

Nr 8 september 2007

Finlands

Synskadade



4 Riikka sjunger
baklänges

8 Sommarläger
i Bomba

10 Minnen från
tandemlägret



Innehåll Nr 8/07

- 3** Ledaren: Förebilderna viktiga
- 4** Riikka sjunger till och med baklänges
- 7** Distriktsföreningarna får besök
- 8** På sommarläger i Bomba
- 10** Minnen från tandemläger
- 12** Annonser: Punktskriftskurs och familjeseminarium
- 13** Annonser: Närståendeträff i Östnyland
- 14** Kåseriet: Attitydproblem
- 16** Upprop till förbundets medlemmar
- 18** Meddelanden från distrikten
- 20** Annonser: självhjälpgrupper
- 22** Annonser: Bli informatör!

Finlands Synskadade är medlemstidning 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 96. Nummer 8/2007 utkommer 27.9, manusstopp 1.9.

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

Chefredaktör: Sofia Stenlund
Tfn 09-6962 3017
e-post: sofia.stenlund@fss.fi

Meddelanden och annonser mottas av chefredaktören.

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

Pärmbild: Tandemläger på Åland

Foto: Leif Nybohm

ISSN 0789-5739

Näkövammaisten Keskusliiton kirjapaino,
Helsingfors 2007



Förebilderna viktiga

I olika sammanhang framhävs ofta vikten av att värna om den egna historien och de lokala behoven. För att vi inom FSS skall kunna planera inför framtiden måste vi givetvis också känna till och respektera det som redan varit. Men det gäller även att följa med världen utanför som förändras och utvecklas i snabb takt. FSS existerar således inte i ett vakuum. Det är många faktorer som påverkar våra vägval och arbetsätt.

Liksom andra aktörer får FSS idéer och förebilder av andra, inte bara från Finland utan också från andra länder, t.ex. de nordiska länderna. De nordiska synskadeorganisationerna har sedan 1920-talet haft ett mer eller mindre organiserat samarbete sinsemellan. I dag utbyter organisationernas ordföranden erfarenheter och tankar i Nordiska samarbetskommittén (NSK), medan jämställhetsfrågor av gemensamt intresse behandlas i Nordiska kvinnokommittén (NKK) och biståndsfrågor i Nordiska biståndskommittén (NBK).

Vartannat år ordnar NSK en konferens, den så kallade utvidgade nordiska konferensen med ungefär tio delegater från varje land. I år var det Danmarks tur att ordna konferensen som hölls i Fredericia den 13-17 augusti. Konferensens

tema kretsade kring de nordiska synskadeorganisationernas betydelse och påverkan i ett internationellt perspektiv. Våra organisationers internationella engagemang behandlades utifrån olika perspektiv samt internationellt samarbete generellt. Bland dem som föreläste var Jan-Erik Enestam, ny direktör för Nordiska rådets sekretariat i Köpenhamn. Han frågade sig bl.a. hur Norden möter de utmaningar som den globala konkurrensen för med sig. Hans svar löd: "Förmågan att utveckla och frambringa värdeskapande lösningar som andra länder har svårt att kopiera."

I övrigt samarbetar de nordiska länderna aktivt inom Europeiska blindunionen (EBU) och Världsbblindunionen (WBU). Norden är ju ett relativt litet geografiskt område och det är viktigt att tillsammans hävda sig internationellt. På konferensen i Danmark påpekade man också vikten av ett ökat samarbete bland handikapporganisationerna i framtiden. Var och en handikappgrupp har inte längre råd att kämpa ensam på det internationella planet. Tillsammans är vi starkare gentemot organ som EU och FN.

Sigrún Bessadóttir
Förbundsstyrelsemedlem

Riikka Hänninen sjunger till och med baklänges

Musikläraren, musikern och sångerskan Riikka Hänninen har denna vår glatt publiken med gruppen nirep nirunioS, med medlemmar från Sibelius-Akademien. Gruppen framför kända sånger baklänges. Riikka har även varit sysselsatt med sitt första skivsläpp med bandet Discordia som spelar progressiv rock.

Baklänges-sångerna har intresserat pressen och till och med väckt intresse hos den största, riksomfattande tidningen. En redaktör från Helsingin Sanomat gjorde en intervju med Riikka och spred den unika sångens glädjebudskap till finländska hem. Att spela baklänges är onekligen en humoristisk idé. Riikka berättar att sångerna i sin helhet är vända baklänges; orden uttalas från slutet till början, precis som melodin som man inleder från sista noten.

- En alldeles känd sång låter spännande. Vissa sånger kan man känna igen på något sätt, men inte ens i närheten av alla eftersom de låter alldeles annorlunda.

Gruppen Nirep nirunios konserter Adios – oli ilo soida är en fortsättning på förra vårens Äänimä jänis-konserter. I gruppen sjunger och spelar förutom Riikka fem

skickliga musiker, alla med barnasinnet i behåll.

Att musicera baklänges härrör sig från en listig upptäckt Riikka gjort som barn.

