabbt iväg för att kolla läget. Han kan förtälja att det säljs färsk fisk och snus där.

– Vi kunde ha köpt snus billigt och sålt det dyrt i Finland, på Lyktan! utbrister jag harmset då det är försent denna gång. En försutten chans!

Jag borde väl presentera oss – en dagsresa över till Umeå arrangeras av distriktsföreningen Vasa Svenska Synskadade i samarbete med Oravais Trafik. Resenärerna kommer från Oravais i norr till Närpes i söder, åldern varierar, men humöret är det inget fel på. Alla verkar vara förväntansfulla och glada, bara någon är oroad över den utlovade blåsten, för väderexperterna hade utlyst vindvarning. Till många landkrabbors belåtenhet glömmet det bort att blåsa, och havet är nästan spegelblankt hela dagen. Drygt 40 personer, både synskadade och ledsagare samt övriga, deltar och betjänas av en synnerligen vänlig och hjälpsam ung chaufför – en typisk ▶

svärmorsdröm – som också rattar bussen säkert och tryggt. Dessutom håller vår glada och effektiva distriktssekreterare Febe reda på oss och står till vår tjänst. Resan ordnas i stället för en regelrätt månadsträff inom föreningen.

Programmet i Umeå är fritt, och några av oss gör stan osäker, och andra åter hinner med en tur till ett köpcentrum utanför stan. Till min glädje finner jag att favoritkonditoriet står kvar, och att man fortfarande får kaffe och tilltugg för pengar. Tiden rinner snabbt iväg, men många verkar nöjda med dagen, mycket tack vare det fina vädret och den vackra naturen, som snabbt väckts till liv. Därtill ges det många tillfällen till prat och skratt både då man sammanstrålar på stan, sitter i bussen och på båten. Det blir gott om tid att umgås och dela tankar. Någon har sagt: "Rikedom är att samla goda tankar." För mig omfattar det både egna och andras tankar. Troligtvis blir många av oss rikare på resan.

Båtresan görs med den nygamla skutan Wasa Express, och den känns bekant på något sätt. En fotoutställning över de olika Vasabåtarna från olika tidsepoker fångar mitt intresse, och säkert många andras. Jag blir nostalgisk och saknar möjligheten att handla godis billigt i taxfree-affären, för det finns endast en pytteliten affär ombord utan taxfree försäljning. På båten serveras vi, i mitt tycke god, mat till borden, en lyx som bara förunnas vår grupp, för andra får köa till maten. Vi äter både lunch och middag ombord, strövar runt och träffar en del gamla bekanta. Det blir några glada återseenden.

När maken hämtar mig vid Lyktan får han av en resenär höra att han gått miste om en trevlig dag. Också jag instämmer och ser fram emot nästa resa till Umeå.

Jag vill rikta ett varmt tack till arrangörerna för en lyckad resa. ●

TEXT OCH FOTO: SANNA SÖDERLUND

Samtal om trädgård,

Rolf Söderlund har varit ett bekant namn i FSS, tack vare hans fleråriga engagemang i förbundsstyrelsen. Senast var han inte längre valbar och då han inte längre sitter kvar, tänkte jag ha en liten pratstund med honom om hur hans liv ser ut nu.

VI TAR VÅR pratstund delvis i trädgården, delvis i den ombyggda ladugården där Rolf håller på att snickra en hylla till virke.

Hur ser dina dagar ut nuförtiden?

– Ja, jag är hemma rätt så mycket. Synen har blivit sämre av det lilla jag har haft, men jag försöker göra det jag kan hemma. På våren försöker jag vara ute på gården så att jag får frisk luft och inte bara fastnar vid datorn eller vid ljudboken. Nu på sistone har jag flyttat några träd och förbereder en del planteringar i trädgården. Gräs kan jag inte längre klippa men spaden hålls i handen och vattenslangen likaså. I ladugården försöker jag organisera virket och röja undan all möjlig bråte som hamnat dit under åren.

Men jag vet att du har även andra saker som du sysselsätter dig med...

– Sant, jag är nog en föreningsmänniska. Jag har försökt vara lite mer aktiv i lokalföreningen och har deltagit i olika saker, så som pilflätning, borstbindning, boccia och bingo för att nämna några.

– Jag är aktiv både politiskt och handikappolitiskt så det blir flera möten man deltar i. Dessutom är jag ordförande i Aniridia Finland.

aniridi och förmågan att fördriva tiden

Det kanske är en mera okänd förening, berätta gärna lite mer.

