

Till Dig som deltar i  
Projektet Livskvalitet

- ❖ Nu har projektet ett år på nacken. Vi planerade och byggde upp verksamheten under hösten 2021. Från den 15 januari 2022 gick vi ut med våra första erbjudanden. Efterhand har dessa kompletterats så att vi nu har sex erbjudanden. För den som inte känner till våra erbjudanden, har jag lagt information om erbjudandena på baksidan av detta brev.
- ❖ Projektet Livskvalitet arrangerade Syndagen i Skövde Kulturhus den 4 maj 2022. Arrangemanget hade kunskap som tema. En handfull intressanta föredragshållare berättade om ämnen med bäring på synnedsättningar. Arrangemanget blev mycket uppskattat. Därför planerar vi för Syndagen 2023 i Skövde Kulturhus den 3 maj. Notera redan nu dagen i era kalendrar, så återkommer vi med mer information. Temat blir Hjälpmiddel för personer med synnedsättning, med utställare och korta seminarier kring temat.
- ❖ Lokalföreningen SRF Mariestad/Töreboda/Gullspång i samverkan med SRF Skaraborg bjuder in till en julkryssning till Kiel den 6-8 december. Projektet Livskvalitet har erbjudit sig att finansiera resan mot att disponera 10 platser för projektets deltagare, som inte är SRF-medlemmar. SRF-medlemmar har fått en egen inbjudan från SRF Skaraborg.  
Läs mer på den bifogade inbjudan om inbjudan och hur du anmäler dig.

*Jan W Carlson*

Projektledare

0511-79 80 18, Knappval 3 för kontakt

[jan@livskvalitetsprojektet.se](mailto:jan@livskvalitetsprojektet.se)

Projektet Livskvalitet har nedanstående sex erbjudanden om olika typer av stöd. Erbjudandena är kostnadsfria att utnyttja.

De mest populära erbjudandena är de om Synsällskap, IT-utbildning och – support och om Stöd vid nedstämdhet.

- **Synsällskap** (en seende person som kommer på besök och kan hjälpa till med enkla saker, f.n. vid 10 tillfällen under perioden juli-december)
- **Orientering och käppträning** (kurser för att du lättare ska kunna röra dig i din närmiljö)
- **IT-utbildning och IT-support för synskadade** (mobil, surfplatta, dator och hjälpmedelsprogram)
- **Råd och stöd i sjukvårds- och myndighetskontakter**
- **Stödsamtal vid nedstämdhet**
- **Råd och stöd för synskadade i samband med brott**

Mer information om ovanstående erbjudanden finns att **avlyssna** på projektets telefonnummer **0511-79 80 18**. Där kan du också anmäla ditt intresse för erbjudandena eller för att bli kontaktad om frågor. Samma information finns i både tal- och textform på projektets hemsida: [www.livskvalitetsprojektet.se](http://www.livskvalitetsprojektet.se)  
Välkommen att höra av dig!



**Synskadades** Inbjudan till Julresa med SRF/Mariestad-  
**Riksförbund** Töreboda-Gullspång lokalförening

# Julbord och Julmarknad i Kiel, 4-6 december 2022

**Avresa** Söndag 4 december: *Töreboda kl 12.45, Mariestad kl 13.00, Skövde kl 13.45, Skara kl 14.00, Vara kl 14.35*

**Hemkomst** Tisdag (Göteborgs hamn ca kl 09.15)

**Medtag** **OBS!** Giltigt pass eller nationellt id-kort.

**Ingår** **Buss** Töreboda-Göteborg ToR, långfärdsbuss

**Båt** Göteborg-Kiel ToR (Stena Germanica)

- 2-bäddshytt (sängar på golvet)
- 2 frukost
- 1 julbord (utresa, första sittningen)
- 2 kvällar ombord (dans, bingospel m m)



- Kiel** - "Vår" Buss till/från "Citti Markt" köpcentrum
- Guide under bussfärden, som berättar om Kiel (på svenska)
  - Fri tid på Kiels stora Julmarknad (5 min promenad från Stenafärjan)
  -



<b><u>Tillval</u></b>	Singelhytt	700,-/person
	Fönsterhytt	200,-/person
	Julbord/Buffé hemresa	470,-/person
<b><u>Deltagare</u></b>	Medlemmar i SRF Skaraborg, deltagare i projektet "Livskvalitet" samt eventuell ledsagare	
<b><u>Ledsagare</u></b>	Anmäl även Din eventuella ledsagare eller meddela om Du behöver hjälp med att ordna fram en ledsagare.	
<b><u>Anmälan</u></b>	Deltagare i projektet Livskvalitet, som <u>inte</u> är medlemmar i SRF, ska anmäla sig <b>senast den 17 oktober via projektets telefonnummer 0511-79 80 18, Knappval 2</b> (säg ditt namn och telefonnummer, så ringer vi upp). De 10 platserna kommer att lottas ut och besked lämnas till vinnarna snarast efter sista anmälningsdagen.	
<b><u>Arrangör</u></b>	Leif-Åkes Buss AB, Töreboda, SRF/Mariestad-Töreboda-Gullspång lokalförening i samverkan med SRF Skaraborg.	
<b><u>Sponsor</u></b>	Julresan sponsras av Synskadades Vänner och ingår i projektet "Livskvalitet" <a href="http://www.livskvalitetsprojektet.se">www.livskvalitetsprojektet.se</a>	
<b><u>Information</u></b>	Anita Andersson, tel 0761 71 43 63 Birgit Götenstedt Dahllöf, tel 0703 25 34 60	