- Som ungefär 12-13-åring hade jag en fyrspårig kassettspelare som jag lyssnade på allt möjligt med. En dag insåg jag att den kan cirkulera baklänges, och den första sång jag lärde mig var Ukko Nooa (Gubben Noak), alltså Aoon okku. Jag framförde den och sa att det var musik från en afrikansk stam. Tatterna blev entusiastiska.

Uppfinningen föll i glömska i årtal tills studiekamraterna på Sibelius-Akademien en vacker dag diskuterade udda förmågor. Riikka kom ihåg att hon kunde sjunga Ukko Nooa baklänges, och kamraterna blev förbluffade.

- Den slutliga entusiasmen flammade

upp på lillajul, där vi sjöng "Soihdut sammuu" baklänges. Vi tänkte att en konsert med baklänges-sånger måste ordnas. Riikka tog slutligen på sig arrangörsansvaret och inbjöd de mest entusiastiska, och så föddes nirep nirunioS.

Obarmhärtig utantilläsning

Att sjunga baklänges låter exotiskt och lösryckt samtidigt som rytmen och melodin präglas av en främmande fascination, en glimt från öst eller Balkan. Riikka berättar att en flytande baklänges-sång kräver mycket arbete och instudering.

- Det är som att lära sig ett främmande språk, sammanfattar hon.

Så pass roligt är det ändå att sjunga baklänges att de skrattar så de kiknar under övningarna. Riikka menar att skratten måste skrattas i övningsskedet så att ingen brister i skratt under själva uppvisningssituationen.

Gruppens repertoar är fördomsfri. Den omfattar folkmusik, barn- och julsånger, dansmusik och till och med rockmusik.

- Vår mest ambitiösa grej är Queens Bohemian Rhapsody, säger Riikka och medger att baklängestolkningen av den rockklassikern inte var den lättaste. Folksången Silikistä sametista, eller nirep nirunioS tolkning tsikiliS, visade sig bli ett veritabelt dragplåster under konserterna.

- Den är en hit, en verkligt fartfylld låt där musiken fungerar alldeles otroligt bra. Nirep nirunioS har uppträtt i Gamlas på Gamlasgården, som enligt Riikka är en

fantastisk plats med trevlig personal och vänlig service. Baklänges-sångernas fortlevnad är ännu oklar, eftersom förberedelserna inför konserterna innebär en stor arbetsbörda och ett stort ansvar för Riikka angående arrangemang och byråkrati. Om man frågade publiken om de vill höra mer skulle svaret komma utan minsta tvekan: ja.

Discordia spelar mångfacetterad progressiv musik

Förutom baklänges-musiken har Riikkas vår sysselsatts av rockbandet Discordia. Bandet har under fyra inspelningsperio-



■ Riikka uppträdde även på FSS Brailledag.

der bearbetat cd:n Utopia perfection, som innehåller elva låtar. CD:n har redan nu samlat en del berömliga recensioner. Discordias musik hör till genren progressiv rock. Progressiv rock (eller prog) definieras ofta som avancerad och experimenterande rock-musik med influenser från klassisk musik och jazz. Typiskt för progressiv musik är att kompositionerna är mångbottnade och komplicerade.

Enligt Riikka spelar Discordia rock med influenser från klassisk musik, folkmusik, metallmusik och världsmusik.

- Kanske någon kunde hitta influenser från till exempel banden Yes och Gentle Giant i Discordias musik, säger Riikka. Bandets bärande kraft är sångaren och basklarinettisten Tero Väänänen, som komponerar och författar texterna till största delen av dess produktion. Dessutom musicerar synthisten, violinisten och santuristen Liisa Lipas, gitarristen Antti Tolkki, basisten Petri Sallinen, trummisen Otto Mäkelä och Riikka som sjunger och spelar tin whistle.

En central clou i Discordias musik är förmågan att leka med musikens olika genrer, att vigt röra sig över gränser samt självironi.

- Proggpoliserna skulle kunna säga att vår musik inte är progressiv rock. Det viktigaste för oss är att vara öppna åt alla håll och vi kan också skratta åt oss själva. Vi placerar oss inte i något stilistiskt fack – vi kan lika gärna göra heavy-parodi som irländsk musik. Några hittar till och med pop- och latinoinfluenser i vår musik, beskriver Riikka.

Då denna tidning utkommer har Dis-

cordi uppträtt på RähäRock i Hangö. Bandets målsättning är att småningom lotsa bandet framåt och skaffa tillfällen till scenvana.

- Marknadsföring är ett stelt jobb, så vi får se hur det går. För tillfället finns vår skiva trots allt till salu i över tio skivbutiker, säger Riikka.

Många vägar öppna

Riikka har nu på våren lämnat in sitt examensarbete till Sibelius-Akademien och utexamineras som musiklärare med fri komposition som specialinriktning. Studierna har resulterat i en god och bred musikalisk utbildning.

- Akademien är en verklig pedagogisk skattkista. Jag har fått frossa från ett stående bord och nu är det tid att smälta detta.

- Livet är ett äventyr och jag förhåller mig nyfiken till det. Det har så många möjligheter att erbjuda att det känns som om jag aldrig kommer att hinna prova på dem alla.