– Det är en förening för oss som har ögonsyndromen aniridi, våra anhöriga och våra vänner. Om man har aniridi så saknar man iris, antingen helt eller delvis. Jag har saknat den delvis, sonen saknar den nästan helt. Jag har nuförtiden konstgjorda irisar... men det var ju föreningen jag skulle berätta om. Vi grundades 2011 och är för tillfället den yngsta av nordiska aniridiföreningarna, men i Danmark finns ingen. Vi är en liten förening med stora ambitioner.

Vad menar du med stora ambitioner?

– Vi håller på att planera en nordisk konferens som ska ske 20-22 september i år i Helsingfors. Det är rätt så mycket planeringsarbete bakom en sådan tillställning, men med gemensamma krafter kämpar vi framåt och jag tror det blir bra i slutändan.

Vad är det för en konferens?

– Vi kommer att få deltagare från de andra nordiska länderna samt förhoppningsvis nya och gamla intresserade människor från Finland. Vi diskuterar nordiskt samarbete, har specialistföreläsningar samt ger information om olika instanser så som till exempel FSS. Men, vi ska inte glömma umgås med varandra och utbyta erfarenheter heller, det är många gånger det som folk upplever som mest givande – att få träffa människor i liknande situation.

Kan vem som helst delta och hur gör man det?

– I princip ja, men det är ju en fördel om man har intresse för aniridi. Nuförtiden upptäcker man aniridi ofta redan som barn, så en del av våra medlemmar är föräldrar till aniridibarn.



▲ **Rolf Söderlund jobbar gärna i trädgården. Han har inte slutat med handikappolitiken efter att ha slutat i FSS styrelse.**

Jag fick själv diagnosen då sonen föddes, före det visste jag inte ens att jag hade aniridi. Anmälan till konferensen kan du göra via e-post, men har du frågor så kan du först kika in på www.aniridia.fi och om du inte finner svar där, finns det kontaktuppgifter till styrelsen då det är bara att ringa eller mejla. ●



AKTUELLT

Förändringar i FSS personal

ATERIGEN SKER NÅGRA ändringar på personalsidan i FSS. Rehabiliteringsrådgivare Frank Fellman avgår från sin tjänst från och med slutet av juni och kommer att ersättas av socionom Ann-Catrin Tylli efter semestrarna – det vill säga från och med början av augusti.

Administrativa chefen Henrik Lindell har hittat ett nytt arbete och avgår också han i slutet av juni från sin post. Ingen ersättare är ännu hittad.

Kommunikationschef Cecilia Weckman återvänder i au-

gusti från sin mammaledighet och tar då alltså återigen över rodret på kommunikationsavdelningen.

Weckmans nuvarande vikarie Johan Pyy kommer att fortsätta inom FSS under årets slut för att jobba med förbundets marknadsföringsstrategi med de medel som budgeterats för ändamålet för år 2013.

Tf chefredaktör Robin Sjöstrand går ner till deltid på 70 %. Sjöstrand kommer också i fortsättningen att ha ansvar för förbundstidningen Finlands Synskadade och presskontakter, men övriga

uppgifter fördelas mellan övrig personal.

Han kommer från och med augusti att jobba med ore-gelbundna arbetstider och är inte nödvändigtvis anträffbar under kontorstid.

Medieassistent Susanna Antell blir ny redaktör för medlemsbandet och fortsätter också som inläsare för FSS övriga taltidningar.

Yvonne Huhtalas fyramånaders period som projektledare tar slut i sommar, men hon fortsätter till hösten som koordinator för rehabiliteringen. ●

FSS lottar ut talande blodtrycksmätare

DE BLINDAS VÄNNER rf donerar tillsammans med Lidl Finland 300 talande blodtrycksmätare till Synskadades Centralförbund.

Av dessa kommer 20 att tilldelas FSS för distribution bland medlemmarna. Förbundet kommer att skicka en blodtrycksmätare till varje distrikts kansli för att de ska finnas till hands.

Medlemmar som vill testa sitt blodtryck behöver i så fall bara besöka sitt eget verksamhetscenter för att kolla blodtrycket.

De övriga 13 talande blodtrycksmätarna kommer att lottas ut bland FSS medlemmar.

