

# FÖRBUNDSNYTT

Mars 2019



## **Tack till alla som medverkat i PangSÅNGFesten**

Ett stort TACK till körsångarna, körledarna, dirigenterna, musikerna, artisterna, konferenciern, den tekniska personalen, bidragsgivarna, arbetsgruppens medlemmar Håkan Wikman, Benita Bärlund och Kristina Heikel, Furorna och alla frivilliga från Esbo svenska pensionärer, fotografen, publiken och till alla som satt ner tid och möda på PangSÅNGFesten 15-17.2.2019.

Den sångarglädje och goda stämning vi upplevde under dessa dagar sporrar oss till att göra PangSÅNGFesten till ett återkommande evenemang!

## **Förbundets motionskampanj kör igång!**

Svenska pensionärsförbundet ordnar en *motionskampanj* för sina medlemmar under tiden 1.4-31.5.

Alla former av motion räknas: promenader, stavgång, skidåkning, jogging, simning, vattenlöpning, vattengymnastik, cykling, motionscykling, bowling, boule, boccia, petanque, tennis, badminton, dans, gymnastik, konditionssal osv.

För varje 30 minuters prestation får man 1 poäng.

Klipp ur kupongen ur God Tid nr 3 eller ladda ner den från förbundets webbplats, [spfension.fi](http://spfension.fi) eller beställ den från förbundets kansli, [kansliet@spfension.fi](mailto:kansliet@spfension.fi) eller tfn 040 5780415.

Kupongen kan också hämtas direkt från förbundets kansli på Annegatan 25 A, vån 3 i Helsingfors.

Returnera den ifyllda blanketten till Svenska pensionärsförbundet, PB 129, 00101 Helsingfors senast den 7 juni.

Bland alla som returnerat kupongen utlottas en kryssning för två personer på SPF:s Seniorskepp 4-6.11.

De 20 mest aktiva motionärerna får motions- och hälsoprodukter.

För närmare information kontakta verksamhetsledare Berit Dahlin, [berit.dahlin@spfpension.fi](mailto:berit.dahlin@spfpension.fi), tfn 040 5780248.

### **Frågesportsfinalen**

Frågesportsfinalen går av stapeln 4.4 på Kåren, Tavastgatan 22 i Åbo. Finalen inleds med lunchbuffet i Argentina-salen kl. 11.15 och avslutas ca kl. 16.00.

Förbundsordförande Ole Norrback öppnar frågesportsfinalen och som frågesportsledare fungerar professor emeritus Göran Djupsund och som domare Jesper von Hertzen.

För underhållningen står Evergreen från Oravais.

Frågesportsfinalen filmas och sänds via Facebook, du kan se den live eller efteråt med dator, pekplatta eller smarttelefon.

Om du använder Facebook kan du gå in som du brukar och söka fram vår Facebooksida, tex. genom att skriva in ”Svenska pensionärsförbundet” i sökfältet markerat med ett förstoringsglas. När du kommer in på vår Facebooksida är sändningen högst upp bland inläggen på sidan.

Om du inte använder Facebook kan du gå via vår webbsajt på adressen [spfpension.fi](http://spfpension.fi), där finns instruktioner och en länk till sändningen.

På webbplatsen kommer också frågorna att publiceras då finalen börjar.

Meddela **senast 27.3** antal övriga deltagare/hejarklackar och önskemål om lunch/ev dieter till Berit Dahlin, tfn 040 5780248, [berit.dahlin@spfpension.fi](mailto:berit.dahlin@spfpension.fi)

### **Vårmetet 2019**

Svenska pensionärsförbundets vårmöte hålls 25.4.2019 på restaurang Red & Green, Närpesvägen 16, Närpes. På mötet behandlas stadgeenliga ärenden. Deltagaravgiften är 30 euro och förbundet fakturerar föreningarna efter mötet. Se kallelse i God Tid nr 3.

Föreningarna meddelar namnen på de befullmäktigade representanterna samt övriga deltagare senast 4.4 till kansliet, tfn 040 5780415 eller per e-post [kansliet@spfpension.fi](mailto:kansliet@spfpension.fi)

Vårmötet kan ses i direktsändning på förbundets webbplats.

Busstransport ordnas till vårmötet.