På grund av sin blindhet berättar Riikka att hon har specialiserat sig på att lyssna, något som blivit en verklig styrka under studiernas gång.

- Nu vet jag att jag vill bli just sånglärare och specialisera mig på rösten. Min dröm är att studera i Danmark, bara finansieringen skulle klarna, säger Riikka.

Text: Marika Mäkinen-Vouhelainen

Översättning: Sofia Stenlund

Foto: Sofia Stenlund

Distriktsföreningarna får besök

Under oktober får distriktsföreningarna besök av medlemmar från förbundsstyrelsen. Programmet under de flesta besöksdagarna är uppbyggt så här: På förmiddagarna samlas distriktstyrelsens medlemmar och förbundsstyrelsens medlemmar till ett gemensamt styrelsemöte. På eftermiddagarna är det medlemsträffar då distriktsföreningens medlemmar och förbundsstyrelsens medlemmar träffar varandra.

FSS verksamhet har fem tyngdpunktsområden: Kommunikation, intressebevakning, rehabilitering, aktiviteter för ökad självständighet samt ekonomi och förvaltning. Under de här rubrikerna kommer styrelserna att diskutera olika frågor samt fundera över vad distriktsföreningarna och förbundet gemensamt skall göra för att vi finlandssvenska synskadade skall få det allt bättre i det föränderliga samhället. Under medlemsträffarna är huvudtemat våra nya verksamhetsutrymmen. Vi tar del av ritningarna och får veta hur projektet går framåt.

Tidtabellen för medlemsträffarna är följande:

Norra Österbottens svenska synskadade r.f.	1.10
Vasa svenska synskadade r.f.	2.10
Svenska synskadade i mellersta Nyland r.f.	8.10
Ålands synskadade r.f.	9.10
Svenska synskadade i Östnyland r.f.	10.10
Svenska synskadade i Västnyland r.f.	11.10
Åbolands synskadade r.f.	16.10

Vi ses i oktober!

Med hälsningar från förbundsstyrelsen genom Gunilla Löfman,
förbundsordförande

På sommarläger i Bomba

Det var en förväntansfull skara på inalles 17 synskadade med ledsagare från Mellis som den 13 augusti var på väg till sitt sommarläger till Bomba i Nurmes med Tiina som reseledare.

Vi antrade tåget till Joensuu med alltid så hjälpsam Allan som lyfte in den ena väskan tyngre än den andra. På tåget åt vi en lunch bestående av god husmanskost. I Joensuu väntade vår egen buss som på en och enhalvtimme tog oss till Bomba badhotell. Efter smärre omändringar fick vi våra rum i Karelskabyns stockvillor och bekantade oss med dem. Efter det vi packat upp våra saker åt vi middag från Bombas berömda karelska stående bord sedan var vi nog färdiga för sängen Några var modiga och tog sig ett uppfriskande kvällsdopp i sjön Pielenen.

Tisdagsmorgon efter frukosten fick vi bekanta oss med Bombas historia av vår guide Minna. Vi gick längs träspång till den lilla vackra kyrkan Tsasouna. Sedan var det tid för lunch och den som ville kunde delta i hotellets aktiviteter eller simma i bassängen eller sjön. Efter middagen hade vi frågesport och sedan blev det åskväder som många beskådade från sin terrass.

Onsdag var reserverad för olika behandlingar vi beställt och sedan spelade vi kyykkä-spel, ett slags spel man från ett fält skall kasta koner med ett slagträd utanför fältet. Denna kväll hade vi också frågesport. Damerna mot herrarna och herrarna vann.

Torsdag efter morgonmålet blev det en trevlig roddtur med kyrkbåt och vi hade matsäck med oss som vi fått från köket som smakade härligt ute på sjön. Efter roddturen gjorde det gott med stretching-jumpa. På kvällen badade vi bastu i strandbastun.

Fredag var igen reserverad för behandling och så var det några modiga som körde eller åkte "mönkijä" dvs. terrängfordon.

På fredagen hade vi möjlighet att med "Kyytipoika" fara in till Nurmes till Tokk-manni ett "varuhus" liknande vårt Tarjoustalo, Lördagskväll hade vi gemensam god måltid med trevligt samvaro. Musiken var fin och och några par tog sig

en svängom på dansgolvet.
Efter söndagens morgonmål var det tid att packa sina saker och hemresan började. Vår guide Minna presenterade Nurmes stad för oss från bussen och sedan bar det av mot Joensuu. Vi drack kaffe i Nunnanlahti i Suomen Kivikeskus och kunde göra uppköp i Tulikivi. Då vi

kom till Helsingfors var det ett kramande och tackande och alla var nöjda med resan. Ett stort tack till Tiina. Du hade många trådar att hålla i och du lyckades hålla oss alla i styr så ingen tappade bort sig på det stora området och alla kom hem friska och krya.

Barbro Pietiäinen



Minnen från tandemläger

Åtta tandemcyklar väckte uppmärksamhet på de åländska landsvägarna. Emotcyklade människor hälsade glatt, i byar som vi passerade blev vi mottagna med hejarop och önskningar om fortsatt lycklig färd klingade efter oss.

