

Funktionsrättspodden, säsong 2 avsnitt 1

Johanna Sommansson: Hej och välkomna till årets första avsnitt av funktionsrättspodden.

Karin Aronsson: Vi är tillbaka. Sist vi hördes var det 2020 och nu är det 2021. Idag tänkte jag att vi skulle prata lite grann om natur och tillgängliga delstråk i naturen. Vi har en gäst med oss om det. Men vi tänkte först att vi skulle börja med att sammanfatta 2020 lite.

Johanna: Ja precis. Vad har du lärt dig under det här speciella året 2020, Karin? Och vad har vi som organisation lärt oss, tagit för lärdomar av 2020, året som gick?

Karin: Ja men, jag tycker verkligen att det här med hemarbete har fått en helt ny dimension. Att jobba hemifrån. För det har ju vi gjort sedan i mars. Så det tar jag med mig, vad det finns för både fördelar men också vad det finns för utmaningar med att ha hemmakontor i en liten bostad. Men organisationsmässigt tänker jag, där har vi mycket vi ska ta med oss. Och mycket vi har lärt oss. Vi hade ju, när förra året började, eller när vi tänker att det är som nu i januari. Vi planerade för mycket. Vi hade dels haft ett temaår som var digitalisering 2019 som vi tog med oss. Men så skulle vi också börja jobba med funktionsrättigheter som tema för 2020. Vi hade storslagna planer. Och vi började med att ha en kick-off där vi spelade Alfapet och det var riktigt bra stämning i åttiotvåan. Vi sågs fysiskt. Och sen smällde det till och blev nåt helt annat. Vi ställde om ganska fort. Redan i maj hade vi vårt första webinarium via Teams. Och det har vi sen fortsatt med. Vi har också haft ett tydligt fokus på funktionsrättigheter under hela året. Och det har genomsyrat alla våra intressepolitiska aktiviteter, men också mycket våra remissvar. Vi har gjort många skrivelser. För är det någonting vi ska vara stolta över i vår organisation så är det att vi inte ställde in. Vi ställde verkligen om 2020 och hittade en massa nya sätt. Bland annat den här podden. Det tror jag inte vi tänkte vi tänkte i början av 2020 att vi skulle ha en podd. Eller vad säger du?

Johanna: Idén till podden föddes någon gång i april. Och sedan var vi väldigt snabba i den här processen att ta reda på kunskap. Hur gör vi, hur spelar en in, vad behöver vi för material, vad behöver vi för utrustning? Så vi gjorde efterforskningar för att ta reda på hur vi som organisation kan starta en podd. Och vi var inte rädda för nya utmaningar och nya lärdomar. Och vi är väldigt glada att vi nu har så pass många lyssnare i funktionsrättspodden. Vi har över hundra unika lyssnare på varje avsnitt. Och vi hoppas att alla ni som lyssnar tipsar en vän.

Karin: Ja. Ju fler som lyssnar och tar till sig vad vi pratar om, desto mer kan vi skapa förändring såklart. Jag tänkte också att jag ville prata lite om den demokratiska aspekten. För det är ju någonting som också fick ett nytt sätt. Vi var tvungna att vara kreativa och tänka till när vi sattes för att ha restriktioner i

vårt samhälle och inte längre kan träffas. Vårt årsmöte som vi i vanliga fall brukar ha i maj på Funktionsrätt Stockholm län, det fick vi i år flytta fram till i september. Då trodde vi ju att, då är det här med corona över och då kan vi ses fysiskt igen. Men så blev det ju inte. Så vi hade ett digitalt årsmöte. Och faktiskt så hade vi också besöksrekord på vårt årsmöte. Så många deltagare har vi aldrig haft tidigare. Så det känns ju fantastiskt.

Johanna: Det är ju värt att fira. Besöksrekord på årsmötet i coronatider. Wow. Javisst.

Karin: Woop woop säger vi. Ja. Så det tänker jag. Men vi har ju också haft en pedagogisk utmaning i att vi har personer och föreningar som har olika personer och föreningar som har olika utmaningar att använda digitala tjänster. Och där Funktionsrätt Stockholms län, vi på kansliet har jobbat mycket med att guida personer och hitta rätt. Att folk ska känna sig bekväma i det digitala mötesrummet. För det är inte alldeles enkelt att delta i ett Zoom-möte eller att känna sig bekväm med att begära ordet eller räcka upp handen och gud vet allt. Så där har vi verkligen jobbat för att många ska kunna känna sig inkluderade i de nya förutsättningarna som finns. Vi ser ju också att region Stockholm inte alltid har tänkt till. Men återigen. Vi har ställt om, vi har riggat och skapat förutsättningar som inget annat år. Det är faktiskt någonting som är nytt sedan 2020 också, att vi har in Instagram. Ni hittar oss på Instagram och vi heter Funktionsrätt Stockholms län.

