



FÖRBUNDSNYTT

3.5.2023

ÄLDRE RÅDSSEMINARIUM I PARGAS 15.5

Svenska pensionärsförbundet ordnar Äldrerådsseminarium 15.5 i Pargas stadshus, Strandvägen 28.

Kl. 9.30 **Kaffeservering**

Kl. 10.00 Seminariet öppnas
Förbundsordförande Ulla-Maj Wideroos

Hanna-Maria Grandell, förvaltningschef i Pargas

Kl. 10.10 **Äldrerådets påverkningsmöjligheter i välfärdsområdet och kommunerna**

Äldreomsorgen i det nya välfärdsområdet och äldrerådets roll.

Karin Simola, direktör för tvåspråkig service i Egentliga Finlands välfärdsområde

Ulrika Lundberg, områdeschef inom tjänster för äldre i Egentliga Finlands välfärdsområde

Ulf Stenman, direktör för svenska enheten, Kommunförbundet
Kommunens samarbete med organisationerna och välfärdsområdena i det hälso- och välfärdsfrämjande arbetet

Språkliga aspekter i samarbetet

Kommentatorer:

Göran Honga, sjukhusråd, emeritus direktör för Egentliga-Finlands sjukvårdsdistrikt och Vasa sjukvårdsdistrikt, ordförande för förbundets kommitté för intressebevakning och påverkan

Wiveka Kauppila, expert inom vård på svenska i Egentliga Finlands välfärdsområde

Kl. 12.00 **LUNCH**

Kl. 13.00 **De äldres deltagande och inflytande i välfärdsområdets äldreråd och i de kommunala äldreråden**

Äldres delaktighet, erfarenheter från Västra Nylands välfärdsområde
Jenni Björksten, specialsakkunnig
Erika Strandberg, kommundirektör på Kimitoön
Margita Vainio, medlem i äldrerådet i Åbo

KAFFE i samband med grupparbetena

Kl. 14.00 **Äldrerådets roll**

Grupparbeten och diskussioner

Kl. 15.30 **Sammanfattning**

Pehr Löf

Moderator: Pehr Löf, andra vice ordförande i Svenska pensionärsförbundet,

Seminariet ordnas i samarbete med äldrerådet i Pargas.

Svenska pensionärsförbundet inbjuder äldrerådets medlemmar, fem representanter från varje pensionärsförening i Åboland samt övriga intresserade. Deltagaravgiften är 15 euro per person och inkluderar lunch och kaffe. SPF fakturerar föreningarna efter seminariet. Deltagarna står själva för resekostnaderna.

Det finns ännu lediga platser! Anmälan senast 5.5 kl. 16.00 elektroniskt via spfpension.fi/kalender eller per e-post till verksamhetsledare Berit Dahlin, berit.dahlin@spfpension.fi, tfn 040 578 02 48.

IT

Vi har en it-träff kvar på Zoom, du behöver inte anmäla dig utan följ bara länken nedan för att delta. De tidigare it-träffar på Zoom kan ses på Youtube (spfpension) och via webbplatsen.

12.5.2023 kl. 13:00 Grunderna i fotoböcker

Vi presenterar alternativ för hur du kan beställa fotoböcker med dina egna bilder från telefon, platta eller dator.

<https://us06web.zoom.us/j/86126240079?pwd=SDdtU0xBUm1oaklyL2FLT3ZwUEdmQT09>

Mötes-ID: 861 2624 0079

Lösenkod: 546365

UPPSÖKANDE ARBETE I HELSINGFORS

It-stödperson Andreas Höglund kommer under år 2023 att göra uppsökande arbete för att komma i kontakt med äldre svenskspråkiga i Helsingfors som inte är digitala. Projektet finansieras av Stiftelsen Tre Smeder i Helsingfors. Genom projektet försöker han hjälpa att överkomma hinder och visa hur man kan ha både nytta och nöje av it. Det uppsökande arbetet innebär att han kommer att besöka äldreboenden och pensionärernas naturliga mötesplatser i Helsingfors, dessutom kommer han att kontakta personer per telefon från följande nummer: 040 592 13 90.

Ifall du själv vill diskutera hur du kunde bli digital eller om du vill tipsa någon annan, kan Andreas Höglund kontaktas i det ärendet torsdagar mellan 13-16 på numret 040 592 13 90.