Beundran mötte vi också på våra övernattningsställen. Folk var nyfikna att veta hur det är att cykla tandem. Min ledarhund Nova väckte också frågor. "Springer hunden också vid cykeln"? Nej, ingalunda den sitter i servicebilen bredvid chauffören på framsätet och ser viktig ut.

Det här var första gången som jag deltog i en tandemtur. Som pilot hade jag med mig min make Göran. En bättre början för hoppeligen flera framtida tandemturer kunde vi inte ha haft. Vi fick njuta av sommarens vackraste och varmaste väder. De åländska landsvägarna lämpar sig väl för cykelturismen. Det fanns mycket lite trafik på dem. Vi hade redan flera år funderat på en rundtur i den åländska skärgården som lär vara så vacker. När jag upptäckte annonsen om FSS tandemläger tändes jag genast av idén.

Jag har ännu lite synrester kvar, har s.k. tunnelsyn och tänkte att på cykel skulle

jag hinna uppfatta landskapen bättre än sittande i en bil. I synnerhet på tandemcykel kan den bakomsittande titta omkring sig. Jag utnyttjade min situation till fullo. Försökte med alla mina sinnen pränta in i minnet de vackra vyerna. Landsvägarna slingrar genom otaliga öar som sammanbinds med små broar. Röda klippor och glittrande vatten, idylliska små båthamnar och välskötta präktiga röda hus. Om någonting så är detta ett sommarparadis! Tyvärr såg vi också någonting som gjorde oss ledsna. I små vikar kunde man urskilja rabarberkräm liknande tjockflytande massa – flottorna av blåalger var en pinsam påminnelse om tillståndet i våra rikliga kustvatten.

Under den sex dagar långa turen fick vi njuta av solsken och värme, ca 25 grader varje dag. Värmen störde oss inte medan vi cyklade, alla var vi ju lättklädda. Däremot nätterna var stundom outhärdliga då temperaturen var vid 30 grader. Till vår stora förvåning tycktes

myggnäten vara okända för ålänningarna trots att det inte var någon brist på myggor.

Vi började vår tandemtur från Gustavs måndagen den 6 augusti. Rutten gick via Brändö, Kumlinge, Föglö, Kökar, Korpo, Nagu och tillbaka till fastlandet och avslutades i Nådendal med en rundtur i Gullrandas park. Dagsturerna var i genomsnitt 30 kilometer och vi åkte sammanlagt med tolv olika färjor mellan öarna. Jag personligen upplevde det ingalunda för ansträngande, i synnerhet när vi hade servicebilen som tog all bagage. Det heter ju att när man en gång lärt sig cykla så sitter färdigheten i genom hela livet. Grundkondition och lite tandemträning förutsätts dock. Samarbete fordras då man är två på en cykel. Svårast för min man och mig var att komma samtidigt upp på cykeln. Under cyklandet brukar Göran berätta om vi skall svänga till höger eller vänster eller om vi har en backe framför oss. Vi hade en låncykel med bara tre

växlar. Den var tung att trampa – i uppförsbackarna åkte andra gladeligen förbi medan i nedförsbackarna var det vår tur att vara snabbare. Skojigt var det att märka hur fartens tjustning och tävlingsandan, i synnerhet bland männen sitter i vare de är lite på 30 eller 70-åringar. När vi återvände till fastlandet fick vi uppleva livlig veckoslutstrafik och tunga, långa uppförsbackar, Inga lekfulla omkörningar mera.

Gullranda mötte oss i färggrann blomsterprakt. Rosorna var som bäst. Vi hade en trevlig och kunnig guide som visade oss parken och berättade historier om slottets invånare under gångna decennier. Nova med sin svarta päls led av hettan och visade ringa intresse för blommor. När vi närmade oss en springbrunn tyckte guiden att hunden vill säkert dricka lite. Vips hoppade Nova in i springbrunnen och lade sig njutningsfullt på mage i det svala vattnet. Ja, tandemturen var verkligen njutningsfull för både Nova och oss cyklister!

Maija Lindroos

Ett Tack!

Hipp, hipp hurra för oss alla tandemresenärer. Vi gjorde det tillsammans. Tack Bo-Erik och Håkan, tack piloterna, tack servicemannen Taisto, tack personalen på de olika övernattningsställena. Tacka skall vi också FSS och UAÖS.

Tack alla som har följt med vår resa, Era tankar förde oss till målet.

Svante och Raija, landkrabborna från Ylöjärvi

Meddelanden

Punktskrift till nytta och nöje

Braille-projektet inom förbundet Finlands Svenska Synskadade r.f. Kommer att ordna en kurs med temat "Punktskrift till nytta och nöje". Kursen är tredelad. Det första avsnittet hålls under tiden 26-30.11. Platsen är kurs- och semesterhem Kouvupuisto i Ylöjärvi, nära Tammerfors. Som kurslärare fungerar Tor Hanner, Karl-Oscar Skogster och Tessa Bamberg. Kursen är avgiftsfri för deltagarna. Kursen riktar sig till dig som kan grunderna i punktskrift och vill lära dig mer. Vår målsättning är att visa hur punktskriften kan vara både till nytta och nöje.