Johanna: Och välkomna att följa oss där.

Karin: Ja.

Johanna: i publicerade i december en lista på fem tips för dig som deltar i digitala möten. Du vet aldrig förutsättningarna för de andra deltagarna att kunna se, höra och uppfatta snabba ordalag i digitala möten. Så här kommer fem tips. Ett. Stäng av mikrofonen när du inte talar för att slippa störa andra och ta fokus från den som talar. Ha kameran på när du pratar så andra kan läsa dina läppar. Var välkammad och klädd som i ett fysiskt möte. Det visar respekt för de övriga deltagarna. Försök att hitta en bakgrund som inte stör. Annars distraheras vi lätt av din konst när du pratar. Och i ett stort möte, presentera dig innan du pratar, för att synsvaga ska veta vem som har ordet och väl ska hänga med. Jag brukar alltid säga: Johanna. Jag har en fråga om... Det underlättar för oss att lyssna. För det har ju också kommit ett nytt koncept nu under 2020, som kallas för Zoom-tröttheten. Har du hört talas om den Karin?

Karin: Nej, det var faktiskt ett nytt ord för mig. Berätta mer.

Johanna: Ja, det är en helt unik upplevelse som en kan få av att sitta i videomöte efter videomöte efter videomöte efter videomöte. Det är en speciell sorts utmattning, och en trötthet i hjärnan. Och dessutom tycker jag att det är väldigt bra att i sitt hemmakontor försöka att både stå och sitta och växla av. För den

här Zoom-tröttheten tror jag också kommer av att vi sitter still på ett helt annat sätt.

Karin: Det blir ju ett annat rörelsemönster när en jobbar hemifrån eller vistas mycket hemma. Förut var du van att kanske gå till affären, eller gå och posta ett brev för att sedan åka in till stan och uträtta ett ärende eller träffa en vän, eller vad det nu kan vara. Men vi har inte riktigt de rörelsemönstren på samma sätt. Därför kan det vara bra att tänka lite extra på den fysiska aktiviteten utifrån sina förutsättningar såklart.

Johanna: Just det.

Karin: Men Zoom-trötthet är ett bra begrepp. Jag kan själv uppleva det. Och jag tror att många som lyssnar på podden också gör det. Så att vi får nya fiffiga ord att använda oss av.

Karin: Nu är det dags att gå vidare till nästa programpunkt i podden. Johanna, vad har vi för spännande framför oss?

Johanna: Ja, nu är det så att i årets första avsnitt, så har vi en gäst med oss digitalt, såklart. Vi arbetar med distansgäster nu tills vidare, till Folkhälsomyndigheten bedömer annorlunda. Så nu har vi kontaktat Sofia Arnsten. Och hon är projektledare för projektet Naturen på lika villkor. Hej Sofia. Du är projektledare för projektet Naturen på lika villkor. Ett projekt från Studieförbundet. Hur länge har du arbetat med det här, och har du alltid haft ett intresse för skog, mark och tillgänglighetsfrågor?

Sofia: Hej. Jag har arbetat inom projektet i fyra år nu. Lite från och till. Jag började med att praktisera i projektet. Och jag pluggade kulturantropologi och gjorde intervjuer med målgruppen till projektet. Jag har nog alltid haft ett intresse för skog och mark. Vi var mycket i skogen när jag var liten och plockade svamp och fikade och hade med oss matsäck och så där. Jag har alltid tyckt om att vara i naturen, och känt att jag har haft ett behov av det. Och tillgänglighetsfrågor, det har alltid varit viktigt för mig att alla ska kunna ta del av samhället på lika villkor. Och ja, naturen är ju en del av samhället. Och det känns självklart för mig att jobba med det.

Johanna: Det låter ju väldigt intressant. Och jag kan verkligen hålla med dig om att, det har varit fint att kunna få ta del av skog och mark. Och att vara i naturen är ju väldigt helande för många. Det tror jag många har upptäckt nu under 2020 också. Men jag tänkte fråga dig, Sofia. Vad exakt innebär tillgängliga naturguidningar? Vilka kriterier använder ni för maximal tillgänglighet och så där? Kan inte du beskriva lite mer om det?