*Följ med på en trevlig julkryssning med bekväm långfärdsbuss till Göteborg och gå ombord på Stena Germanica för avfärd vid 18-tiden på söndag.*



*Vi njuter av Stenalines berömda julbord samt olika aktiviteter ombord som social samvaro, bingospel, julskyltning, shopping, dans m m*

*På måndag morgon, efter ankomst till Kiel vid 9-tiden, åker vi med "vår buss" till "Citti Markt" köpcenter med över 90 affärer. Under bussresan berättar vår guide om staden Kiel. (Alla inköp på "Citti Markt" lastar vi in direkt i bussen och lastar ur vid hemkomst/avstigning).*

*Vid 12-tiden är vi åter vid Stenafärjan och har gott om tid att besöka Kiels stora Julmarknad i Centrumparken, ca 5-10 min promenad från båten. Hela parken är fylld med salustånd i flera rader med ett mycket stort utbud av hantverk samt mat och dryck med såväl inhemskt som utländskt ursprung.*

*Båten avgår från Kiel vid 18-tiden på måndag och vi är åter i Göteborg vid 9-tiden på tisdag morgon den 6 december. Vi går av Stenafärjan, passerar pass- och tullkontroll och går ombord på vår buss för att starta hemresan.*



***Välkommen ombord!***

## **Information till dig som deltar i projekt "Livskvalitet"**

### **Välkommen till SRF!**

Hej, jag heter Anita Andersson och är ordförande i Synskadades Riksförbund SRF Skaraborg. Så trevligt att du valt att delta i vårt projekt. Du vet väl att SRF Skaraborgs distrikt och lokalföreningar har många trevliga aktiviteter för våra medlemmar.

Vårt distrikt heter SRF Skaraborg och täcker hela gamla Skaraborg. Distriktet har gemensamma aktiviteter för alla medlemmar i Skaraborg. Därutöver finns det lokalföreningar i de flesta av Skaraborgs 15 kommuner som ordnar egna aktiviteter. Som medlem har du möjlighet att delta både i Distriktets verksamhet och i den verksamhet som finns på hemorten.

Här kommer några exempel på aktiviteter distriktet ordnar under hösten.

Först en konsert med GES lördagen den 22 oktober på Arenan i Lidköping. (Tyvärr är biljetterna redan slut).

Nästa aktivitet är ett besök på Tidaholms Museum torsdag den 13 oktober. Guide på muséet är Per Wahlström. Han berättar om Tidaholms framväxt genom uppbyggnaden och utvecklingen av både bruket och tändsticksfabriken Vulcan. Träffen avslutas med lunch på en närliggande restaurang.

Den 18–19 november gör vi en resa till Stockholm med Forellenresor.

Där ser vi på musikalen Tootsie med bl.a. Robert Gustafsson, Sussie Eriksson och Ola Forssmed i rollerna. Musikalen är syntolkad.

Den 24 november samlas vi på vårt kansli i skara för att julpyssla och få julstämning.

SRF Skaraborg har en årlig bowlingturnering, som i år går av stapel fredag den 25 november mellan kl.18.00-21.00 i Mariestad.

Årets sista aktivitet blir resan till Kiel som ni säkert fått inbjudan till.

Förutom dessa trevliga aktiviteter ordnar vi informationsträffar och utbildningar som kan vara värdefulla då man har dålig syn.

Vi bedriver dessutom ett ständigt arbete för att försöka förbättra situationen för personer med nedsatt syn.

Då är det viktigt att vi är många. Tillsammans blir vi starka.

Vi vill gärna träffa dig. Därför erbjuder vi dig, även om du inte är medlem, att delta på någon av höstens aktiviteter till medlemspris (kraftigt rabatterade priser). På så sätt får du chans att träffa oss och testa vad SRF är.

Den här informationen innehåller ju endast kort info. om var och när våra aktiviteter genomförs. Du är därför välkommen att få mer information antingen genom att ringa till vårt kansli på tel. 0511-34 79 70 eller på E-post, [skaraborg@srf.nu](mailto:skaraborg@srf.nu) så får du hela inbjudningarna med all information.

På samma telefon och mail informerar vi gärna mer om SRF, hur man blir medlem och Vad det kostar.

Du som är intresserad av att delta i någon av aktiviteterna, hör av dig snarast så att du inte missar chansen. Många av våra aktiviteter blir snabbt fullbokade och då är det först till kvarn som gäller.

Varma hälsningar

Anita Andersson

Ordförande

Anita Andersson

Sträte 3

549 92 Moholm

Mob: 076 – 171 43 63

E-post: [anita.a@live.se](mailto:anita.a@live.se)