Är du intresserad av en blodtrycksmätare, ta kontakt med FSS kansli under kontorstid (mellan 09.00 och

15.00) på telefonnummer 09-69 62 300 eller maila till kansli@fss.fi. ●

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



Boka tid till FPA i tid i sommar

PÅ SOMMAREN ÄR det skäl att boka tid till FPA i god tid – eller alternativt att sköta ärendena utan tidbokning per telefon eller på byrån. Sedan mars har kunderna kunnat boka tid till FPA:s telefonservice eller FPA-byrån.

Under sommarmånaderna juni-augusti är möjligheterna att få bokad tid dock begränsade. Därför är det skäl att vara ute i god tid. I brådskande fall kan man fortfarande ringa servicenumren eller besöka FPA-byrån utan förbokad tid.

Man kan också söka förmåner på FPA:s e-tjänst med sina nätbankskoder.

En e-ansökan kan också kompletteras med bilagor via e-tjänsten.

När en kund bokar tid till FPA ställer kundrådgivaren vissa frågor för att på förhand kunna sätta sig in i kundens situation.

Både på byrån och per telefon kan kunden få sin ansökan klar och sin situation kartlagd.

På bokad tid får kunden sina ärenden skötta på överenskommen tid. ●

FSS kansli håller stängt i juli

SOMMAREN ÄR HÄR och det innebär semestrar och att FSS personal tar sommarledigt.

Som vanligt håller FSS kansli stängt över juli månad.

Sista kanslidagen är 28 juni och då stänger kontoret redan 13.00.

Vi är tillbaka igen för höstens utmaningar med nya krafter och delvis ny bemanning måndagen 5 augusti. Ha en glad och trevlig sommar! ●

Lagen om varningsmeddelanden trädde i kraft

LAGEN OM VARNINGSMEDDELANDEN trädde i kraft den 1 juni 2013. Syftet med lagen är att styra myndigheternas information om farliga situationer och olyckor i radio och television. Varningsmeddelanden ersätter nödunderrättelser och andra myndighetsmeddelanden som användes tidigare. Ett varningsmeddelande får utfärdas i situationer där det finns fara för liv eller hälsa eller omfattande skada eller förstörelse av egendom. Man kan utfärda ett varningsmeddelande om till exempel en person eller ett djur som

orsakar fara för människan, exceptionellt kraftiga stormar eller andra farliga väderfenomen som utvecklas snabbt eller en allvarlig olycka som har samband med farliga ämnen. Varningsmeddelanden kan även utfärdas när man vill meddela att den farliga situationen är över. Varningsmeddelandena förmedlas rikstäckande i radio. Varningsmeddelandet förmedlas även i television om den utfärdande myndigheten så beslutar.

Varningsmeddelanden ska utfärdas på finska och svenska. I sådana fall då

den farliga händelsen berör samernas hembygdsområde ska varningsmeddelanden utfärdas även på samiska. Varningsmeddelanden får utfärdas av räddningsmyndigheterna, polisen, gränsbevakningsmyndigheterna, Nödcentralverket, Polisstyrelsen, Strålsäkerhetscentralen, Meteorologiska institutet, Trafikverket, Trafiksäkerhetsverket, Livsmedelssäkerhetsverket, Tillstånds- och tillsynsverket för social- och hälsovården, Säkerhets- och utvecklingscentret för läkemedelsområdet samt alla ministerier. ●

Nya rättigheter för bussresande

Kollektivtrafiklagen ändras. Lagen kompletteras med stadganden om tillämpningen av förordningen om busspassagerares rättigheter i Finland.

Lagen träder i kraft den 1 juli 2013.

Bakgrunden för lagändringen finns i EU:s direktiv om busspassagerares rättigheter, som trädde i kraft den 1 mars 2013.

Förordningen förtydligar rättigheterna för busspassagerare. Busspassagerare får således enhetliga rättigheter som omfattar hela EU.

Rättigheter av detta slag är redan sedan tidigare skyddade i järnvägs-, flyg- och vattentrafiken.

Största delen av de nya rättigheterna gäller i bussarnas fjärrtrafik på minst 250 kilometer långa, regelbundna rutter.

Passageraren har dessa rättigheter oberoende av hur lång sträcka han eller hon färdas på en sådan rutt.

Passagerarna har rättigheter bland annat i anslutning till försening eller inställning av resan.

