**Synskadades Riksförbund**

**Gävleborgs län**

**X- Linsen**



**Nr 7 2023**

**Redaktionssida**

**X-Linsen utges av**

**SRF Gävleborg**

**Södra Centralgatan 10, 802 50 GÄVLE**

**Tel. 026-61 05 54**, **076-539 95 54**

**E-post:** [gavleborg@srf.nu](mailto:gavleborg@srf.nu)

**Hemsida**: [www.srf.nu/gavleborg](http://www.srf.nu/gavleborg)

**Facebook**: [www.facebook.com/SRFGavleborg](http://www.facebook.com/SRFGavleborg)

**Instagram:** synskadadegavleborg

**Kansliet är öppet mån- fre. 8.00–16.00**

**Ombudsman: Lars Engberg**

**Mobil 070-301 62 69**. E-post: [lars.engberg@srf.nu](mailto:lars.engberg@srf.nu)

**Tryck och inläsning:** Anna-Lena Thomsson

**Bilder:** Therese Lundgren

**Ansvarig utgivare**

**Christina Lundgren**

**Mobil: 076-539 95 54 (026-61 05 54)**

**E-post:** [christina.lundgren@srf.nu](mailto:christina.lundgren@srf.nu)

**Redaktionskommitté**

**Christina Lundgren, Redaktör**

**Agneta Falk**

**Mobil: 070-513 48 55**

**Magdalena (Maggan) Johansson**

**Mobil: 070-461 47 55**

X-Linsen är en medlemstidning för SRF Gävleborg, utkommer med 10 nr/år. Den görs i storstil, Daisy/CD och e-post.