Sofia: Tillgängliga naturguidningar innebär att det är tillgängligt underlag så man kan åka med rulle eller ja. Det är plant och inte för mycket stigningar eller backar och sådär. Utan det är ett tillgängligt underlag. Det ska finnas adress för färdtjänst i området där vi har våra tillgängliga naturguidningar. Det ska vara

nära kollektivtrafiken. Och det ska finnas vilobänkar längs vägen, och gärna en rastplats då, en fikaplatz som är tillgänglig. Där man kan ha en liten fikapaus. Det är väl de punkterna som vi fokuserar på när det gäller själva guidningarna. Sedan så har vi också inventeringar av olika områden i kommunerna där vi tittar på tillgängligheten och skriver rapporter till kommunerna, vad som behövs åtgärdas för att det ska bli mer tillgängligt. Och då har vi flera punkter som vi tittar på när det gäller tillgänglighet. Som skyltning, att det ska vara tydlig skyltning. Och lite annat också. Men tanken är att alla ska kunna delta på våra guidningar som vi anordnar då.

Johanna: Vad fint. Det är ett viktigt arbete att se till att de här punkterna följs. Och fint att ni har konstruerat den här checklistan för maximal tillgänglighet. Vi är ju ett samarbetsorgan med fyrtyotre medlemsföreningar. Och många av våra lyssnare är föreningspersoner. Har du alltid varit en föreningsperson? Kan du berätta lite om din erfarenhet av föreningsarbete?

Sofia: Ja. I mitt arbete så samarbetar vi med många olika föreningar. Dels funkisföreningar i projektet, men jag har också arbetat som verksamhetsutvecklare på Studieförbundet. Och då främst inom mitt andra intresse som är hållbar utveckling. Så då har jag haft kontakt med många av våra natur- och miljö- och friluftslivsorganisationer. Och stöttat dem i deras föreningsarbete. Det har varit superkul och lärorikt.

Karin: I det här avsnittet uppmärksammar vi tillgänglighet på allmänna platser i region Stockholm. Och nu undrar vi såklart, var kan vi hitta dessa tillgängliga vandringsleder, Sofia?

Sofia: Ja, jag kan passa på och tipsa om lite naturområden där vi i projektet har varit och inventerat. Och de har gjort åtgärder efter våra rekommendationer. Och bland annat under året här så blev åtgärder vid Maxingeslingan färdiga. Och den ligger i Haninge kommun. Det finns två sjöar där i ett område som heter Rudan. och Maxingeslingan går runt Nedre Rudansjön. Så det är, om man går runt hela den sjön, så är det en slinga på ett komma sju kilometer. Och hela den slingan har nu ett taktilt ledstråk som också fungerar som ett avåkningskydd då, in mot sjön. Och det är ju då faktiskt Sveriges längsta taktilla ledstråk nu. Så det är jätteroligt. Och där har de också plangjort gångvägen och satt ut bänkar där det faktiskt är lite brantare partier. Men det kan jag rekommendera. Och sedan har vi även i Garnuddens naturreservat i Salem, där finns också ett ledstråk på en och en halv kilometer. Och där har de också tillgängliggjort en grillplats så att fler ska kunna vara där. Så det finns ett flertal områden där de har gjort mycket bra åtgärder för att fler ska kunna vistas där helt enkelt.

Karin: Å. Jag känner verkligen att jag vill ta del av de här tipsen som du har berättat om, Sofia. Men jag tänker, är Stockholm ensam om att tillgänglighetsanpassa leder och naturstråk? Eller finns det andra kommuner och regioner som har gjort liknande arbete? För jag tänker när corona är över kanske vi kan bege oss och upptäcka andra delar av Sverige.

Sofia: Nej, Stockholm är inte ensamt om att tillgänglighetsanpassa vandringsleder. Eller vi jobbar främst med naturområden, egentligen. Inte bara vandringsleder. Men det är ett jobb som pågår inom hela Sverige. Jag vet en kollega till mig som också jobbar med att ge åtgärder på naturområden och vandringsleder. Han jobbar i hela Sverige. Så det görs lite överallt. Inom projektet så har vi ju tillgängliga naturguidningar runt om i Stockholms län. Men vi har också riktad verksamhet till LSS-bostäder och dagliga verksamheter. Och då har vi en verksamhet som vi kallar Naturdagen, där vi upptäcker närnaturen tillsammans. Och där utgår vi ifrån olika teman. Och ett av temana som vi har är spår. Och där brukar vi kunna ha riktigt roligt ihop. För då har vi kartor där som hjälper oss att leta efter olika spår. Så bland annat har vi en karta med kottar som vi jämför för att se vilket djur som har ätit på kottarna.