Passagerarna ska bland annat erbjudas mellanmål, om en minst tre timmar lång resa försenas med över 90 minuter. Med EU:s direktiv garanteras även rätt att återfå priset för biljetten eller att boka om resan, om resan bedöms bli försenad med över två timmar.

I direktivet föreskrivs även att myndigheten namnger terminaler, där man erbjuder hjälp åt handikappade och funktionshindrade passagerare. I Finland är denna myndighet Trafiksäkerhetsverket Trafli. ●

Många förslag till krigets minnesmärke

HELA 257 FÖRSLAG hade då tiden gick ut den 17 maj lämnats in till det första skedet i tävlingen för vinterkrigsminnesmärket. Det första skedet var en idé-tävling, och priskommittén väljer nu ut sex förslag till det andra skedet.

Namnen på de konstnärer som valt ut till det andra skedet offentliggörs den 20 juni. Det andra skedet tar slut 27 november. Namnen på de prisbelönda publiceras i december 2013.

Det nationella vinterkrigsminnesmärket kommer att avtäckas på Kaserntorget 13.3.2015, då det gått 75 år sedan vinterkriget tog slut. ●

Finländska mammalådan fick uppmärksamhet

BRITISKA BBC HAR publicerat en omfattande artikel om moderskapsförpackningen. Synligheten har väckt intresse även i andra länder, och det finns intresse att köpa lådan utomlands.

Förpackningen är dock en social trygghetsförmån, som FPA inte kan sälja.

Storbritanniens rundradioblag BBC publicerade 4.6. en artikel om moderskapsförpackningen. Artikeln beskrev förpackningens innehåll och

historia. Användningen av moderskapsförpackningen som babyns första bädd väckte också diskussion. Nyheten blev BBC:s populäraste webbnyhet. Den samlade 490 kommentarer på en dag.

I kommentarerna beundras den finländska innovationen och samhällets stöd i familjevårdagen. Ämnet behandlades också i BBC:s kvällsnyheter 5.6.

Moderskapsförpackningens internationella publicitet har

väckt intresse också i andra medier utomlands. Både finländska och internationella aktörer och kunder har frågat FPA om det är möjligt att köpa moderskapsförpackningen.

FPA kan inte sälja moderskapsförpackningen eftersom den inte är en kommersiell produkt utan en social trygghetsförmån enligt lagen om moderskapsunderstöd. Produkterna i förpackningen är upphandlade i enlighet med EU-lagstiftningen. ●



AKTUELLT I DISTRIKTEN

Vasa Svenska synskadade

- Verksamhetscentret Lyktan är stängt på grund av renovering under tiden 15.5 – 15.9.
- Distriktssekreterare Febe Mörk håller semester från 19.6 till 1.8.2013.
- Onsdag 10.7 klockan 19 ser vi pjäsen Lumpänglar på Oravais Teater i Kimo. Vi ser teatern tillsammans med NÖSS. Föreställningen syntolkas. Teaterbiljetten kostar 15€/person (servering i pausen ingår). Bussen tillkommer. Vi har reserverat de tre första raderna och 70 platser, så alla som vill har möjlighet att komma med på en sommar-teaterupplevelse! Pjäsen handlar om arbetarna på Masunin (fabriksområdet vid Oravais fabrik). Handlingen tar avstamp i nutiden men utspelar sig på 1920- och -30 talet och är en fiktiv skildring av lokalhistorien, baserad på sanna berättelser och livsöden. En pjäs om makt, kärlek, sorg och förluster, men också om en varm och aldrig sviktande sammanhållning över språkgränserna. Anmälan till

teatern senast 17.6 till Febe på telefon 045-321 3320 och från 18.6 – 28.6 till Ann-Sofie i Jakobstad på telefon 050-3795658.

- Sommarens längre resa går till Östra Finland 20-22.8. Vi besöker Valamo Kloster, övernattar där, gör en kryssning på Varistaipale kanal med MS Sergei och besöker Kuopio på hemvägen. Resan görs i samarbete med Oravais Trafik.

Styrelsen och Febe önskar alla läsare en riktigt skön, varm och lång sommar!

Svenska Synskadade i Mellersta Nyland

- Måndagsträffarna klockan 13 med varierande program. Lyssna på medlemsbandet.
- Kansliet håller sommarstängt 10.6-18.8.
- Måndagen den 19.8 klockan 13 börjar måndagsträffarna med sommar-nostalgi.
- Lördagen 24.8. gör vi en utfärd till Villinge. Vi möts

klockan 11. Mera info från kansliet.