**Vill du ändra ditt läsmedium eller om något ej fungerar så hör av dig till kansliet.**

**Manusstopp för nästa nummer är torsdag 28 september kl.12.00**

**Innehållsförteckning**

**Lokalföreningsnytt**

På gång i lokalföreningarna **3**

**Gästrikland**

SRF Gävle **4**

SRF Västra Gästrikland **4**

**Hälsingland**

SRF Hudiksvall/Nordanstig **5**

SRF Ljusdal **6**

SRF Söderhamn **6**

SRF Voxnadalen **7**

**Distriktsinfo**

Aktivitetslista **8**

Kallelse till halvårsmöte **9**

Inbjudan temahelg teknik **10**

Rapport från en bussresa **10**

**Övrigt**

Tema: Sagolika Rätter **12**

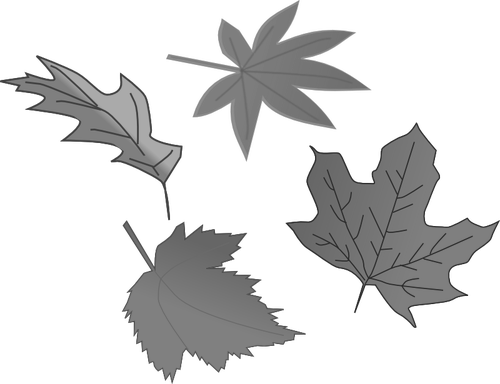
Boktips **14**

Roliga historier **14**

Dikt: September **15**

Regler för er som skickar in till X-Linsen **16**

Bidra gärna till SRF:s verksamhet **17**

****

**Lokalföreningsnytt**

**På gång i lokalföreningarna**

**September**

**4** Vävcirkelstart, SRF Gävle

**9** Sommarresa, SRF Gävle

**16** Bussutflykt, SRF Söderhamn

**19** Medlemsmöte, SRF Gävle

**20** Cirkelstart, SRF Hudiksvall/Nordanstig

**20** Surströmmingsträff, SRF Ljusdal

**29** Medlemsmöte, SRF Hudiksvall/Nordanstig

**Oktober**

**5** Medlemsmöte, SRF Voxnadalen

**7** Medlemsträff, SRF Söderhamn

**18** Månadsträff, SRF Ljusdal

**20** Musikcafé, SRF Hudiksvall/Nordanstig

**25** Föreningsträff, SRF Västra Gästrikland

**28** Höstfest, SRF Gävle

**November**

**8** Ombudsträff, SRF Hudiksvall/Nordanstig

**15** Månadsträff, SRF Ljusdal

**24** Medlemsmöte, SRF Hudiksvall/Nordanstig

**28** Halvårsmöte, SRF Gävle

**December**

**8** Julfest, SRF Hudiksvall/Nordanstig

**10** Julbord, SRF Söderhamn, preliminärt datum

**13** Julfest, SRF Ljusdal

**14** Julfest, SRF Voxnadalen

**16** Julfest, SRF Gävle

**Gästrikland**

**SRF Gävle**

**Välkommen på höstens första medlemsmöte!  
Datum** tisdag 19 september  
**Tid** 17.00 – 19.00  
**Tema** MedlemsveckanVi hoppas att ni alla har haft en fin sommar, trots den onödigt rikliga nederbörden.

På tisdagen den 19 september samlas vi på Tullbomsgården för att diskutera innehållet i medlemsveckan som är vecka 41, 9–15 oktober. Medlemsveckan ska fyllas med aktiviteter som ökar intresset för föreningen och lockar nya medlemmar.  
Vi har även en förhoppning om att kunna diskutera det pågående bygget av stadens nya kulturhus.  
Förutom föreningsinformation och givande diskussioner bjuds det på sedvanligt fika och trevlig samvaro.  
Vi vill även få in era förslag på verksamhet för 2024, som vi kan bearbeta och presentera på halvårsmötet i november.  
**Anmälan** Du anmäler dig senast **onsdag 13 september** till  
Agneta Hedman, antingen via telefon **026 – 61 04 40**   
eller via e-post [agge.hedman@gmail.com](mailto:agge.hedman@gmail.com)  
**Varmt välkomna!**

Önskar Styrelsen, SRF Gävle

**SRF Västra Gästrikland**

**Inbjudan till föreningsträff**

SRF Västra Gästrikland inbjuder sina medlemmar till föreningsträff **onsdagen den 25 oktober** **kl. 14.00** på Plangården Plangatan 11 Sandviken.

Synpedagog Titti Ideman och fysioterapeut Agneta Sundstrand

från Syncentralen besöker oss och berättar om syncentralens

verksamhet. Vi bjuder på kaffe med smörgås och kaka. Som vanligt bjuder vi på resan (mot kvitto på resan).

Anmäl dig senast **19 oktober** till Jan-Åke Mood på

tel. **070-201 90 85**

Alla hälsas varmt välkomna Styrelsen

**Hälsingland**

**SRF Hudiksvall/Nordanstig**

SRF Hudiksvall Nordanstig har till sin upptakt suringfest

26 augusti. I skrivande stund är 15 anmälda deltagare. Vi håller som vanligt till i Funktionsrätts lokaler med denna begivenhet.

**Fredag 1 september** deltar vi i Nordanstigs äldredagar på Hagängsgården i Harmånger tillsammans med övriga Handikappföreningar inom Funktionsrätt Hudiksvall Nordanstig.

På eftermiddagen **onsdag 13 september** medverkar vi i Funktionsrätts jubileumsaktivitet med vårt infobord i Guldsmeden. Där vi även får lite assistans av Specsavers.

**20 september** planeras vår start av läsecirkel. Ring för mera information och anmäl ditt intresse till Maudh på telefon

**070- 273 92 37**

**Fredag 29 september** blir det medlemsmöte på Patricia, Lastagegatan 9, klockan 16:00. Eventuellt får vi då besök av någon som kan berätta om hur vi bör tänka och göra, när det gäller våra sista år här i världen. Det kan gälla testamenten, framtidsfullmakter och liknande juridiska dokument, som är viktiga, men som ofta glöms bort. Vilket kan ställa till med problem för våra anhöriga.

Anmälan görs som vanligt till Lena Nerlund på telefon

**070 –** **332 92 64** senast en vecka före.

Vi puffar redan nu även för medlemsveckan 9 till 15 oktober, då riksförbundet uppmanar oss att vara aktiva och synliga i samhället. Veckan avslutas med Vita Käppens dag, söndag 15/10. Våra planer just nu är att träffas på stan och går å fika tillsammans. Har ni andra förslag hör av er, så vi kanske kan åstadkomma andra aktiviteter tillsammans.

