



## FÖRBUNDSNYTT

3.2.2023

### FÖRTROENDEVALDA ÅR 2023

Höstmötet 18.11.2022 valde Ulla-Maj Wideroos från Närpes till förbundsordförande för år 2023.

Kontaktuppgifter: [ulla-maj.wideroos@spfpension.fi](mailto:ulla-maj.wideroos@spfpension.fi), tfn 050 511 31 41.

Förbundsstyrelsen samlades till konstituerande möte 31.1 och valde Ulf Kjerin från Kyrkslätt till första vice ordförande och Pehr Löf från Jakobstad till andra vice ordförande.

Förbundsstyrelsen utsåg följande medlemmar till arbetsutskott, kommittéer samt skattmästare.

#### **Arbetsutskottet:**

Tina Johansson, Helsingfors, Ulf Kjerin, Kyrkslätt, Pehr Löf, Jakobstad och Mikael Reuter, Pargas. Göran Honga, Vasa och Henrik Winberg, Esbo valdes till adjungerade medlemmar. Förbundsordförande Ulla-Maj Wideroos fungerar som ordförande och verksamhetsledaren som sekreterare.

#### **It-kommittén:**

Ordförande Pehr Löf, Jakobstad, Anna Ehrnrooth, Kyrkslätt, Isa Forsbäck, Raseborg, Kaj Kankaanpää, Grankulla, Alice Lillas, Korsholm, Britta Malm, Närpes, Carl-Gustav Molander, Jakobstad, Esa Mäkelä, Kimitoön, Kerstin Ramström, Mariehamn och Ulf Wahlström, Helsingfors.  
It-koordinator Robert Riska fungerar som sekreterare.

#### **Kommittén för intressebevakning och påverkan:**

Ordförande Göran Honga, Vasa, Hans Blomberg, Sibbo, Gun Carlson, Finström, Marianne Falck, Helsingfors, Clara Kronqvist-Sundström, Pargas, Pehr Löf, Jakobstad, Kaj Sjöblom, Kyrkslätt och Wiveka Kauppila, Nådendal.  
Göran Honga fungerar som sekreterare.

### **Redaktionsrådet:**

Ordförande Gunilla Löfstedt-Söderholm, Grankulla, Marita Bagge, Vasa, Anita Ismark, Korsnäs, Kjell Hägglund, Esbo, Henrik Othman, Jakobstad, Kerstin Österman-Rosenqvist, Finström samt annonsansvariga Jonny Åstrand från Cj Center Kb.

Chefredaktör Markus West fungerar som sekreterare.

### **Resekommittén:**

Ordförande Tina Johansson, Helsingfors, Krister Blomander, Borgå, Ulla Grönvall-Streng, Jakobstad, Tom Laitinen, Sjundeå, Ole Norrback, Vasa, Siv Snabb, Esbo och Carl-Johan Storm, Kimitoön.

Verksamhetskoordinator Inger Holmberg fungerar som sekreterare.

Som **skattmästare** för år 2023 fungerar Henrik Winberg, Esbo.

Förbundsstyrelsens protokoll finns tillgängliga på förbundets webbplats, [www.spfpension.fi](http://www.spfpension.fi).

### **FÖRENINGARNAS KONTAKTUPPGIFTER 2023**

Vi ber er vänligen meddela oss föreningens förtroendevalda genast efter föreningens årsmöte till kansliet, [kansliet@spfpension.fi](mailto:kansliet@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.

Kom ihåg att också introducera nya förtroendevalda i hur ni hanterar personuppgifter och regelbundet se över er dokumentation. Mera information hittar ni på: <https://www.spfpension.fi/gdpr/>

### **FÖRENINGARNAS EGNA WEBBPLATSER 2023**

Uppdatera gärna era egna webbplatser så fort som möjligt med uppgifter om den nya styrelsen och kommande program!

Uppdatera även kontaktuppgifterna på era egna webbsidor och kom ihåg att även ställa in eventuella "Bli medlem"-formulär så rätt ansvarsperson får ansökningarna.

För nya webbansvariga finns instruktioner om webbplatsen samlade på förbundets webbplats: [https://spfpension.fi/sv/it/it\\_for\\_foreningar/webbplatser/](https://spfpension.fi/sv/it/it_for_foreningar/webbplatser/)

### **MEDLEMSANTAL PER 31.12.2022**

Medlemsantal per den 31.12.2022 är grunden för SPF:s medlemsavgift 2022. 31.12.2022 har vi kollat föreningarnas medlemsantal i Desky, om medlemsregistret ej var uppdaterat då, kontakta Åsa Andersson [asa.andersson@spfpension.fi](mailto:asa.andersson@spfpension.fi) eller 040 578 30 78.

