

Innehåll:

1. BÄLTAD – föreläsning 26 januari
2. EUIDA - "Egenmakt för digital tillgänglighet"
3. Träff för personer i arbetsför ålder/studerande 3 februari
4. Del 2 av anpassningsdagarna – 4 februari
5. Strokefika
6. FPA info 4 februari
7. Frukostträff om civil beredskap 12 februari
8. Ett CP-bra liv: föreläsning 10 mars

Vi välkomnar det nya året

Vi startar året med en hel del på gång både i förbundet och i våra medlemsföreningar! Passa på att gå på Resedas föreläsning BÄLTAD den 26 januari om psykiatrivården. Ålands synskadade har en del på gång i början av februari med en träff för personer med synnedsättning i arbetsför ålder samt studerande och även anpassningsdagar. Boka även in kvällen den 4 februari och passa på att ställa dina frågor till FPA Ålands chef Hillevi Smeds!

Vi söker även kursdeltagare till vår nya utbildning tillsammans med Stiftelsen Funka: Egenmakt för digital tillgänglighet.

God Fortsättning på det nya året,

Erika Elfsberg

Kommunikatör på Funktionsrätt Åland

1. BÄLTAD – föreläsning 26 januari

Föreläsning med Maria Ingström i Lagtinget den 26 januari kl. 18-20.

Som 25-åring, bara ett år från att ta läkarexamen, drabbades hon av en manisk psykos och hamnade i psykiatrins tvångsvård – en livskris som kunde ha satt punkt för hennes framtid som läkare. Trots våld, bältningar, övermedicinering och brist på dialog tog hon sig tillbaka, fullföljde sin utbildning och blev specialist i allmänmedicin.

Utifrån sina egna trauman talar hon öppet och inspirerande om att våga be om hjälp – och om hur vi bör bemötas när psykisk ohälsa drabbar oss själva eller våra närstående.

Anmälan: 22360 eller reception@handicampen.ax

Varmt välkommen till en viktig, modig och hoppfull kväll om psykisk hälsa och förändring. Föreläsningen är kostnadsfri men man får gärna bli medlem i Reseda – en intresseförening för psykisk hälsa på Åland. Medlemsavgift: 7,50€/kalenderår.

Bli medlem: <https://handicampen.ax/forening/reseda/>



Bild 1. Maria Ingström



Bild 2. Använd QR-koden för att läsa mer om projektet.



Medfinansieras av
Europeiska unionen

2. EUIDA - "Egenmakt för digital tillgänglighet"

Vi söker personer med funktionsnedsättning som vill delta i kursen "Egenmakt för digital tillgänglighet" för att stärka sin kunskap och möjlighet att påverka den digitala tillgängligheten.

Tillsammans med Stiftelsen Funka erbjuder Funktionsrätt Åland en utbildning som stärker och inspirerar personer med funktionsnedsättning att aktivt rapportera brister i digital tillgänglighet till företag och myndigheter. Projektet är finansierat av Erasmus +, kursen kommer att vara gratis och utförs av fem digitala tillfällen under april och maj.

- Personer med funktionsnedsättning har ofta värdefull egen erfarenhet av otillgänglighet i digitala miljöer och kan bidra med viktiga insikter om brister. Men få känner till sina rättigheter att lämna synpunkter, eller hur den formella återkopplingsmekanismen i direktivet fungerar.
- Till skillnad från traditionella satsningar på digital kompetens, där deltagarna förväntas ta till sig helt ny och ofta främmande information, bygger den här utbildningen på deltagarnas egen motivation och erfarenheter. Utbildningen synliggör och stärker den kunskap som deltagarna redan har. Målet är att stärka deltagarnas digitala självförtroende och ge dem verktyg att kunna använda sina erfarenheter till att bidra till förbättringar av webbplatser och digitala tjänster.

Vi tar emot anmälningar och antalet platser är begränsat. Vill du veta mer om kursen eller göra en intresseanmälan? **Besök projektsidan:** <https://handicampen.ax/projekt/euida/>

Projektledare: Niels Forss, e-post: niels.forss@handicampen.ax

3. Träff för personer i arbetsför ålder/studerande 3 februari

Det här är för dig som är på arbetsmarknaden eller studerar och har en synnedsättning. Ta tillfället i akt - bli stärkt i din roll med synutmaningar! På träffen får du:

- veta vilket stöd som finns i arbetet/studierna enligt lagstiftning.
- tips och råd du har rätt till för att anpassa din arbets-/studieplats
- Vilka hjälpmedel som finns t.ex mjukvara och ergonomi

Ledare är Marina Baarman från Näkövammaisten liitto och Stina Nygård, synrådgivare hos FSS. Boka privat tid för handledning och rådgivning efter den gemensamma träffen.

När: 3 februari klockan 18.00

Plats: Verksamhetscentret Ankaret, Johannebovägen 7 i Mariehamn

Anmälan: senast 23 januari till Stina Nygård (FSS) via telefon 050-595 4377 eller e-post: stina.nygard@fss.fi

Distansdeltagande möjligt men rekommenderas inte.

Arrangör: Ålands Synskadade.