**Fredag 20 oktober** planerar vi för ett musikcafé med anmälan en vecka före. Det blir någon form av förtäring samt underhållning för avgift 150 kr.

Men mer om detta i nästa nummer.

Hälsningar från Ulf och Maudh

**SRF Ljusdal**

**Till medlemmarna i SRF Ljusdal**

Hej alla medlemmar!

Hoppas ni mår bra och haft en bra och härlig sommar!

Vi startar upp med höstens månadsträffar och studiecirkel och vi träffas i Slottesalen, Hotellgatan 58 mellan kl. **13.00-15.30.** När du åker färdtjänst begär alltid kvitto på resan av taxichauffören, så får du tillbaka resekostnaden av föreningen. Det är också bra om du samtidigt beställer färdtjänst för hemresan från Slottesalen.

Kaffe och smörgås serveras för självkostnadspris, 50 kr. Betalas vid varje träff.

**Datum för månadsträffarna:**

**20 september** vår traditionsenliga surströmmingsträff

**18 oktober** månadsträff

**15 november** månadsträff

**13 december** julfest  
**Kom ihåg** att du måste anmäla dig senast måndag före våra träffar så att vi vet hur många smörgåsar vi ska beställa. Det är ju synd om just du blir utan smörgås!

**Du anmäler dig till:** Inger Åström **070-360 87 61**

Du ska alltid känna dig varmt välkommen till oss i SRF Ljusdals lokalförening!

Har du idéer om något tema vi kan samlas kring, så hör gärna av dig till vår ordf. Jessica Eriksson 073-541 04 61

eller till Madeleine Lindberg 070-294 08 40.

Med vänliga hälsningar

SRF Ljusdals styrelse

**SRF Söderhamn**

**Medlemsträffar under hösten**

SRF Söderhamn har följande medlemsträffar:

**16 september** bussutflykt till Restaurang Bergmans fisk

**7 oktober** träff på stadsbiblioteket, någon från apoteket

inbjudes

**10 december** julbord, preliminärt datum

Varmt välkomna hälsar styrelsen

**SRF Voxnadalen**

**Föreningens planerade träffar under hösten:**

**Torsdag 5 oktober** kl. 14.00 Medlemsmöte

**Torsdag 14 december** kl. 14.00 Julfest

Med vänlig hälsning

Anna-Maria Persson

**Referat: Bussresa till Dalarna 3/8 2023**

Bussen hämtade oss i Alfta vid Sunnangårdens parkering. Vi blev nio resenärer då fyra som anmält sig fick förhinder.

Resmålet var hemligt. Vår duktige guide och busschaufför Per Westling tog oss till det första resmålet som var Isala Kungslada där Gustav Vasa gömde sig, som dräng, för Kristian II av Danmark. Gustav Eriksson Vasa reste till Dalarna, under vintern 1520 – 1521, för att värva dalkarlar till en resning mot Kristian II, som hade dödat hans far och ett 80-tal andra inom svensk aristokrati i Stockholms blodbad. Ett monument av porfyr restes här i Isala framför Kungsladan av Gustav III 1795.

Därefter gick resan till koppargruvan i Falun. Under 1600-talet blev Falun den främsta kopparproducenten som påverkade gruvtekniken i världens alla hörn i två århundraden. Utvinningen kom till sin ände i slutet av 1900-talet.

Resan fortsatte till sjön Runn där vi steg på båten ”Slussbruden”. Sjön är en av Sveriges största sjöar med över 80 öar. På båten njöt vi av en god lunch och de vackra omgivningarna.

Nästa resmål var den rödmålade kyrkan i Sundborn. 1905 målade Carl Larsson kyrkan invändigt utan ersättning. Det var vackert med blommor, kransar, duvor och änglar. Vi besökte också församlingshemmet för att se porträtten som Carl Larsson målat. Vilken konstnär han var! Hans fru var också duktig konstnär men inget av henne fanns där. Hon la penseln på hyllan när hon födde barnen, men designade och vävde vackra textiler bl.a. Efter kaffe i trädgården utanför kyrkan styrdes kosan mot Alfta. Det var en trevlig händelserik resa.