- 19.8 Utfärden kostar 15 €.
- Vattenjumpan börjar 23.8 klockan 10. OBS! Ny tid och ny ledare; Peppi Karlemo.
- Helsingfors mission kan förmedla ledsagare ta kontakt med Tamara Bergkvist tfn 09-252 827 11

Vi träffas på Hörnan!
Kansliets öppethållningstider är: må-ti 9.30 – 13.30
Tfn 09-612 1779

Styrelsen och Barbro önskar alla medlemmar EN SKÖN SOMMAR!

Norra Österbottens Svenska Synskadade

- Föreningen har låtit trycka upp vinröda t-skjortor à 10 € och marinblå långärmade tröjor à 15 € med föreningens logo på. Dessa finns nu till försäljning på Fyren.
- Onsdag 10.7 klockan 19 ser vi tillsammans med Vasa svenska synskadade pjäsen Lumpänglar på Oravais Tea-

ter i Kimo. Föreställningen syntolkas. Teaterbiljetten kostar 15 € per person (servering i pausen ingår). Pjäsen handlar om arbetarna på Masunin (fabriksområdet vid Oravais fabrik).

Handlingen tar avstamp i nutiden, men utspelar sig på 1920- och -30-talet och är en fiktiv skildring av lokalhistorien, baserad på sanna berättelser och livsöden. En pjäs om makt, kärlek, sorg och förluster, men också om en varm och aldrig sviktande sammanhållning över språkgränserna. Anmälan till teatern senast 28.6 till Ann-Sofie på telefon 050-3795 658.

- Sommarresa till Umeå 15 – 16 augusti
Busstransport från Karleby, via Kronoby, Edsevö, Jakobstad och Nykarleby till Vasa. M/s Wasa Express avgår klockan 9 och anländer klockan 12 till Holmsund, lunch ombord. Bussen kör oss in till Umeå, inkvartering på hotell Scandic Plaza, som är centralt beläget. På kvällen i samband med middagen träffar vi styrelsemedlemmarna från SRF Umeå. Frukostbuffé på hotellet och på eftermiddagen får vi en två timmars guidad rundtur i Umeå med omnejd. M/s Wasa Express avgår från Umeå klockan 18 och anländer till Vasa klockan 23. Vi äter middag ombord. Bussresa hemåt enligt uppsamlingsrutten. Resan görs i samarbete med Oravais Trafik.

Pris: 170 € (minimi 40 deltagare), 182 € (min. 30 delt.), 208 € (min. 20 delt). Enkelrumstillägg 30 €

I priset ingår: buss- och båtresor, logi i dubbelrum samt frukost på Scandic Plaza, lunch och middag på färjan och guidad rundtur. I priset ingår inte middagen på torsdag kväll och inte heller reseförsäkring.

- Distriktssekreterare Ann-Sofie Grankulla har semester 1.7 – 4.8, kansliet är stängt under tiden.
- Läs mera om vår verksamhet i medlemsbandet och föreningsspalten i Österbotens Tidning på lördagar.

En riktigt solig, varm och skön sommar tillönskas alla läsare!

Svenska Synskadade i Västnyland

- Svenska synskadade i Västnyland rf. inbjuder sina medlemmar till årets sommarresa, som är ett skärgårdsäventyr, onsdagen den 10 juli 2013.
- Ångbåten Ukko-Pekka för oss från Åbo till Nådendal. Efter lunchen blir vi guidade i Gullranda trädgård och besöker till slut Nådendals nyrenoverade kyrka. Bussen startar klockan 7.00 från Karis busstation och från Ekenäs busstation

klockan 7.30. Man kan räkna med att vara hemma igen tolv timmar efter starten beroende på hur många pauser som behövs.

Boka dagen redan nu! Resans pris är 30 €. Bindande anmälan till Eeva Hanner, tfn 050-595 4946 eller till Birgitta Nordström, tfn 044-336 8060 senast den 25 juni. Hjärtligt välkommen med på sommarresa önskar styrelsen.

Svenska synskadade i Östnyland

- Svenska Synskadade i Östnyland besöker Lurens sommar-teater och ser pjäsen "My Fair Lady" torsdagen den 25.7 klockan 19.00. Pris 20€ per person. Anmälningar senast 8 juli till Stina tfn 582 514 eller 0400 596 250 eller till Marita tfn 5244 092. Lovisaborna anmäl er till Rose-Marie tfn 533 467. Bussen i Borgå startar från Fredsgatans turisthållplats klockan 17.45. Välkommen med!
- Svenska Synskadade i Östnyland r.f önskar alla en trevlig sommar.