Wikströms buss 1 startar 24.4 från Västnyland och kör enligt följande tidtabell: Tenala kl. 11.30, Ekenäs busstation kl. 11.50, Karis busstation kl. 12.10, Ingå vägska kl. 12.30, Pickala ABC kl. 12.40, Kyrkslätt rampen kl. 12.50. Bussen är framme i Närpes ca kl. 18.30.

Wikströms buss 2 startar 25.4 från Kiasma kl. 5.45, paus i Humppila kl. 7.20-8.00, Björneborg ABC kl. 9.20 och är framme i Närpes ca kl. 11.00.

Busskostnaden är 20 euro per delegat.

### **Seminarium kring syn och hörsel 8.5.2019 i Jakobstad**

Kommittén för intressebevakning och påverkan ordnar seminariet Hörsel- och Synkompassen 8.5.2019 kl. 10.00-15.00 i Jakobstad i samarbete med Förbundet Finlands Svenska Synskadade och Svenska hörsselförbundet.

Programmet består av föreläsningar och information med bland annat följande medverkande:

Välkomstord, *Anita Ismark*, ordförande för SPF Österbotten

Forskning inom hörseln, öronläkare

Synhjärnskador, *Anne Ström*, neurosynpedagog

Framtidens hörhjälpmedel, *Dick Lundmark*, hörseltekniker

Framtiden inom synhjälpmedel, *Tommy Nyman*, it-stödperson

*Pehr Löv*, ordförande för kommittén för intressebevakning och påverkan, fungerar som moderator.

Platsen är Optima, Trädgårdsgatan 30, Jakobstad.

Anmälan med eventuella dieter senast 26.4 kl. 12.00 till verksamhetsledare Berit Dahlin, [berit.dahlin@spfpension.fi](mailto:berit.dahlin@spfpension.fi), tfn 040 5780248.

### **Föreningarnas kontaktuppgifter 2019**

Vi ber er vänligen meddela oss föreningens förtroendevalda genast efter föreningens årsmöte till Åsa Danielsson, [asa.danielsson@spfpension.fi](mailto:asa.danielsson@spfpension.fi)

Blanketten finns på [www.spfpension.fi](http://www.spfpension.fi). Det är viktigt att vi får styrelserna uppdaterade så snart som möjligt så att vi har rätta kontaktuppgifter för vår information.

### **IT-verksamhet**

Regionala it-träffar kommer att ordnas under våren och inbjudan skickas till it-kontaktpersoner och handledare samt publiceras i kalendern på [www.spfpension.fi/sv/kalender](http://www.spfpension.fi/sv/kalender)

Kompendiet Datorns ABC kan fortsättningsvis beställas för användning i föreningarnas it-verksamhet. Behöver ni hjälp med kurser och it-verksamhet i er förening eller om ni vill ha en it-föreläsning på något möte kan ni gärna kontakta it-koordinator [robert.riska@spfpension.fi](mailto:robert.riska@spfpension.fi) tfn 040 578 3207.

### **Medlemsregistret**

Medlemsregisterverkstäder ordnas vid behov under våren, kontakta verksamhetssekreterare Åsa Danielsson, [asa.danielsson@spfpension.fi](mailto:asa.danielsson@spfpension.fi), tfn 040 5783078 eller se på vår webbplats under [medlemsregister](#).

### **Årets pensionär**

I år är det pensionärerna som avgör vem som blir Årets pensionär. Valet sker i två omgångar. Pensionärsförbundets styrelse väljer i juni ut fem kandidater som därefter presenteras i God Tid nr 7 som utkommer 27.9. Vem av de fem som till slut blir Årets pensionär avgörs av God Tids läsare i en läsaromröstning.

Årets pensionär är en person som gjort betydande insatser för andra pensionärer och för samhället under sin tid som pensionär. Förslag med motiveringar sänds senast 30.4 till Svenska pensionärsförbundets kansli, PB 129, 00101 Helsingfors eller till [berit.dahlin@spfpension.fi](mailto:berit.dahlin@spfpension.fi). Personen behöver inte vara medlem i Svenska pensionärsförbundet.

## **Årets it-pensionär**

Svenska pensionärsförbundet utser Årets it-pensionär på höstmötet 2019. Till Årets it-pensionär utses en person som har gjort betydande insatser för föreningarnas it-verksamhet.

