

full frihet

MED

**SKOTA
HEM**

SEGLING FÖR PERSONER MED FUNKTIONSNEDSÄTTNING

A man with grey hair, wearing a light green shirt and a grey life vest, is sitting in a white sailboat with green accents. The boat is moving across a blue body of water, leaving a white wake. The sail is white with green and blue patterns. A blue logo with a white 'N' and 'S' is visible on the sail. The background is a clear blue sky.

”Livet blir så härligt av att glömma sina handikapp en stund.
Ja nästintill livsavgörande för mig. Livet ler en smula... Jag
känner mig nu uppfylld, stark och gladare än på länge.”

Ingemar Norgren

VAD ÄR SKOTA HEM



Unik spetsverksamhet för seglare med funktionsnedsättning

Vi har kunskap och material som gör att vi kan introducera och utveckla seglare med olika förutsättningar, så väl fysiska som kognitiva.

Vi använder segling som redskap för att hjälpa människor att nå sin fulla potential.



Vi vill ge; självförtroende och självkänsla – JAG KAN!
Självständighet och välbefinnande som spiller över på livet i stort.

FULL FRIHET!

A scenic view of a harbor with various boats, including a sailboat with an orange and white sail, and a wheelchair in the foreground. The view is framed by two vertical red poles. In the background, there is a wooden building and a forested hillside.

”Känslan att styra ut på Baggen
och se rullstolen kvar på bryggan,
det är en frihet utöver allt annat.
Utan Skota Hem skulle mitt liv inte
fyllas av samma glädje och
livskvalitet. ”

Monica Engström

HUR DET BÖRJADE



Då Claes Hultling återtagit seglingen efter en ryggmärgsskada ville han ge fler chansen att uppleva samma frihet. Tillsammans med Roger Nilson, Björn Wahlström, Pelle Gedda, Lars Falk och Thomas Ehrner grundar han 1987 Stiftelsen Skota Hem.



”Det finns många bra former av parasport men själv tycker jag att segling i Tvåfyran står i en klass för sig. Vi idrottar och tävlar där på lika villkor som andra seglare. När man seglar lämnar man sin funktionsnedsättning kvar i land. Segling är frihet. Att med vindens hjälp klyva vattenspegeln i en båt är lycka.”

Claes Hultling

VARFÖR SEGLING

En aktivitet som inte lägger fokus på funktionsnedsättning

Alla kan vara med på sina villkor

Aktivitet nyckel till fysisk och mental hälsa

Fördelar för individen och samhället





”Att återigen komma ut på vattnet i en segelbåt som jag seglar själv utan några kompromisser. Det var en av ett fåtal viktiga upplevelser som bidrog till att bygga upp min mentala plattform igen som ryggmärgsskadad efter en kitesurfingolycka. Det mesta är möjligt, det gäller bara att vilja och att våga! ”

Jonas Andrén

VAR VERKAR VI



Majoriteten av aktiviteterna hålls vid vår bas i Saltsjöbaden men vi bedriver även utvecklingsarbete runt om i Sverige och världen.



**SKOTA
HEM**

"Inom paraseglingen får jag ut hela min potential som seglare, utan att min nedsatta fysiska funktion påverkar resultatet. Det ger mig motivation att våga satsa och sikta mot toppen.

Skota Hem tror på mig och ger mig stöd att nå mina mål."

Fia Fjelddahl



VEM



Alla som vill kan delta, oavsett ålder, kön, fysisk förmåga, ambition eller förkunskaper.





Jag säger kanske inte så mycket för jag har autism men jag visar tydligt att jag trivs toppen hos Skota Hem!
Jag älskar att segla!

Casper Tham

**SKOTA
HEM**

NÄR

SÄSONGEN I SALTSJÖBADEN

- maj- september
- ca 100 aktivitetsdagar
- ca 4-500 seglare



RESTEN AV ÅRET

- Träningsläger på Gran Canaria
- Kunskapsspridning, föreläsningar
- SSF, utbildning, projekt och lobbying
- Internationellt utvecklingsarbete

**SKOTA
HEM**



”Efter bara några dagar av Skota Hems kurs satt jag i båten och njöt. Rädslan för havet jag känt efter att blivit sjuk i MS var som bortblåst. Känslan av att ha återtagit något av livet fyllde mig och gav mersmak. Jag hoppas verkligen att fler provar hur det känns att för några timmar på sjön känna sig helt oberoende, ha kontroll och känna den njutning och lyckorus det ger.”

Inger Jacobsen

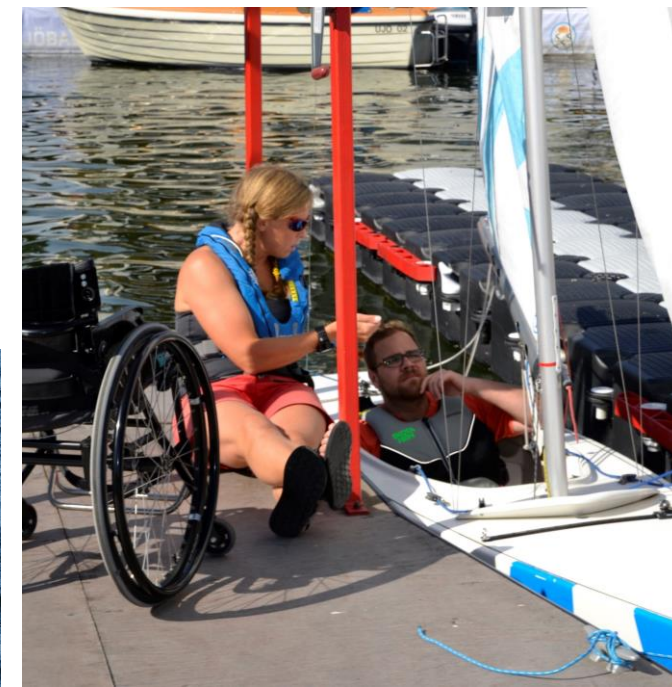
HUR GÖR VI



Tillgänglig anläggning



Använder ett urval av båtar som kan anpassas individuellt samt avancerad teknik för att kompensera för bristande fysik.



Pedagogik anpassad efter seglarnas förkunskaper och kognitiva förmåga.



Det är viktigt att ha en meningsfull fritid- att hitta en aktivitet man tycker om, ett sammanhang där man hittar nya kompisar och delar ett intresse. Därför stöttar min fond Skota Hem.

Kronprinsessan Victoria

**SKOTA
HEM**

HUR KAN VI VERKA



- Stiftelsen drivs ideellt, helt utan vinstintresse
- Anställd personal, erfarenhet
- Samarbeten med näringslivet och Nacka Kommun
- Donationer tas emot från privatpersoner, stiftelser, fonder och organisationer.

A close-up, profile shot of a middle-aged man with a grey beard and mustache, wearing a red baseball cap with a white logo and a red t-shirt. He is looking down and slightly to the left. The background is blurred, showing what appears to be an outdoor setting with trees and a building.

”Skota Hem är en fullt
anpassad seglingsverksamhet
som drivs passionerat och
professionellt av människor
med mycket hjärta och hög
ambitionsnivå, utan annat
vinstintresse än att ge ökad
livskvalitet till oss med
funktionsnedsättning.
Det tycker i alla fall jag är
fantastiskt!”

Jonas Andrén

**SKOTA
HEM**

A photograph of a wooden pier extending into a body of water. In the foreground, a wheelchair is tipped over on its side. Next to it lies a diving mask and a pair of black diving fins. In the background, another wheelchair is visible, along with a white and blue buoy and some green ropes. The water is a calm, light blue-green color.

GONE SAILING