Anmäl dig så fort som möjligt, dock senast fredagen 26.10. För anmälning och mer information kontakta Tessa Bamberg, telefon: (09) 6962 3024 eller 050-462 3181.

FSS punktskriftsarbetsgrupp i samarbete med Svenska Studiec centralen



minfa♥ilj.fi

FAMILJEN I CENTRUM

– respekt och tolerans

Välkommen med på seminarium där den röda tråden är respekt och tolerans i dagens samhälle. Under dagen lyfts generationsöverskridande och handikapppådrag upp som speciella teman. Alla intresserade är varmt välkomna. Seminariet är avgiftsfritt och anmälningar ska göras senast 28.9.2007 till annika.jansson@folkhasan.fi.

Plats: Mauno Koivisto Centrum, Bio City, Åbo
Adress: Artillerigatan 6
Tid: Onsdag 3.10.2007 kl. 12.00–16.00

- 12.00 Kaffe och smörgås.
- 12.30 Seminariet öppnas.
Veronica Fellman, verksamhetsledare Svenska pensionärsförbundet rf
- 12.40 Att upprätthålla den mentala och fysiska hälsan bland den äldre befolkningen.
Håkan Hellberg, medicinalråd
- 14.00 Hur blir ett utvecklingsstört barn bemött och stött av samhället?
Mika Niskanen, förälder till ett utvecklingsstört barn
- 14.45 Kaffe
- 15.00 Kan jag vara en medfostrare i skolan? Vad ger det pensionärerna att vara medfostrare? Vad ger det ungdomarna att ha medfostrare i skolorna?
Börje Gorschnik, medfostrare i Åbo.
- 16.00 Avslutning och sammandrag.
Förbundet De Utvecklingsstördas Väl rf

Föreläsarna:
Håkan Hellberg – medicinalråd, författare till boken Doktor i Kavango.
Mika Niskanen – pappa till en gravt utvecklingsstörd 14-årig flicka.
Börje Gorschnik – 78-årig aktiv pensionär, Finlands första medfostrare.

Ändrat datum för dagen:

Finns det någon synskadad person i din familj?

För närstående till synskadade ordnas en träff lördagen den 27.10. klockan 10-16 Plats Svenska synskadade i Östnylands verksamhetscenter Kajutan, Ågatan 33 E 1 i Borgå. Människor i en synskadad persons omgivning drabbas och berörs av handikappet på många sätt. Vi erbjuder ett tillfälle för er att få mötas, att få information, att få diskutera, att få ställa frågor samt lunch till självkostnadspris.

Program:

10.00-10.15 Inledning

10.15-11.30 De vanligaste orsakerna till ögonsjukdomar, ögonläkare

11.30-12.30 Lunch

12.30-13.30 De anhörigas situation då någon i familjen är synskadad, psykolog

13.30-14.00 Kaffepaus

14.00-14.30 Psykologen fortsätter sin föreläsning, diskussion

14.30-15.00 Närstående berättar

15.00-15.30 Vad innebär närståendevård?, koordinator för närståendomsorg Jonna Skand

15.30-15.45 Avslutning

Anmälningar tas emot av rehabiliteringshandledare Monica Andersson, tfn. 09-69 62 30 18 eller 040-511 33 45 senast den 15.10. Arrangör: Svenska synskadade i Östnyland, Förbundet Finlands Svenska Synskadade r.f. och Landskapsföreningen Folkhälsan i Nyland r.f.

Kurs i engelsk kortskrift

På arlaintitutet i esbo kommer det att ordnas en kurs i engelsk kortskrift. Grade 2 som den heter. När man lär sig den är det möjligt att läsa engelskspråkiga tidningar och böcker. I motsats till t.ex. i Finland och Sverige skrivs all text i punkt i engelskspråkiga länder i kortskrift. Om man alltså är intresserad av att läsa engelskspråkig text bör man behärska detta system.

Kursen hålls under tiden 25-26 oktober. Kursen kostar 25 euro för deltagaren.

Anmälningar tas emot av Eija Kärkkäinen på Arlaintitutet, tfn: 09-511 08239 eller e-post: eija.karkkainen@arlainst.fi

Kåseriet | Ann-Sofi Rosendahl



Attitydproblem

Har du attitydproblem till ditt eget handikapp? Tänk efter. Ser du dig själv som orsaken till dina anhörigas problem eller ser du dig som källan till deras kunskaper och erfarenheter på synskadeområdet? Som nybliven blind på 90-talet hände det ofta att främlingar höjde rösten när de tilltalade mig, men ännu vanligare var det att de inte alls gav sig till känna. De hade så svårt att konfronteras med mitt handikapp, visste inte hur de skulle bete sig.

Om du har samma problem att brottas med är det viktigt att du inte enbart söker lösningar hos andra och väntar att problemen ska lösas av sig själva. Våra anfäder visste nog vad de pratade om när de myntade uttrycket "Vem skulle höja svansen på frassen om inte han själv?" Man räknar att det finns cirka 80 000 synskadade i vårt land. De flesta

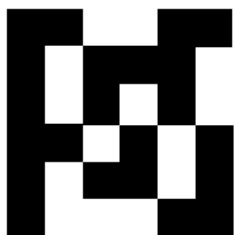
har väl haft svårigheter att erkänna sitt handikapp i början, men jag tror att vi som mognat litet i vår situation och vågat bekänna färg skulle ha mycket att ge våra medmänniskor i dag, alla de som inte ser så bra men ändå bara låtsas som om det regnar.