Anna-Maria Persson

**Distriktsinfo**

**Aktivitetslista**

**September**

**21** Regionalt ordförandemöte, Dalarna

**22–24** Arbetsledarfortbildning, Almåsa

**25–28** Lars punktlärare, Almåsa

**28** Manusstopp X-Linsen

**Oktober**

**3** Styrelsemöte, Bollnäs

**9–15** Riksomfattande medlemsvecka

**18** Trafikgruppens möte med X-Trafik

**26** Manusstopp X-Linsen

**27–29** DOFS samt organisationsråd, Almåsa

**November**

**13–16** Lars punktlärare, Almåsa

**18** Distriktets halvårsmöte, Hudiksvall

**25–26** Temahelg om teknik, Gävle

**30** Regionalt ordförandemöte, telefon

**30** Manusstopp X-Linsen

**December**

**12** Styrelsemöte, Gävle

****

**Kallelse till halvårsmöte**

Härmed kallas samtliga synskadade medlemmar i distriktet till halvårsmöte:

**Datum: 2023-11-18** (lördag)

**Plats: Strandpiren,** Sjötullsgatan 15 i Hudiksvall

**Tid: 09.30 - ca 16.00**

Detta är ett öppet halvårsmöte. Det innebär att alla synskadade medlemmar har rätt att delta och även rösta på mötet.

**Eventuella motioner** ska vara inskickade senast

**30 september** till SRF Gävleborg, S. Centralgatan 10,

80250 Gävle eller till [gavleborg@srf.nu](mailto:gavleborg@srf.nu)

Behöver du hjälp eller vägledning vid skrivande av en motion, hör av dig till ombudsman Lars Engberg tel. 070-301 62 69 eller via mail: [lars.engberg@srf.nu](mailto:lars.engberg@srf.nu)

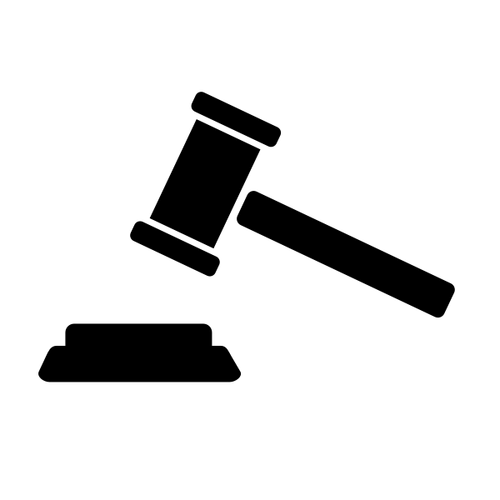
Vänligen anmäl er till vårt kansli **026-61 05 54** ellere-post: [gavleborg@srf.nu](mailto:gavleborg@srf.nu) **senast** **fredagen den 27 oktober.**

Det är viktigt att ange önskat läsmedium, särskild kostm.m.

Anmälan är bindande.

En utförligare kallelse kommer i nästa nummer.

Ni hälsas hjärtligt välkomna!

För styrelsen

Christina Lundgren

Ordförande SRF Gävleborg

**Inbjudan temahelg teknik**

Tekniska hjälpmedel av olika slag tar allt större plats i våra liv, på gott och ont. För synskadade har den tekniska utvecklingen inneburit stora lättnader, då det exempelvis numera är möjligt att sköta sina bankärenden med tekniska hjälpmedel, läsa sin post med hjälp av en scanner etc. Det har å andra sidan inneburit klart minskad personlig service, inte minst inom banksektorn. Detta gör det än mer angeläget att känna till de möjligheter som tekniken ändå erbjuder oss.

Under en helgkurs kommer intresserade medlemmar att få möjlighet att bekanta sig med justs sådana telefoner, samt med anpassade datorer, både med förstorande system och med punktskrift och talstöd.