4. Del 2 av anpassningsdagarna – 4 februari

Den nya vardagen:

Anpassningsdagarna ordnas för dig som lever med en synnedsättning men dina nära och kära är också välkomna med! Dagarna är kostnadsfria och öppna för alla som vill delta. Ålands Synskadade bjuder på lunchsmörgås och kaffe.

Dagarna ordnas i 3 delar. Du väljer själv vilka delar och vilka programpunkter du vill delta i. Nu är det dags för del 2

- 9.00 Synsinnet och balans, Gerd Laxåback
- 10.15 -11.45 Förflyttning med praktiska övningar, Stina Nygård
LUNCH
- 12:30 - 13.20 Kommunernas Socialtjänst (KST) om färdtjänst
- 13.45 Hjälp att få rätt – Funktionsrätt Ålands Ombud Moa Clemes

När: 4 februari klockan 9.00 - ca 14.00

Plats: Verksamhetscentret Ankaret, , Johannebovägen 7 i Mariehamn

Anmälan: Ingen anmälan men meddela allergier till info@syn.ax eller 040 680 0950.

Efter de gemensamma aktiviteterna finns möjlighet att boka in en privat tid med synrådgivare Stina Nygård.

Det sista tillfället hålls 22 april.

5. Strokefika

Start 4 februari, följande datum 4 mars, 1 april och 6 maj. Kl. 13-15 på HandiCampen, Skarpansvägen 30.

Anmälan till Sara på info@neurologiska.ax eller till Catrin på info@hjarta.ax. Max antal deltagare är 15 personer. Ett samarbete mellan Ålands Neurologiska förening och Föreningen Vårt Hjärta.

6. FPA info 4 februari

Vi håller vår årliga FPA-infokväll med FPA Ålands chef Hillevi Smeds den 4 februari kl. 18.00 på HandiCampen. Få svar på dina frågor och info om ändringar i FPA:s service.

Skicka dina frågor på förhand senast den 20 januari så får du säkert svar från Hillevi på dem. Anmälan och frågor mejlas till receptionen via e-post: reception@handicampen.ax eller telefon: 018 22 360. Anmäl deltagande senast den 2 februari.



Bild 3. FPA:s logga



Bild 4. Nätverket
Bärkrafts logo.

7. Frukostträff om civil beredskap 12 februari

Vad händer vid en samhällsstörning, t.ex. en storm, en pandemi, en miljökatastrof? Vad kan din organisation eller förening göra, hur kan ni hjälpa samhället att bli mer resiliert och hur kan ni jobba med beredskap?

Nätverket Bärkraft håller en frukostträff 12 februari kl. 9-9.30 på Margaretagården i Mariehamn, för medaktörer och medlemmar.

Funktionsrätt Åland berättar om den nordiska rapport om krisberedskap och funktionsnedsättning vi varit med och tagit fram. Hör även bland andra Röda Korset, Mariehamns församling och Ålands Marthadistrikt.

[Läs mer på Bärkrafts hemsida och anmäl dig här](#)



Bild 5. Jonas Helgesson.

8. Ett CP-bra liv: föreläsning 10 mars

Inspirationsföreläsning med Jonas Helgesson. Han delar öppet med sig av sitt liv med CP-skada och visar hur man kan vända motgångar och svårigheter till motivation och tacksamhet.

Tid: 10 mars kl. 18.00

Anmälan: info@neurologiska.ax

Plats meddelas senare.



Du följer väl oss på facebook? Gilla vår sida så missar du inget viktigt:

<https://www.facebook.com/Funktionsrattaland>

Vi finns också på Instagram: [@funktionsrattaland](https://www.instagram.com/funktionsrattaland)

Vi jobbar vid Funktionsrätt Åland:



Karl Wahlman
Verksamhetsledare
karl.wahlman@handicampen.ax
Tel. 040 189 7421



Moa Clemes
Funktionsrättsombud
moa.clemes@handicampen.ax
Tel. 040 189 7474



Erika Elfsberg
Kommunikatör
erika.elfsberg@handicampen.ax
Tel. 040 189 7431



Marina El-Hariri
Receptionist/byråsekreterare
reception@handicampen.ax
Tel. 018-22 360



Ann-Catrin Vinberg
Ekonomiansvarig
ann-catrin.vinberg@handicampen.ax
Tel. 040 189 7449



Alexandra Gamba
Projektledare *Ett Åland för alla*
alexandra.gamba@handicampen.ax
Tel. 040 189 7453



Thomas Grunér
Ledande arbetscoach IPS Åland
thomas.gruner@handicampen.ax
Tel. 040 189 7448



Johanna Brådd
Arbetscoach IPS Åland
Johanna.bradd@handicampen.ax
Tel. 040 189 7471



Niels Forss
Projektledare EUIDA
niels.forss@handicampen.ax
Tel. 018 22 360

Dela nyheter i månadsbrevet!

Månadsbrevet utkommer den andra måndagen i månaden.

Nästa månadsbrev utkommer måndagen den 9 februari 2026.

Har du ett evenemang/en träff som du vill att vi har med i månadsbrevet?

Mejla information till info@handicampen.ax