UNDERSÖKNING OM KUNDUPPLEVELSE AV IT-VERKSAMHET

Myndigheten för digitalisering och befolkningsdata utför under tiden 2-15.5 en undersökning om kundupplevelser bland de som får så kallat digitalt stöd, dvs. även de som deltagit i pensionärsföreningens it-verksamhet. Om ni har deltagit i it-verksamhet under den här tiden får ni gärna fylla i, eller om ni ordnat it-verksamhet får ni gärna uppmana deltagarna fylla i enkäten på adressen <https://tinyurl.com/spf-digistod>

Svaren är anonyma och kan inte identifieras ur den kommande rapporten.

TA KONTAKT

Tveka inte att [kontakta oss](#) om ni behöver hjälp med it-frågor och it-verksamhet i föreningen!

RES MED SPF

- 5–8.6 Vandrings längs S:t Olofs sjöled / Åbo – Åland/Eckerö - BOKA NU
- 5–10.6 Astrid Lindgrens Småland och den heliga Birgittas Vadstena med Bernt "Morre" Morelius – VÄNTELISTA
- 6–9.7 Skärgårdsresa med besök på Jurmo Bokfest
- 31.7–4.8 Höga Kusten
- 10–16.9 Ruska-resa till Ylläs
- 13–19.9 Gardasjön – med Verona och Venedig
- 2–4.10 **Seniorskeppet** - dans till Matz Bladhs orkester och trevligt program för alla smaker
- 4–9.10 Island - Följ med till eldens och isens ö
- 23–30.10 Må bra- och aktivitetsresa till Madeira med Kitty Seppälä - VÄNTELISTA
- 5–8.11 Historisk resa till Lützen

VÅRENS MOTIONSKAMPANJ

Svenska pensionärsförbundet ordnar en *motionskampanj* för sina medlemmar under tiden 1.5-30.6.

Alla former av motion räknas som till exempel promenader, stavgång, cykling, motionscykling, joggning, gymnastik, boule, golf, trädgårds- och skogsarbete.

För varje 30 minuters prestation får man 1 poäng.

Klipp ur kupongen ur God Tid nr 3 eller ladda ner den från förbundets webbplats, <https://spfpension.fi/sv/motion/> eller beställ den från förbundets kansli, kansliet@spfpension.fi eller tfn 040 578 0415.

Returnera den ifyllda blanketten per post till Svenska pensionärsförbundet, PB 129, 00101 Helsingfors eller ta en bild av den och sänd som e-post till motion@spfpension.fi senast 14.7.

Bland alla som returnerat kupongen utlottas ett överraskningspris!
De 10 mest aktiva motionärerna får motions- och hälsoprodukter.

För närmare information kontakta verksamhetsledare Berit Dahlin, berit.dahlin@spfpension.fi, tfn 040 578 0248.

SPÄNST I BENEN-KURSER 2023 – FULLBOKAD / väntelista

Målsättningen för Spänst i benen-kurserna är att stärka skeletthälsan och förebygga fall.

Kurserna är avsedda för gruppleddare och motionskompisar inom frivilligarbetet.

23-26.5

Grundkurs

Kursplats

Lehmiraanta, Salo

Kursledare

Kitty Seppälä, MHV, kff, ft, hälsocoach

Kursen är avgiftsfri, tillägg till enkelrum **30 €/natt**.

Tilläggsinformation: Verksamhetskoordinator Inger Holmberg, tfn 040 595 29 92, e-post inger.holmberg@spfpension.fi

Anmälningssblankett finns på förbundets webbplats.

FÖRBUNDETS GOLFMÄSTERSKAP 24.8

Svenska pensionärsförbundets golfmästerskap ordnas på Jakobstads Golf i Pirilö, Gamla Pirilövägen 311, Jakobstad.

Tid: 24.8, information kl. 9.30, start kl. 10.00

Bana: 18-hålsbanan

Antal deltagare: max 92

Servering: Småvarmt finns till försäljning i klubbhuset

Middag och prisutdelning: Efter tävlingens slut 24.8 på golfklubben.

Kvällen innan middag på Segelpaviljongen Pavis kl. 19.00.

Kostnader:

Alternativ A:

Tävlingsspel endast en dag 24.8, 50 euro (inkl. kaffe/te, morgonsmörgås).

Alternativ B:

Tävlingsspel 24.8 och spel dagen före 23.8, 80 euro.

Handicap: max 36 beaktas

Tävlingsformer:

Alla spelar från rött (47)

Personlig poängbogey för över 75 år

Personlig poängbogey för under 75 år

Bästa förening

Närmast flaggan/closest to pin

Längsta driven/longest drive

Domare: Jukka Taivassalo

Anne Ekstrand, stadsdirektör i Jakobstad, fungerar som beskyddare av förbundets golfmästerskap 2023.