Om vi vågar vara öppna och berätta om hur vi tacklat våra problem, berätta om de hjälpmedel som gör att det kanske tar lite längre tid för oss men vi klarar det själva. Vi kan brodera tack vare det nya fantastiska förstoringsglasat med inbyggd lampa och synålen som gör att man kan få tråden genom nålsögat fast man inte ser så bra utan att behöva be om hjälp. Detta som exempel på hjälpmedel inom en hobby, men listan kan göras lång på vilka fantastiska uppfinningar som gjorts för att underlätta att vi synskadade ska ha ett meningsfullt liv.

Du kan sköta din egen klädtvätt utan alltför stor risk för missfärgning tack vare din färgindikator och så vidare. Du har väl berättat för taxichauffören hurdan hjälp du önskar av honom när du stiger av taxin eller kommer fram till destinationsorten? Vårdpersonal är en annan viktig målgrupp, så att dessa vårdare i sin tur kan bistå med sakkunnig hjälp när de möter andra personer som har väldigt dålig syn. Att den här hjälpkunskapen sprids som ringar på vattnet och kommer många till del borde vara mycket eftersträvansvärt för oss alla. Min erfarenhet är att de flesta människor tycker att det är roligt att få lära sig något nytt och utvecklas, att bli bättre i exempelvis sitt jobb eller inom sin sociala kompetens på fritiden, få ökad förståelse och empati, för att inte tala om glädjen de möter hos andra synskadade när dessa märker att de får

sakkunnig hjälp. Våra vänner får den allra bästa sakkunskapen om det är vi själva som ger den. Med denna livsfilosofi har jag försökt att bygga upp en egen plattform som synskadad att stå på. Visst händer det fortfarande att främlingar höjer rösten när de tilltalar mig, men absolut inte lika ofta som förr. Om det ändå händer så är det inte min svans som åker ned utan då ser jag det bara som ännu ett informationstillfälle för att råda bot på den okunskap som tydligen finns hos vissa personer fortfarande. Vi gör så mycket dumt bara för att vi inte vet bättre. Det beror inte på elakhet utan på att man måste tänka efter hur man bemöter andra människor. Har du tänkt på att ju mer dina vänner känner till om hur det är att vara synskadad – desto tryggare kan du vara i din närmiljö!

Ann-Sofi Rosendahl



FÖRBUNDET
FINLANDS SVENSKA
SYNSKADADE R.F.
Nylandsgatan 25 A 6
00120 Helsingfors

Upprop till förbundets medlemmar

Valberedningsutskottet meddelar:

Förbundets medlemmar uppmanas att söka lämpliga kandidater till förbundets styrelse. Vid kommande valmöte väljs ordförande samt tre ledamöter för de kommande åren.

I tur att avgå är följande: ordförande Gunilla Löfman från Åbolands Synskadade r.f., fyllnadsval för ledamot Hans Åhman från Svenska Synskadade i Mellersta Nyland r.f. för 2008-2009 samt följande två ledamöter: Sigrún Bessadóttir och Johan Sundholm från Svenska Synskadade i Mellersta Nyland r.f. för 2008-2010.

I styrelsen fortsätter vice ordförande Leif Karp från föreningen Vasa Svenska Synskadade r.f. och följande tre ledamöter ännu nästa år: Bengt Ahlvik från Norra Österbottens Svenska Synskadade r.f., Kenneth Ekholm från Svenska Synskadade i Mellersta Nyland r.f. och Rolf Söderlund (2007-2009) från Ålands Synskadade r.f.

Varje förening har sitt eget valombud till vilket medlemmarna i föreningen anmäler sina kandidater.

Valombudets suppleant hjälper till. Följande valombud och suppleanter är utsedda av respektive distriktsförening för denna period:

Norra Österbottens Svenska Synskadade r.f.:

Birgitta Nynäs, ordinarie, tfn 06-728 2054, 050 523 3160

Per-Ole Ekstrand, suppleant, tfn 06-728 2526, 0400 561 797

Vasa Svenska Synskadade r.f.:

Bo-Erik Weegar, ordinarie, tfn 06-316 8132, 050 553 4061;

Andreas Kanto, suppleant, tfn 050 537 6110

Ålands Synskadade r.f.:

Ann-Mari Mattsson, ordinarie, tfn 018-38 824, 0457 343 3424;

Bern Löfman, suppleant, tfn 018-48 227, 0457 343 1202

Åbolands Synskadade r.f.:

Raija Österlund, ordinarie, tfn 02-458 5045;

Harriet Nordling, suppleant, tfn 02-458 4665

Svenska Synskadade i Västnyland r.f.: Niklas Wikström, ordinarie, tfn 019-241 3492, 0400 477 899; Erik Schulman, suppleant, tfn 09-298 2701

Svenska Synskadade i Mellersta Nyland r.f.:

Kurt Trontti, tfn 09-412 2233

Tiina Sandelin, tfn 09-612 1779

Svenska Synskadade i Östnyland r.f.:

Paulina Hannus, ordinarie, tfn 040 596 1196, Stina Roms, suppleant, tfn 019-582 514, 0400 596 250

Den sista anmälningdagen är den 28 september.