Skicka ditt förslag på en person som skulle vara förtjänt av utmärkelsen med motiveringar till [robert.riska@spfpension.fi](mailto:robert.riska@spfpension.fi) senast 30.9.

## **Österbottens Stormässa 6-7.4**

Svenska pensionärsförbundet är med på Österbottens Stormässa i Botniahallen i Korsholm 6-7.4. Välkommen till vår monter!

## **Förbundets Boulemästerskap 22.8.2019**

Förbundets Boulemästerskap ordnas 22.8 på Kalkholmen i Västanfjärd. Som lokal värd för mästerskapen står Västanfjärds pensionärsförening. Planeringen är i full gång och vi hoppas att så många föreningar som möjligt kommer att delta. För närmare information kontakta verksamhetsledaren, [berit.dahlin@spfpension.fi](mailto:berit.dahlin@spfpension.fi), tfn 040 5780248 eller Gunnar Ölander, ordförande för Västanfjärds pensionärsförening, [gunnar.v.olander@gmail.com](mailto:gunnar.v.olander@gmail.com), tfn 0400 932957.

## **Seniorskeppet 4-6.11.2019**

Hjärtligt välkommen med på Seniorskeppet 4-6.11.2019 – en inspirerande och underhållande kryssning med ett fullspäckat schema.

För den musikaliska underhållningen står Tommys dansorkester och Charles Plogman. För allsången och PANG-verkstad ansvarar Håkan Wikman.

Seniorskeppet kommer i år lastat med körsång, line dance och andra dansformer, bingo, pidro och bridge, vinprovning, yoga och andra motions- och avslappningsformer, IT, skönhet och mode, knåp och pyssel, läsning och litteratur, inspirerande föreläsningar, trafiksäkerhet, reseinfo och god mat och dryck.

Busstransporter ordnas.

Kasta loss med oss och boka er med på Seniorskeppet 2019!

För närmare info och förhandsbokningar, kontakta Inger Holmberg på Friman Resor, [inger.holmberg@frimanresor.fi](mailto:inger.holmberg@frimanresor.fi) tfn 050 5227665

### **Medlemsrekryteringstävlingen 2019**

Kriterierna för medlemsrekryteringstävlingen 2019 är följande:

#### Kriterium 1:

1 poäng för varje ny medlem

#### Kriterium 2:

För varje ½ procents ökning av medlemsantalet, ytterligare 1 poäng

Första pris är 500 euro, andra pris är 300 euro och tredje pris är 200 euro.

### **Individuell medlemsrekryteringstävling 2019**

Förbundet ordnar även en individuell medlemsrekryteringstävling år 2019. Poängräkningsgrunden är 1 poäng per värvad medlem.

Föreningarna meddelar om vem i föreningen som rekryterat flest medlemmar i samband med årsrapporten för år 2019.

Första pris är teater-/konsertbiljetter för 120 euro, andra pris är teater-/konsertbiljetter för 90 euro och tredje pris är teater-/konsertbiljetter för 60 euro.

### **Svenska pensionärsförbundets höstmöte 21.11**

Höstmötet ordnas 21.11 i Tammerfors på restaurang Valtatie 30.

Fullmaktsgranskningen inleds kl. 11.15, lunch serveras från kl. 11.30 och höstmötet börjar kl. 12.30. Höstmötet sänds direkt via förbundets webbplats och Facebook.

### **Enkel god vardagsmat för små hushåll**

Joan Granskogs nya kokbok, Enkel god vardagsmat för små hushåll, kan beställas från kansliet, [kansliet@spfpension.fi](mailto:kansliet@spfpension.fi), tfn 040 5780415 eller köpas på förbundets kansli i Helsingfors. Boken kostar 25 euro + porto och är en utmärkt present!

### **Stiftelsens gratulations- och kondoleansadresser**

Stiftelsens adresser finns på Stiftelsens hemsida [www.spfstiftelsen.fi](http://www.spfstiftelsen.fi). Kontakta kansliet, [kansliet@spfpension.fi](mailto:kansliet@spfpension.fi), tfn 040 5780415.

### **Administrativ koordinator**

Kristina Heikel är anställd som administrativ koordinator till och med 30.6. Kontaktuppgifter: [kristina.heikel@spfpension.fi](mailto:kristina.heikel@spfpension.fi), tfn 040 635 7685

*Hälsningar från Svenska pensionärsförbundets personal*