Karin: Tack så mycket Sofia. Och nu tänker jag om jag är sugen på att ta mig ut på en tillgänglig vandringsled, då tittar jag på Studieförbundet Stockholms läns hemsida och ser när de går av stapeln. Men är det så att jag även kan ta mig ut på egen hand och besöka de här lederna? Eller behöver jag gå med en guide första gången?

Sofia: Ja, dels har ju vi i Naturen på lika villkor årligen flera tillgängliga naturguidningar med guide. Och det är tänkt både för att visa upp naturområden som är tillgängliga i Stockholms län, men också för dem som kanske inte har möjlighet att ge sig ut i naturen själv. Det kan ju vara att man har epilepsi och behöver sällskap av den anledningen om man skulle få ett anfall. Eller det kan vara om man känner sig lite osäker på att ge sig ut. Det kan vara lättare att ge sig ut i grupp helt enkelt. Men det kan också vara att man bara vill utforska nya naturområden där man bor eller i en helt annan kommun. Det finns många exempel. Men på de här guidningarna, de är alltid kostnadsfria och alla är välkomna. Om man behöver ledsagning så är det bra om man har det för det finns ingen ledsagare på plats. Och speciellt nu under corona så får vi inte hjälpa till med det heller. Men det finns alltid en guide på varje guidning och en person till som går längst bak i gruppen och ser till att alla håller tempot utifrån den som går sist. Så att vi alla går tillsammans helt enkelt i lugnt tempo.

Karin: Det låter ju helt fantastiskt och ett sätt att vara delaktig i naturen tillsammans med andra, men på sina villkor. Superbra initiativ. Vi brukar alltid ställa en sista fråga, eller en fråga till våra poddgäster. Och det är: Vad innebär funktionsrätt för dig?

Sofia: Funktionsrätt för mig innebär att alla ska kunna ta del av samhället på lika villkor. Och naturen är en del av samhället, och därför ska man också kunna ta del av den på det sätt som man vill. Oavsett funktionsvariation. Det är funktionsrätt för mig.

Karin: Tack så mycket Sofia. Inspirerande att få lyssna om naturen. Just nu så är det snö här i Stockholm. Men det kommer ju komma en blomstrand vår rätt snart. Så då har ni mycket stora möjligheter att kunna ta del av tillgängliga

naturstigar och naturområden i Stockholm. Natur på lika villkor är ju också ett projekt tillsammans med en rad olika organisationer och verksamheter. Bland annat våra föreningar Afasiföreningen i Stockholms län, hjärnskadeförbundet Hjärnkraft Stockholms län, epilepsiföreningen Storstockholm. Men också en rad olika kommuner och länsstyrelsen i Stockholm. Vill ni veta mer om projektet Natur på lika villkor, besök gärna Studieförbundet Stockholms läns hemsida för mer information. Och där kan ni också hitta vad som är på gång för 2021. Och på tal om det. Vi står ju i januari här, och det är nytt år med nya möjligheter.

Karin: Johanna och jag pratade lite innan jag tryckte på REC här och började spela in. Nytt år och nya möjligheter. Vi hoppas att 2021 kommer innebära helt andra saker. Men vi har ju en massa grejer i pipeline och planerat. Så att, kan inte du berätta lite mera vad som är på gång? Så himla mycket spännande grejer.

