AKTIVA SYNSKADADE

VI SER MÖJLIGHETERNA

90 KONTO | SVENSK INSAMLINGS KONTROLL

AKTIVITETER FÖR ALLA

Har du en synnedsättning, eller är kanske anhörig till någon med synnedsättning? Då har vi en uppsjö med aktiviteter för dig! På vår hemsida hittar du allt som vi erbjuder och det är väldigt enkelt att anmäla sig. Det gör man antingen genom att mejla till kansliet på kansli@aktivasynskadade.org eller slå en signal till 08-744 15 93. En stor del av vår verksamhet är också återkommande, som idrottsverksamheten som har veckoträningar. Där kontaktar man antingen kansliet eller ansvarig tränare för att anmäla sig.

Aktiva Synskadade arbetar för att hitta aktiviteter som kan passa alla personer med synnedsättning och vi arrangerar både utflykter och resor. När man är medlem är idrottsträningarna gratis, men för vissa aktiviteter innebär det en kostnad. Eventuella tolkar eller ledsagare betalar samma avgift som den aktiva.

Många av våra aktiva väljer också att ta en roll som tränare eller arrangör, och det är ett engagemang som vi naturligtvis uppmuntrar. Det är tillsammans som vi skapar den fina förening vi har, och saknar du en idrott eller aktivitet så får du gärna höra av dig till oss för att lämna in ditt önskemål.

SE2303039806

Gentest kan ge svar

När unga personer drabbas av allvarlig synnedsättning är en ärftlig ögonsjukdom en vanlig orsak.[1] Hur sjukdomen utvecklas och hur allvarlig synnedsättningen kommer att bli, beror till stor del på vilken eller vilka gener som är förändrade. Alla som har en misstänkt ärftlig ögonsjukdom ska erbjudas genetisk rådgivning och gentest, som kan leda till korrekt diagnos och bästa möjliga synhabilitering så tidigt som möjligt.[1]

1) Riktlinje för handläggning av hereditära retinala sjukdomar, 2022-10-31.

www.novartis.com/se-se/rp

NOVARTIS

Novartis Sverige AB | Box 1218, 164 28 Kista

HOS OSS ÄR DET MÖJLIGT!

Aktiva Synskadade arbetar för att personer med synnedsättning inte ska känna sig begränsade av sin funktionsnedsättning. Med ett särskilt fokus på barn och unga arbetar vi med fritidsaktiviteter, idrott och annan föreningsverksamhet. Vi är övertygade om att man som ung med synnedsättning är i stort behov av förebilder, att träffa andra i samma situation och hitta ett sammanhang. Det finns många situationer i vardagen som försvåras av en synnedsättning och att hitta en gemenskap där man får känna att allt är möjligt – för det är det! – gör mycket för självkänslan och livskvaliteten.

I Sverige finns i dag drygt 200 000 personer med synnedsättning, åtminstone 30 000 av dessa är vad man kallar för gravt synnedsatta eller helt blinda. Basen för vår rörelse är med andra ord stor, och som politiskt och religiöst obunden ideell förening välkomnar vi så klart alla som vill vara med.

Riksföreningen Aktiva Synskadade har varit aktiva i över 50 år och vår organisation utvecklas ständigt, mycket tack vare alla engagerade volontärer. Både personer med synnedsättning och deras anhöriga hittar en samlingsplats hos oss och vi välkomnar dig in till vår gemenskap!

VÅRT ARBETE ÄR MÖJLIGT TACK VARE DIG!
Tycker du att det är viktigt att personer med synnedsättning har samma förutsättningar till fritidsaktiviteter, idrott och gemenskap som alla andra? Vårt arbete är möjligt tack vare månadsgivare, sponsorer och andra samarbeten. Vill du stötta vårt arbete gör du det genom att surfa in på www.aktivasynskadade.org!

När gjorde du en hälsoundersökning av dina ögon senast?

Kom in till butiken eller ring och boka en tid för undersökning hos oss på Optiker Almå - välkommen!

optiker almå

Nygatan 18 | tel 013-13 60 70 | www.optikeralma.se

IDROTTSAKTIVITETER

Aktiva Synskadade driver flera olika idrottsverksamheter och har regelbunden veckoträning. Vi deltar i och arrangerar även olika tävlingar och sportarrangemang, exempelvis genom goalball och showdown. Vår årliga tävlingshelg heter Active Games och den är riktad till barn och unga med synnedsättning och hit kommer deltagare från hela landet. Här kan man tävla i simning, fotboll, elektronskytte, bowling och mycket mer. Tävlingen arrangeras på Idrottens hus i Enköping och deltagarna får mat och husrum på våra gårdar en bit därifrån. Tävlingarna läggs på ett lättsamt och roligt vis, där man kan delta oavsett ålder och vana.