**Datum:** lördag-söndag 25–26 november

**Tid:** lördag kl.10 till söndag cirka kl.15

**Plats:** Gävle

I kursen ingår mat, logi och ersättning för resekostnader. Den som har behov av ersättning för förlorad arbetsinkomst kan också få det, mot uppvisande av intyg från berörd arbetsgivare.

Företaget Insyn Scandinavia AB kommer att demonstrera olika IT-hjälpmedel med anpassningar för både synsvaga och gravt synskadade.

Mer information om helgen kommer i nästa nummer av denna utomordentligt läsvärda publikation...

Christina, Emma och Kent

**Rapport från en bussresa**

Totalt blev vi 23 – en förare, två ledsagare och tjugo deltagare. Resan började den 11 augusti i omväxlande regn och störtskurar. Men när vi kom fram till Thailändska paviljongen i Överhärde, var det uppehållsväder. Vår guide på platsen, Håkan, berättade engagerande om den thailändske kungens besök på 1890-talet och om hur paviljongen kom till hundra år senare.

Några kilometer därefter var det dags för dagens första fikastopp. Kaffe, godbitar och smörgåsar intog vi på en utomhusservering nära Döda fallet. Under tiden berättade näste guide, Robert, med stor inlevelse för oss om hur Döda fallet uppstått i slutet på 1700-talet. En flottningsled skulle skapas. Uppdraget gick till den man som numera är känd som Vildhussen. Han hade egna idéer om hur detta skulle ske, men saknade en hel del kunskap. Resultatet blev att en hel sjö torrlades och att Indalsälven fick ett nytt lopp på en sträcka.

Lördagen tillbringade vi på Frösön och i Östersund. Vårt första besök var i Wilhelm Peterson-Bergers hem i slutet av hans liv, Sommarhagen. Efter en del upp- och nedstigande för branta och höga trappor kom vi till musiksalen. Återigen en mycket bra guide. Barbro Edler. Peterson-Berger, refererad till som PB, denne egensinnige och teknikälskande recensent, översättare, kompositör med mera, hade redan i unga år förälskat sig i Jämtland och fjällen. Med ekonomiskt stöd av vänner kunde han vid förra sekelskiftet uppföra Sommarhagen, först som fritidshus och senare blev det hans permanenta boende.

Från Sommarhagen bar det av till Jamtli, Jämtlands stora kultur- och folklivsmuseum. Vår första guide där, Magnus, tog oss sjungande runt till ett antal miljöer från 1890-tal till 1970-tal. I varje miljö framfördes korta skådespel från den aktuella tiden. Bland annat fick vi träffa tvätterskor, lära oss hur vi skulle rädda livet vid en älgkrock (1950-tal) se ett kort avsnitt ur ”fem myror är fler än fyra elefanter” med livs levande kopior av Eva, Magnus och Brasse.

Efter en enkel lunch tog Helga, som hon ville heta när hon hade kläder från vikingatiden, hand om oss. Vi fick lära oss mer om hur samerna levt och om Överhogdalsbonaden.

Efter en god middag på Scandic Syd kom trubaduren Jens Gustavsson och sjöng för oss. Vi hade engagerat honom med stöd och hjälp av ABF i Jämtland. Det blev en mycket trevlig avslutning på lördagen.

Söndagen blev i mångt och mycket en resdag. På Pilgrimen i Kårböle åt vi en utmärkt lunch. Bara en kvart därefter stannade vi i Lassekrog. Där var det meningen att vi skulle besöka arbetarförfattaren Albert Wikstens kojby, men regnet öste ner. Gertrud, vår guide på platsen, fick i stället berätta för oss om Wiksten, hans liv och författarskap medan vi satt i bussen.

Resten av hemresan gick via Ljusdal (busskaffe vid kyrkan), Hudik och Söderhamn. Märkligt, men redan före Gävle började en försiktig sol att skina.

Ytterligare en viktig sak som inträffade under resan. Sverige slog Japan i damfotboll med 2–1.