### **MEDLEMSFAKTURERING VIA DESKY**

Det börjar bli dags att fakturera medlemsavgiften, instruktioner samt föreläsningen som Ant Simons från Webbhuset hållit hittar ni på vår webbsida [https://spfpension.fi/sv/it/it\\_for\\_foreningar/medlemsregister/](https://spfpension.fi/sv/it/it_for_foreningar/medlemsregister/)

### **SPF:S KALENDER 2023**

Det finns ännu kvar av förbundets kalender för 2023. Priset för kalendern är 12 euro med pärm och 10 euro utan pärm, för medlemsföreningarna 10 euro med pärm och 8 euro utan pärm. (postkostnad tillkommer). Kansliet i Helsingfors tar emot beställningar, [kansliet@spfpension.fi](mailto:kansliet@spfpension.fi), tfn 040 578 04 15.

### **ÅRSRAPPORT FÖR ÅR 2022**

Om ni inte ännu lämnat in den årliga statistiken från föreningarnas möten, evenemang mm. ber vi er göra det så fort som möjligt med formuläret på adressen <https://spfpension.fi/rapport/>. Alternativt kan en blankett laddas ner och skrivas ut via samma länk som ovan.

Kom ihåg att rapportera deltagarantal också för era digitala träffar i föreningen. Om ni saknar exakta siffror för något evenemang får ni hellre uppskatta än utelämna siffrorna.

Tack för att ni rapporterar statistiken! Förutom att vara ytterst viktig i samband med bidragsansökning och rapportering, ger siffrorna oss på förbundet en bra översikt över vad våra medlemsföreningar gör och hur det utvecklas från år till år.

## **IT**

Vi fortsätter med våra it-träffar på Zoom också i vår, du behöver inte anmäla dig utan bara följa Zoom-länkarna här nedanför (eller skriva in ID och lösenkod). Träffarna räcker ca en timme. Varannan gång (då det ingår ordet grunderna i rubriken) försöker vi ha en grundnivå där man inte behöver förkunskaper och varannan gång har vi ett mera avancerat tema där det kan vara bra att ha lite grundkunskaper i temat före deltagande.

Länkarna till Zoom-träffarna kommer också i kalendern på vår webbplats [spfpension.fi](http://spfpension.fi) samma dag som seminariet går av stapeln och seminarierna spelas in och kan också ses efteråt på Youtube ([spfpension](http://spfpension.fi)) och via webbplatsen.

Under våren kommer vi också att ordna träffar runt om i regionerna. Träffarna går av stapeln i mars och april och kommer snart finnas i vår kalender på webben. Till dessa regionala träffar skickar vi inbjudan per e-post och de kommer också upp i vår kalender på [spfpension.fi](http://spfpension.fi).

### **24.2.2023 kl. 13:00 Få mera ut av tangentbordet**

Vi tar en närmare titt på tangentborden både på dator och pekskärmar, vilka smarta funktioner, snabbtangenter och kortkommandon det finns samt hur man kan påverka det med inställningar.

<https://us06web.zoom.us/j/86877487816?pwd=Y2pYa2M0SWIZYIRmL0REWnk2L0Y5dz09>

Mötes-ID: 868 7748 7816

Lösenkod: 683505

### **17.3.2023 kl. 13:00 Grunderna i mac-dator**

Vi tar upp grunderna i mac som du som är nybörjare eller som tidigare bara använt Windows kommer igång. För handledare kan det vara bra att känna till grunderna om du hjälper någon som har mac.

<https://us06web.zoom.us/j/81447268524?pwd=WmZOUHh4a0VSUUIsUmJKV k5YNIg1Zz09>

Mötes-ID: 814 4726 8524

Lösenkod: 820152

### **31.3.2023 kl. 13:00 Hur lära sig mer inom it**

Vi delar med oss av våra bästa tips för att hållas uppdaterade inom it-världen, var kan man lära sig mer och få information om vad som är på gång.

<https://us06web.zoom.us/j/84061138917?pwd=YVVvTVNPNY0dGOENpSVNc3RRM2lGdz09>

Mötes-ID: 840 6113 8917

Lösenkod: 764361

### **14.4.2023 kl. 13:00 Grunderna i gratis alternativ till Office-programmen**

Det finns gratis alternativ till Microsofts Word, Excel och PowerPoint, vi presenterar de viktigaste alternativen och för och nackdelar med dem.