GOALBALL är en fartfylld och rolig lagidrott för personer med synnedsättning, där man spelar på en plan lika stor som en volleybollplan, med mål på hela kortsidan. Alla spelare har ögonbindel, vilket gör att det blir lika för alla. Till sin hjälp har man taktila linjer framför målen för att orientera sig och bollen har bjällror i sig så att man kan höra den. Alla spelare hjälps åt att försvara sitt mål och försöka skjuta in bollen i motståndarnas.

SHOWDOWN är en snabb och utvecklande racketsport för personer med synnedsättning och vi välkomnar både nybörjare och erfarna spelare. Extra mycket satsar vi på barn/ungdomar i åldern 7-25 och träningen sker två gånger i veckan. Vi deltar också i tävlingar, både inom Sverige och utanför.

HELGVERKSAMHET OCH RESOR

Förutom idrottsaktiviteter fyller vi vår kalender med utflykter, resor, högtidsfiranden och andra aktiviteter. Aktiviteterna är mycket uppskattade av våra medlemmar och här finns en bred palett att välja från för att hitta det som intresserar just dig.

SOMMARTRÄFFAR

Varje sommar arrangerar vi läger eller öppet hus-veckor där familjer med barn eller föräldrar som har en synnedsättning, träffas på Mälargårdarna för att leka, pyssla, bada och åka på utflykter tillsammans.

MUSIKHELGER

På våra gårdar har vi ett utrustat musikrum med allt som behövs för att jamma loss. Vi har en egen studio där vi kan spela in musiken vi skapar tillsammans och vi spelar och sjunger på alla nivåer. Ibland har vi temat Musikal, vilket kan betyda att man även får uppträda.

HÖGTIDSHELGER

Högtider är årets höjdpunkter och vi firar lilla julafton varje år med pyssel, bakning, julbord och pepparkakshustävling. Helgen är till för alla – både stora och små – och självklart kommer tomten förbi. Vi anordnar också kräftskiva och påskfirande.

UTFLYKTER, RESOR OCH HELGAKTIVITETER

Aktiva Synskadade ordnar regelbundet resor för våra medlemmar. Det kan röra sig om allt från dagsutflykter till djurparker och lekland till resor till fjällen och andra länder. Resorna är ett uppskattat inslag där man både träffar andra personer med synnedsättning och andra anhöriga och har väldigt roligt tillsammans. Vi anordnar också helger inriktade på särskilda aktiviteter, som båt- och vattenhelger och motorhelger.

MÄLARGÅRDARNA är vår gård utanför Enköping där vi har möjlighet att hålla aktiviteter med övernattning. Mälargårdarna består av 54 sängplatser och är anpassade med ledande stråk och punktskrift. Här finns kök, badmöjligheter, stora gräsytor och till och med en egen badö med grillplats och brygga.

Varför ska du bli medlem i Riksföreningen Aktiva Synskadade?

90 KONTO | SVENSK INSAMLINGS KONTROLL

Kontakt kansliet:
kansli@aktivasynskadade.org
Tel: 08-744 15 93, 070-199 26 11

Riksföreningen Aktiva Synskadade
Box 42 122
126 15 Stockholm

Swish: 900 96 97 | **Bankgiro:** 900-9697
Bli gärna månadsgivare! Du hittar mer info här: www.aktivasynskadade.org

Vi finns också på Facebook & Instagram – följ oss gärna!

swish®

swishnummer: 9009697

JS/SVERIGE • Concept: JS/MEDIA TOOLS A/S • 23347 • www.jssverige.se

Hur vill du läsa?

LEGIMUS
Talböcker, taltidningar, punktskrift och taktila bilderböcker

8 SIDOR
Lättlästa nyheter

LL-FÖRLAGET
Lättläst litteratur för vuxna

Läs mer om våra produkter och tjänster på **mtm.se**

MTM är ett kunskapscentrum som arbetar för allas rätt att få läsa på sitt sätt.

MTM
MYNDIGHETEN FÖR TILLGÄNGLIGA MEDIER