Johanna: Javisst. 2021 är ju ett nytt år. Även om vi har med oss, vad ska man säga, arvet av corona. vi tog med oss det in i 2021. Men så är det ju. Vi sitter ju nu i en stor vaccinationsplanering. och det är ju spännande att vara med om något sådant historiskt som en massvaccinering, tycker jag. Så, jag tänker att under 2021 så kommer vi ju hänga i digitala rum tills Folkhälsomyndigheten tillåter oss att bjuda in. Så vi ser fram emot att under 2021 kunna samla alla våra intressepolitiska organisationer och våra förtroendevalda och alla medlemmar i lokalerna på nytt. Men tills dess så avvaktar vi och ses i de digitala rummen där vi nu alla, hoppas jag, ändå känner oss bekväma eller hemmastadda. 2021 har vi tema FKB, funktionsrättskonsekvensbeskrivning. Det här är ett helt unikt koncept som vi har skapat. Vi vill att en funktionsrättskonsekvensbeskrivning ska vara standard och praxis när region Stockholms tjänstepersoner och beslutsfattare tar beslut som påverkar medborgarna. Vi liknar vår FKB vid en MKB, miljökonsekvensbeskrivning. Detta är stadgat i miljöbalken. Och det innebär att det behövs alltid göras. Det ska göras som standard, en miljökonsekvensbeskrivning på alla projekt som har påverkan på miljön. Och vi menar ju då att en funktionsrättskonsekvensbeskrivning skulle underlätta så mycket i så många processer. För i våra råd och grupper med regionen som vi sitter med, då har vi oftast synpunkter på tillgängligheten till exempel. Eller hur en ombyggnation av till exempel Slussen medförde utmaningar för några av våra medlemsföreningar eller våra grupper. Om det då hade gjorts en funktionsrättskonsekvensbeskrivning före. Vi vill alltså hjälpa regionen att tänka efter före för att inkludera och göra samhället tillgängligt för alla redan från början.

Karin: Ja jag tänker det är det som är det fiffiga med FKB, precis som du säger, att det finns med i alla beslutsunderlag. Och att regionen jobbar aktivt med att tillgodose och beakta mänskliga rättigheter. För det är ju det det handlar om, att Stockholm län ska vara ett samhälle för alla. Det är ju vårt yttersta mål och vår vision i Funktionsrätt Stockholms län. Och här har vi ett gyllene tillfälle med det här verktyget som vi då har valt att kalla FKB.

Johanna: Ett verktyg är ju ingenting som kommer till i en handvändning, utan det här är en process som vi arbetar med våra medlemsföreningar och med våra förtroendevalda, att få in vad verktyget ska innefatta. Vi har fått en hel del feedback från regionens beslutsfattare när vi lanserade det här begreppet. Och det gjorde vi på internationella funktionsrättsdagen den tredje december. Tack alla ni som var med och firade digitalt. De kommentarer vi har fått från regionens beslutsfattare är ju att de välkomnar detta. Och att de är intresserade av att ha någon typ av checklista så att de faktiskt vet att de gör rätt. Det kan vara riktlinjer i praktiska, mätbara värden. Men det kan också vara de värdena som är svåra att ta i. Det kan handla om kognitiv tillgänglighet. Och på det området behöver vi jobba mycket.

Karin: Men precis som du säger Johanna, så handlar ju FKB och funktionsrättskonsekvensbeskrivning, det handlar inte bara om den fysiska tillgängligheten. Den är ju väldigt viktig. Men det gäller även den kommunikativa och den kognitiva tillgängligheten, att de tjänster och produkter som region Stockholm tar fram ska vara enkla att använda för alla. Även oavsett vad du har för förmåga eller vana att använda till exempelvis digitala tjänster. Eller att fylla i och göra självskattningar inom hälso- och sjukvården. Så det finns väldigt många aspekter. Men där kan vi ju se att FKB skulle vara ett väldigt användbart verktyg för att just säkerställa att de har tänkt på de här perspektiven och tagit med det här när de upphandlar eller vad det nu kan handla om.

Johanna: Precis. Och FKB, det kan användas både på stort och smått. Och vi kommer återkomma till detta i podden under året.

Karin: Ja, precis som att funktionsrättigheter var temaåret 2020 så kommer FKB att vara temaåret för 2021. Det vill säga det kommer också förekomma i podden, självklart.

Johanna: Ja. Så det största med 2021 är ju att vi har ett nytt temaår. Och att vi lanserar ett helt nytt koncept. Det är ju väldigt spännande att vara med om något sådant historiskt, tycker jag.

Karin: Superviktigt.

Johanna: Ja, verkligen. Så FKB 2021.

Karin: 2020 var året som vi ställde om som vi har pratat om i podden. Men vi lärde oss också att hålla i, hålla ut och hålla avstånd till varandra. Och det får vi fortsätta göra. För än är inte den här pandemin över. Men ju mer vi jobbar tillsammans och hjälps åt desto fortare går det. Och tillsammans med vaccinet som är på gång, och vi hoppas kunna få ta del av vaccinationer så snart som möjligt för alla riskgrupper. Så kan vi kanske snart ses igen. Och det tycker jag känns jättekul. Så med det sagt vill vi tacka för att du har lyssnat på funktionsrättspodden.