



FÖRBUNDSNYTT

6.6.2023

SVARA PÅ GOD TIDS LÄSARUNDERSÖKNING

Svenska pensionärsförbundets medlemstidning God Tid är i många pensionärshushåll en efterlängtdad vän. Det märks inte minst om tidningen uteblivit. Då går telefonen het på redaktionen. För tidningen är responsen från läsarna viktig.

God Tid vänder sig därför till läsarna med en läsarundersökning. Vi hoppas att så många av er som möjligt går in och svarar på undersökningen. Det tar inte många minuter, men är till stor hjälp i arbetet med att utveckla tidningen.

Du kan svara anonymt.

Du kan gå in på vår webbplats och svara via nedanstående länk:

<https://spfpension.fi/ovrigt/> eller printa ut bifogade pdf (bilaga) och svara på den. Pappersenkäten sänds till God Tid, Hovrättsplanaden 15 C 33, 65100 Vasa.

Vi vill ha ditt svar senast den 31 juli 2023.

IT

ÅRETS IT-GÄRNING

Svenska pensionärsförbundet utser Årets it-gärning 2023. Årets it-gärning kan vara en betydande, innovativ eller inspirerande insats för att hjälpa pensionärer bli digitala eller öka sina kunskaper inom it. Det kan vara en liten men avgörande gärning eller en stor gärning. Nominera någon du tycker är värd att lyftas fram för att den på något trevligt sätt hjälpt dig eller andra pensionärer att börja använda dator, pekplatta eller smarttelefon.

Du kan nominera en förening eller en person, alla nomineringar är välkomna!

Skicka in din fritt formulerade nominering med motivering till robert.riska@spfpension.fi eller ring och nominera till Robert på 040 578 32 07 senast 31.8.2023.

Årets it-gärning utses av förbundets presidium och presenteras på höstmötet 2023.

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.

TA KONTAKT

Tveka inte att [kontakta oss](#) om ni behöver föreläsare till exempel till höstens föreningsmöten, förbundets it-personal står till förfogande! Likaså om ni behöver hjälp med andra it-frågor eller med it-verksamhet i föreningen!

SVENSKA PENSIONÄRSFÖRBUNDET OCH PIO PÅ SUOMI AREENA

Finlands största samhällliga festival, SuomiAreena ordnas 27–30.6 i Björneborg.

Evenemanget samlar opinionsbildare för att diskutera samhällliga frågor samt dryfta visioner om och lösningar för framtiden.

Pensionärsförbundens intresseorganisation PIO är på plats på SuomiAreena 29.6 kl. 16.00–16.45 på Eetunaukion lava, Itäpuisto 4. Ifall ni har vägarna förbi så kom och lyssna på vårt diskussionstillfälle som går under rubriken *Pensionärernas många roller på 2020-talet i ett åldersvänligt Finland.*

I diskussionen deltar bland annat äldreombudsmannen Päivi Topo, specialforskare Anu Polvinen från Pensionsskyddscentralen, riksdagsledamot Lauri Lyly samt PIOs ordförande Raimo Ikonen.

Veckans tillställningar är öppna och gratis för alla.

Diskussionerna streamas och inspelningarna kan också ses på MTV Katsomo mtv.fi.

På Medborgartorget kan besökarna bekanta sig med olika samhälleliga organisationers verksamhet, så som medborgarorganisationer, partier och företag vid deras montrar.

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.

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.

UPPDATERAD BOULEHANDBOK

Handboken i boule är uppdaterad och kan beställas från kansliet, kansliet@spfpension.fi, tfn 040 578 04 15.

Handboken kan också laddas ner från förbundets webbplats, <https://spfpension.fi/ovrigt/publikationer/>

RES MED SPF

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

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

SENIORSKEPPET 2-4.10

Dags att boka höstens Seniorskepp!

Seniorskeppet 2–4 oktober är en inspirerande och underhållande kryssning med ett fullspäckt schema.

För den musikaliska underhållningen står populära dansbandet **Matz Bladhs**.

Seniorskeppet kommer lastat med dans, kör- och allsång under Håkan Wikmans ledning, line dance med Alf Skogster, motion och hälsa med Kitty Seppälä, IT, skönhet och mode, bingo, pidro och bridge med mera och inte minst god mat och dryck.

Priserna för Seniorskeppet:

250,-/person i 2-personers B-hytt utan fönster

265,-/person i 2-personers Promenade-hytt med fönster mot gågatan

285,-/person i 2-personers Seaside-hytt med fönster mot havet

40,- tillägg för singelhytt

Förfrågningar och anmälningar:

Verksamhetskoordinator Inger Holmberg: e-post inger.holmberg@spfpension.fi och telefon 040 595 29 92 eller anmälningar via SPF:s hemsida.

SYN- OCH HÖRSELSEMINARIUM 24.10 I VASA

Svenska pensionärsförbundet ordnar i samarbete med Svenska hörsselförbundet och Förbundet Finlands Svenska Synskadade ett Syn- och hörselseminarium 24.10 kl. 10.00-15.30 på Evangeliska folkhögskolan, Korsholmsplanaden 2 B i Vasa.

Detaljprogrammet är under planering.

Anmälan senast 10.10 till berit.dahlin@spfpension.fi eller tfn 040 578 02 48.

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 kallelse i God Tid nr 4.

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:

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:

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

POSTENS PRISER STIGER IGEN

Som en följd av Posti-koncernens prishöjningar, på 9,6 %, kommer priserna på brev och fakturor som skickas per post att stiga i Desky. Höjningarna träder i kraft den 7 juni 2023.

Vi gör allt vi kan för att hålla kostnaderna så låga som möjligt i Desky. Vi är dock tvungna att göra en prishöjning motsvarande 7,4 %. Priset på brev och fakturor som skickas per post kommer att stiga från 2,04 € till 2,19 €. I priset ingår automatisk postning, utskrift, kuvert och frankering.

Jämförelsevis kostar ett inrikes frimärke från Posti idag 2,30 €.

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.

SEMESTERSTÄNGT

Kansliet i Helsingfors är stängt 26.6–4.8.

Kansliet i Pargas är stängt 26.6–31.8.

Kansliet i Vasa, Ombudsmannen är på semester 3–23.7. Chefredaktören är på semester 26.6–28.7.

Trevlig sommar önskar

Svenska pensionärsförbundets personal