Valberedningsutskottet

Meddelanden från distrikten

Svenska synskadade i Västnyland r.f.

Svenska synskadade i Västnyland r.f. samlas till månadsträff lördagen den 13 oktober 2007 kl. 13.00 i verksamhetscentret Lyan, Prästängsgatan 12 Ekenäs. Efter kaffe med dopp får vi information om läkemedels verkningar samt deras sam- och bi-verkningar av apotekare Birgitta Mosabacka. Transport till träffen ordnas från öster och väster enligt känt mönster. Anmälning senast torsdag 11 oktober till Bjarne Sandberg tfn 040-544 8313 eller till Birgitta Nordström tfn 019-241 1233. Välkommen! Styrelsen.

Vasa svenska synskadade r.f.

Program 2007: Vita käppens dag 15.10. Stolgymnastik varje måndag kl 11.00, med Göran Norrgård som dragare. Boccia varje onsdag, med kaffe på Lyktan kl 16.30, sedan spel kl 18.00 i Vaasan lyseos utrymmen, Vasaesplanaden 8. Datakurs startar på hösten. Blindveckan 11-18 november, med program. Höstmöte 24 november. Öppet hus och diskussion, om intresse finns. Julbasar 1 december (gåvor mottages med tacksamhet). Julfest 15 december. Mera information på Medlemsbandet!

Svenska Synskadade i Östnyland r.f.

Svenska Synskadade i Östnyland håller oktober månads träff lördagen den 20 oktober klockan 13 i Kajutan, Ågatan 33 i Borgå. Välkomna!

Åbolands Synskadade r.f.

Åbolands Synskadade r.f. håller oktober månads träff lördagen den 20.10. kl. 14.00 på Seniorstugan, Elmgrensvägen 2, i Pargas. Program och kaffeservering. Åboborna anmäler sig till Marita, tel. 2315135. Väl mött på medlemsträffen. Styrelsen

Norra Österbottens Svenska Synskadade r.f.

Vi ordnar en Äventyrs- och friluftswekend på Österbottens Punkaharju – Seljes åsen i Nedervetil 6 till 7 oktober. Kom med och höstvandrade och upplev Seljes storslagna natur!

Vårt program för veckoslutet: Lördag 6.10: Kl 10.30 samling och inkvartering, kl 11.30 lunch, promenad till en närbelägen lappkåta med kaffetermosen i ryggsäcken. Kl 18.00 middag. Kl 19.30 kvällsprogram i strandbastun; bastu, vildmarksbad dvs. bad i tunna och de som är hurtiga kan simma i Seljes-sjön. Korvgrillning och samvaro. Söndag 7.10: kl 9.00 frukost. Promenad och uteaktiviteter. Kl 16.00 middag och avslutning. Vi bor i 3 till 4 personers stugor. Det finns även parkeringsplatser för husvagn eller husbil. Priset för övernattnig i stugor, måltider och strandbastu är 50 euro/person. Parkeringsavgiften inklusive el för husvagn/husbil är 15 euro/dygn. Det är också möjligt att delta endast en dag. Tilläggsuppgifter fås av Ann-Sofie Grankulla på Fyren, som tar emot anmälningar på tel 7234 880 eller 050-3795658.

Välkomna med! Styrelsen.

Svenska synskadade i mellersta Nyland r.f.

Program hösten 2007:

Måndagar: Måndagsträffar varje måndag kl. 13.00-14.00 på Tian, Fredriksgatan 35 B 10 i Helsingfors. För program: lyssna på Medlemsbandet eller titta på FSS sidor på nätet. Måndag 8.10 FSS styrelse på besök på måndagsträff.

Torsdagar: Café Tian fortsätter med vinkväll á la Anton Högholen, tema är australiensiska viner på torsdag 1 november kl. 17.30. Gärna anmälningar till Tiina eller telefonsvararen på Tian.

Motion: Boccia spelarna spelar i höst i samarbete med Folkhälsan på onsdagarna kl. 10-11 i Seniorhusets jumpasal vid Mannerheimvägen 97. Motionscykel och roddmaskin har anskaffats till Tian. Svenska synskadade i mellersta Nylands medlemmar välkomnas att använda dem under kansliets öppethållningstider.

Teater: Lasse Pöystis monolog Hissvägraren på Lilla Teatern. Vi har reserverat 15 st. biljetter (26 e) till matinéföreställning på onsdag 14.11.07 kl.14.00. Observera tiden! Reservera din plats via Tiina på Tian senast 23.10.07. "Hissvägraren heter en monolog som Bengt Ahlfors har regisserat enkom för Lasse Pöysti. En tragikomedi om ensam man i Tölö, hans hund, hans slumpartade möten med en ung kvinna och hans speciella förhållande till en hiss. Och Grace Kelly."