Jörgen Sjöstedt

**Övrigt**

**Tema: Sagolika Rätter: Emil Almas Köttbullar**

Recept: Boken Järnspisar, hackekorv och tabberas av Göran Langer

När det stora Tabbberaset i Katthult var då Emil bjöd alla fattighjonen och nu vill jag du ska veta vad som stod på köksbordet i Katthult den här annandagen. Där stod. Ett fat med palt. Ett fat med fläskkorv. Ett fat med sylta. Ett fat med leverpastej. Ett fat med bräckkorv. Ett fat med köttbullar. Ett fat med kalvkotletter. Ett fat med revbensspjäll. Ett fat med grynkorv. Ett fat med potatiskorv. Ett fat med sillsallad. Ett fat med salt kött. Ett fat med rimmad oxtunga. Ett fat med hackekorv. Ett fat med stora julskinkan på. Ett fat med stora julosten på. Ett fat med limpbröd. Ett fat med sirapsbröd. Ett fat med fint rågbröd. En stånka enbärsdricka. En kanna mjölk. En karott med risgrynsgröt. En bunke med ostkaka. En skål med katrinplommon. Ett fat med äppelkaka. En skål med vispgrädde. En skål med jordgubbssylt. En skål med ingefärspäron samt. En liten helstekt spädgris garnerad med sockerkristyr.

Nu ska du få lära dig hur Alma gör sina goda köttbullar.

**Du behöver**

4 hg Oxfärs

2 hg Fläskfärs

2 kg Kall kokt potatis

1 Gul lök

1 Ägg

2 dl Grädde

3 tsk Salt

Vitpeppar

1 tsk Socker

**Gör så här**

Hacka löken mycket fint och stek den blank och genomskinlig i en kastrull. Låt svalna i kastrullen.

Blanda färserna med en träslev. Rör ner ägget. Pressa potatisen eller stöt den fint och rör ner i smeten. Tillsätt kryddorna.

Kör löken med en stavmixer till en löksmet och blanda noga i färsen. Späd till sist med grädden till en fin smidig konsistens.

Blöt händerna i kallt vatten och forma till lagom stora köttbullar. Lägg på ett sköljt fat och stek sedan med smör i stekpanna tills de fått lagom färg.

Servera med kokt potatis.

Vispa ur stekpannan med lite grädde, salta och peppra och sila.

Servera som sås till köttbullarna, tillsammans med lite rårörda lingon.

**Boktips**

**Ann-Helén Laestadius: Straff**

Romanen handlar om händelser i mitten av 1950-talet och 80-talet. Boken är den andra i serien, den första heter Stöld.

På 50-talet berättas om samiska barn som tvingats gå på nomadskola och bo på internat. Där finns en elak husmor, men också några andra, som gör vad de kan för barnen. En av de anställda, Anna, tvingas sluta, av husmor.

På 80-talet får vi återigen stifta bekantskap med fem av de nu medelålders barnen, husmor och Anna. Deras liv har till stor del påverkats av åren på nomadskolan.

Straff är mycket välskriven och engagerande. Vad jag kan bedöma är miljöer och skeenden historiskt riktiga. Väl värd att läsa om du vill lära känna samers levnadsförhållanden i synnerhet på 50-talet.

Jörgen Sjöstedt

**Roliga historier**

Två citroner gick över vägen, den ena blev överkörd.

Då frågade den andra: Blev du sur nu?

- Det är mycket snö ute.

- Nää, du driver med mig.

- Var det många som dansade runt granen i år?

- Nää, inte en kotte.

Kan man heta Bo om man är hemlös?

Om man åker fast för fortkörning, kan man kalla det gasolycka?

**Dikt: September**

Skriven av Erik Axel Karlfeldt

Septemberluft och septemberdag

i glödande, sydländsk färg

Vid horisonten en furuskog

står mörk mot det gråa berg

De glittrande, grågröna pilars rad

försilvrade, darra i solens bad,

och från de rödgula lönnar

hörs falla de vissnade blad.

Septemberluft och septemberdag,

din himmel är stråligt blå

med luftiga, vita sommarmoln,

som sväva i flockar därpå.

I solskenet genom det gröna land

där glittrar ett ljust och slingrande band

en å, med gulnande alar

invid den sluttande strand.