Info och anmälan senast 31.5 elektroniskt via spfpension.fi/kalender eller till verksamhetsledare Berit Dahlin, berit.dahlin@spfpension.fi, tfn 040 578 02 48.

FÖRBUNDETS BOULEMÄSTERSKAP 29.8

Svenska pensionärsförbundet ordnar boulemästerskap 29.8 på Oravais Sportplan, Jeppovägen 108 i Oravais.

På grund av det stora intresset tillämpar vi kvotering detta år. Kvoteringen bygger på antalet medlemmar per 31.12.2022.

Max 80 lag kan delta.

Kvoterna är följande; Åboland 8 lag, Nyland 33 lag, Österbotten 37 lag och Åland 2 lag.

De regionala boulemästerskapen fungerar som uttagning, varefter lagen anmäls senast 2.8 kl. 12.00 elektroniskt via spfpension.fi/kalender eller till verksamhetsledare Berit Dahlin, berit.dahlin@spfpension.fi, tfn 040 578 02 48.

Rum finns bokade på Norrvalla, Vöråvägen 305-307 i Vörå och på Juthbacka, Juthasvägen 34 i Nykarleby.

Mästerskapet inleds med gemensam middag 28.8 på Norrvalla.

Samling på speldagen kl. 8.30 och start kl. 9.30.

Carl-Gustav Molander sköter Viktoria Boule och Yannick Pelletier fungerar som domare.

SVENSKA PENSIONÄRSFÖRBUNDETS HÖSTMÖTE 21.11

Höstmötet ordnas 21.11 kl. 12.30 i Tampere-talo, Yliopistonkatu 55, Tammerfors.

Fullmaktsgranskning och lunch inleds kl. 11.30.

Höstmötet sänds direkt via förbundets webbplats och Facebook.

Busstransporter ordnas till höstmötet.

Anmälan till höstmötet görs senast 3.11 till förbundets kansli i Helsingfors,

tfn 040 578 04 15 eller per e-post kansliet@spfpension.fi

Priset för deltagande i höstmötet är 40 euro.

Se kungörelse i God Tid nr 3.

Enligt styrelsens beslut 12.12.2018/Ärende 9 kan styrelsen bevilja mindre föreningar med svag ekonomi befrielse från delegaternas deltagaravgift vid vår- och höstmöten.

Anhållan med motiveringar bör sändas in senast 30.8.2023 till verksamhetsledaren, berit.dahlin@spfpension.fi eller per post till Svenska pensionärsförbundet, PB 129, 00101 Helsingfors.

SEMESTERSTÖD

Det finns möjlighet att ansöka om semesterstöd för en härlig semestervistelse på Härmän kylpylä i Ylihärmä, Haiko herrgård i Borgå eller vid semesterhemmet i Labbnäs, Dragsfjärd.

Ansökan sker elektroniskt via www.semester.fi. Blanketter i pappersformat fås av verksamhetsledare Eva Granholm, tfn 040 099 70 51 (må-ti kl.10-15).

Tidpunkterna och sista ansökningsdag:

Härmän Kylpylä, Ylihärmä

Seniorsemester:

23–28.7.2023, sista ans.dag 4.6

24–29.9.2023, sista ans.dag 6.8

29.10–3.11.2023, sista ans.dag 10.9

26.11–1.12.2023, sista ans.dag 8.10

Haiko Herrgård, Borgå

Må bra semester för seniorer:

26.6–1.7.2023, sista ans.dag 21.5

23–28.10.2023, sista ans.dag 3.9

11–16.12.2023, sista ans.dag 29.10

Labbnäs semesterhem, Dragsfjärd

Rekreation för seniorer:

8–13.10.2023, sista ans.dag 27.8

SVENSKA PENSIONÄRSFÖRBUNDETS PINS

Förbundets pins (förbundets logo i färgerna rött, gult och blått) kan beställas från kansliet, kansliet@spfpension.fi, tfn 040 578 04 15.

Priset är 6 euro/pins.



HYLLNINGS- OCH KONDOLEANSADRESSER

Stiftelsen har nya vackra hyllningsadresser! Bilder och övrig info om hyllnings- och kondoleansadresser finns på Stiftelsens hemsida www.spfstiftelsen.fi.

<https://spfstiftelsen.fi/start/hyllningar/>

Kontakta kansliet, kansliet@spfpension.fi, tfn 040 578 04 15.

Hälsningar från

Svenska pensionärsförbundets personal