Åbolands Synskadade

- Styrelsen sammanträder den 5 juni och då diskuteras

sensommarens händelser och medlemsträffar. Information till medlemmarna kommer på medlemsbandet. Fram tills det så gäller följande:

- Sommarteater i Raseborg den 29 juni. Föreställningen heter Mio, min Mio.

Mio, min Mio handlar om en föräldralös pojkes resa till Landet i Fjärran där han får möta sin Fader Konungen, men också sitt öde – att rädda världen och döda den grymma Riddar Kato. Mio, min Mio kommer att bli en sprudlande teaterlek, en lekfull saga berättad av tjugo skådespelare och fem musiker. Med inspiration av såväl Sagan om Ringen som Harry Potter skapas en föreställning för hela familjen i två akter med ett överraskande scenrum, suggestiv musik och vackra dräkter.

Information av och anmälningar till Birgitta Storbacka på telefon 040 586 7179

- Möjlighet att åka med "skärgårdsborna" till Värmland, i Selmas värld och Finnskogen 13.8 - 18.8.2013 tisdag – söndag.

Arrangör är Pensionärsbostadsföreningen i Houtskär och Turix.Info och anmälan till Birgitta Kronberg på telefon 02-458 4189. Sista anmälningsdag och bindande anmälan 27.6.2013.

Att resa ger perspektiv, nya intryck, inspiration, avkoppling och energi!

- Verksamhetscentret Sydvästen och hela husbolaget

Eriksgatan 5 genomgår en linjerörssanering som börjar 5 augusti och pågår till 11 oktober vilket betyder att det är stängt där då.

Håkans kanslidag fram tills det är onsdagar klockan 9.00 – 15.00.

- Håkans nya telefonnummer är 0400 151 322.

Med sommarhälsningar,
Styrelsen

Ålands Synskadade

Aktiviteter

- Boccian på Ankaret har nu sommaruppehåll fram till september. Mera info om höstens tider kommer senare.
- Simning i Folkhälsans allaktivitetshus har också paus över sommaren. Nya simmare välkomna med från hösten, anmäl till Bettina på tfn 0457-343 8950. Både nya och gamla simmare är välkomna!
- Under hösten kommer det att ordnas Mimoseltillfällen för synskadade enligt följande: Mimosel – Minne, motion och hörsel. Mimosel är ett hälsofrämjande program för äldre. Vi träffas tisdagar och diskuterar hur man kan må bättre på äldre dagar och lägger stor vikt på den sociala samvaron.
Veckorna 35-44
Pris: Kostnadsfritt

Dagcentret i Folkhälsans allaktivitetshus

Tisdag kl. 14.30–16.00 för synskadade

Anmälan till Erica Dunder, Folkhälsan på Åland, Tfn 17435 eller 0400 627435

Möjlighet att komma ut på en cykeltur kan nu erbjudas då en tandemcykel finns att låna på Ankaret, hör av er till Bettina på tfn 0457-3438950 för mer info.

Syntolkning

- Syntolkad fotboll på Wiklöf Holding Arena, datum och tider meddelas i lokaltidningarnas kalender.
- Under sommaren kommer flera teaterföreställningar att syntolkas. Datum och tid meddelas i lokaltidningarnas kalendrar.
- Syntolkningen fortsätter som vanligt med teaterbesök och biobesök. Har du önskemål, hör av dig till organisationssekreterare Bettina Gröning.

Kontaktuppgifter

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

Organisationssekreterare
Bettina Gröning

ANNONS

Varmt välkommen med på FSS veckoslut för karlar!

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

Plock ur programmet:

Kost, vila och motion

Förevisning av Ettonet produkter

Aktuell information från Celia-biblioteket och Pratsam

Diskussion om FSS framtid

Vattengymnastik

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

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

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

Du kan också ringa till Tina på FSS kansli, telefon 09-6962 3020

(ej juli) eller e-post tina.dunderfelt@fss.fi.

Bindande anmälningar senast fredagen den 30 augusti 2013.

Mer information om själva programmet fås av Jonas Lindström,

telefon 040-964 4672.

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