Septemberluft och septemberdag,

du samlat all sommarens fröjd,

dess skönhet, dess färgprakt och solskensglans

hos dig nått sin strålande höjd.

Det är, som ett sista farväl du bjöd

i frukternas sötma och blommornas glöd,

ty kanske vid nästa vindfläkt

du redan är vissnad och död.

**En bild som visar Lönnblad, blad, lönn, Silverlönn

Automatiskt genererad beskrivning**

**Regler för er som skickar in till X-Linsen**

Vi ser helst att bidragen till tidningen kommer in via mejl i första hand, men går det inte av någon anledning så ordnar vi till det på bästa sätt. Skriv dem i Word eller direkt i mejlet, textbilder samt PDF tas inte emot.

Var noga med att kontrollera datum för manusstopp. Hinner ni inte av någon anledning så hör av er till redaktören före.

Ni behöver inte skicka in samma annons igen för att den ska stå med i nästa tidning. Om datumen stämmer tas de automatiskt med en gång till.

Tänk på era medlemmar vad gäller sista datum för anmälan, så den inte blir för snäv för dem med tanke på när tidningen kommer ut.

Manusstopp är alltid på en torsdag, utgivningsdag någon gång veckan efter. Annonser som kommer in med sista anmälan i utgivningsveckan tas inte med i tidningen.

En bekräftelse på att annonsen är mottagen skickas alltid till er så ingen behöver vara tveksam om att den inte kommit fram.

Om ni vill bidra med en rolig historia, ett bra recept, en dikt eller något annat så är det alltid välkommet. Debattartiklar, insändare och köp/säljannonser tas däremot inte med.

Om något är oklart, tveka inte att höra av er.

För att tidningen ska fortsätta att vara en bra och läsvärd medlemstidning är det viktigt att detta följs för allas trevnad.

Agneta, Christina och Magdalena

Redaktionskommittén

**Bidra gärna till Synskadades Riksförbunds verksamhet**

Du är varmt välkommen att stötta oss genom att donera eller testamentera till **Synskadades Stiftelse** och till **Synskadades Riksförbund.** Du kan rikta din gåva till en viss lokalförening eller ett speciellt distrikt eller välja att den ska gå till hela organisationen.

Vi tar tacksamt emot din gåva – alla bidrag är mycket välkomna!

Vill du ha hjälp kring upprättande av testamente, vänd dig till Synskadades Stiftelse. Arvet kan sedan gå till både stiftelsen och SRF. Vill du veta mer om gåvor, kan du kontakta Synskadades Stiftelseeller Synskadades Riksförbund. Alla arv och gåvor är skattefria.

**Synskadades Stiftelse**

**Tel: 08-39 91 22**

**E-post:** [info@synskadadesstiftelse.se](mailto:info@synskadadesstiftelse.se)

[](http://www.google.se/url?sa=i&rct=j&q=&esrc=s&source=images&cd=&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwiB8KnZqurRAhWlZpoKHTV7CR0QjRwIBw&url=http://www.pauldingcountyareafoundation.net/clip-art-at-clker-com-vector-clip-art-online-royalty-free-public-4dulljnrdgjx.html&bvm=bv.145822982,d.bGs&psig=AFQjCNG2l92vL02WeINA7hy8R4wfMForuA&ust=1485881650958339)**Webb:** [www.synskadadesstiftelse.se](http://www.synskadadesstiftelse.se)

**Plusgiro: 90 03 26-0**

**Synskadades Riksförbund**

**Tel: 08-39 91 00**

**E-post:** [info@srf.nu](mailto:info@srf.nu)

**Webb:** [www.srf.nu](http://www.srf.nu)

**Plusgiro: 90 00 90-2**

**Vill du skänka direkt till vårt distrikt går det lika bra.**

**SRF Gävleborg**

**Tel: 026-61 05 54**

**E-post:** [gavleborg@srf.nu](mailto:gavleborg@srf.nu)

**Webb:** [www.srf.nu/gavleborg](http://www.srf.nu/gavleborg)

**Plusgiro: 14 65 26-9**