Övrigt: Föreningens höstmöte är lördagen 24 november kl. 10.00 med påföljande lunch. Kom med och påverka föreningens verksamhetsplan för år 2008!

Självhjälpsgrupper –

en möjlighet till ett bättre liv

En självhjälpsgrupp består av människor med liknande upplevelser, som träffas för att utbyta erfarenheter, tankar och känslor. Det är ett utomordentligt sätt att bearbeta sin egen situation och samtidigt få och ge stöd till andra.

I grupperna kan vem som helt delta och de kan behandla vilka teman som helst. Vanliga är föräldragrupper, syskon- eller anhöriggrupper, sjukdomsgrupper och arbetslivsgrupper. De kan uppstå spontant eller i någon förenings regi och på initiativ av någon medlem. I Sverige kan personer som känner för att gå med i en grupp anmäla sitt intresse till ett självhjälpscenter. Tanken är att vi också i Finland småningom skall få igång något liknande.

Vem som helst kan starta en diskussionsgrupp. Det är till fördel om en person fungerar som igångsättare.

Den personen är gruppens stöd under de första gångerna, handhar de praktiska arrangemangen och är den som hjälper till att skapa en god atmosfär i gruppen. Tillsammans med gruppen görs regler upp.

Igångsättaren uppmuntrar tillbakadragna deltagare och dämpar dominant personer, undviker att ge goda råd men uppmuntrar deltagarna att finna egna lösningar. Motiverar andra att ta ansvar för gruppen. Arbetar för att göra sig själv överflödig.

Studiecentralen har ordnat kurser för igångsättare i Svenskfinland.

Rundan är en samtalsmetod, där ordet går runt i gruppen så att varje deltagare har möjlighet att tala fritt utan att någon avbryter, invänder eller kommenterar. Fördelen med rundor är att varje person

får den plats och tid som behövs. Rundan är aktivt lyssnande i praktiken. De andra ger råd enbart på deltagarnas egen önskan. Genom deltagarnas livserfarenhet, medmänsklighet och sunda förnuft kan man bearbeta vanliga vardagsproblem och hitta alternativ vägar att lösa dem. Deltagarna delar sina olika erfarenheter och stöder varandra.

SJÄLVHJÄLPSGRUPPER

- en möjlighet till ett bättre liv

Tid: tisdag 9.10.07 kl 13-17

Plats:

Folkhälsans Seniorhus, Mannerheimvägen 97, Helsingfors

Medverkande:

Psykiater **Ben Furman** talar kring metaforen: RAKA ARMAR - lösningsfokuserade svar på frågan om hur människor i grupper kan hjälpa och stötta varandra.

Verksamhetsutvecklare vid Studieförbundet Vuxenskolan i Sverige, **Anki Bard-Sandström:** Självhjälpsgrupper - en folkhälsofråga.



Målgrupp:

Alla intresserade av arbete i självhjälpsgrupper.

Avgift: 20 euro (inkl kaffe).

Närmare upplysningar:

christina.lang@ssc.fi och
gun-britt.aminoff@folkhalsan.fi

Anmälan:

senast 1.10.07 till studiecentralen@ssc.fi

Arr:

Studiecentralen i samarbete med Folkhälsan

Möjlighet att äta lunch på egen bekostnad i Seniorhusets restaurant före seminariet. Meddela gärna vid anmälan.



Vill du göra något spännande, roligt och värdefullt?

Bli FSS informatör - delta i utbildningen våren 2008!

Det är viktigt att synskadade går ut i samhället och berättar om hur det är att leva som synskadad. Som FSS informatör förmedlar du din kunskap och erfarenhet om hur det är att vara synskadad.

Vad innebär det att vara informatör?

Du besöker t.ex. skolor, daghem, olika utbildningar och arbetsplatser och berättar om det som är viktigt för en synskadad. Det är en interaktiv situation där du kommunicerar, träffar nya människor och påverkar deras attityder. Olika grupper har olika krav och behov – varje tillfälle måste skräddarsys. Utmaningen ligger i att fånga publiken. Som informatör förbinder du dig till att ta emot informatörsuppdrag och delta i de fortbildningstillfällen som ordnas.

När?

Utbildningen är tvådelad. Den första delen äger rum 18-20 januari 2008 och är riktad till nya informatörer. Den andra delen äger rum 18-20 april 2008, och den är riktad till såväl nya som gamla informatörer. Kurserna pågår från fredag eftermiddag till söndag efter lunch. I utbildningen får du lära dig vad som är viktigt för att informatörsuppdraget ska lyckas; dess innehåll, planering och genomförande. Mera information om kursens innehåll senare.

Intresserad?

Distriktsföreningarna uppmuntras att finna intresserade. Anmälningar riktas till tf. informationschef Maria Finström, maria.finstrom@fss.fi, tfn 09-6962 3013, senast måndagen den 25 oktober. Rekryteringen av nya informatörer sker under vecka 47, 20-21 november på FSS centralkansli.

Antal deltagare?

Del 1: 7 stycken

Del 2: 12 stycken

En FSS informatörs uppdrag är mångsidigt, utmanande och givande – tag chansen!