<https://us06web.zoom.us/j/84479542350?pwd=RkRjN3Y1VmdodlRlWTdNQ0hzOWFVUT09>

Mötes-ID: 844 7954 2350

Lösenkod: 184318

### **28.4.2023 kl. 13:00 Få mer ut av Excel**

Programmet Excel (eller gratisalternativen) används för att beräkna och analysera data. Man kan använda det i föreningen eller för privata ändamål, vi presenterar tips på hur du kan få mera ut av programmet genom att utföra automatiska beräkningar och funktioner.

<https://us06web.zoom.us/j/81072031629?pwd=LzVlVk55T1dvT09INHNFaVM4aTJmUT09>

Mötes-ID: 810 7203 1629

Lösenkod: 484629

### **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

## **NYTT PÅ IT-SIDORNA OM IT-VERKSAMHET**

Vi har bearbetat informationen om it-verksamheten som finns på våra it-sidor på adressen [https://spfpension.fi/it\\_for\\_seniorer/](https://spfpension.fi/it_for_seniorer/)

Vi hoppas att sidorna kan vara nyttiga för er som funderar på att börja med it-verksamhet i föreningen eller er som funderar på nya verksamhetsformer.

Exemplen och tipsen har it-kommittén utarbetat på basen av erfarenheter från föreningar och diskussioner i kommittén. Också om ni redan ordnar sådan verksamhet som beskrivs kan det finnas tips baserade på vad som fungerat och inte fungerat i andra föreningar.

## **DELTAGARE SÖKES**

Till vårt projekt finansierat av Stiftelsen Brummerska hemmet söker vi pensionärer som önskar bli digitala eller pröva på det, men anser att kostnaderna för utrustning och internetförbindelse är ett hinder. Deltagare från hela Svenskfinland välkomnas. Genom distansträffar lär sig deltagarna i projektet att använda en pekplatta. Projektet står för den utrustning och internetanslutning som behövs och alla deltagare får inledningsvis en personlig genomgång för att komma igång. För mera information och anmälan kontakta Andreas Höglund via e-post på [andreas.hoglund@spfpension.fi](mailto:andreas.hoglund@spfpension.fi) eller tfn 040 592 13 90.

## **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 hjälp med it-frågor och it-verksamhet i föreningen!

## **ÄLDRE RÅDSSEMINARIUM I VASA 22.3**

Svenska pensionärsförbundet ordnar Äldrerådsseminarium 22.3 på Yrkesakademin, Kungsgårdsvägen 30 i Vas

Kl. 9.30 **Kaffeservering**

Kl. 10.00 Seminariet öppnas av förbundsordförande Ulla-Maj Wideroos

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

Äldreomsorgen i det nya välfärdsområdet och äldrerådets roll.

Sofia Svartsjö, verksamhetsområdesdirektör för social- och hälsocentraler, Österbottens välfärdsområde.

Pia Vähäkangas, sektordirektör, äldre personer, Österbottens välfärdsområde.

Kommunens samarbete med organisationerna och välfärdsområdena i det hälso- och välfärdsfrämjande arbetet

Ulf Stenman, direktör för svenska enheten, Kommunförbundet.

Kl. 12.00 **LUNCH**

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

Henrik Sandberg, ordförande för välfärdsområdets äldreråd

Jenny Malmsten, kommundirektör i Malax

Anna-Greta Olsio-Tuisku, ordförande för äldrerådet i Närpes stad

**KAFFE** i samband med grupparbetena

Kl. 14.00 **Äldrerådets roll**

Grupparbeten och diskussioner

Kl. 15.30 **Sammanfattning**

Pehr Löv

Moderator: Pehr Löv, andra vice ordförande i Svenska pensionärsförbundet

Svenska pensionärsförbundet inbjuder äldrerådens medlemmar, 2 representanter från varje pensionärsförening i Österbotten samt övriga intresserade. Deltagaravgiften är 15 euro per person och inkluderar lunch och kaffe. SPF fakturerar föreningarna efter seminariet. Deltagarna står själva för resekostnaderna. Anmälan senast 8.3 via webbformuläret på förbundets hemsida, <https://spfpension.fi/sv/kalender/view-127359-99759> eller per e-post till verksamhetsledare Berit Dahlin, [berit.dahlin@spfpension.fi](mailto:berit.dahlin@spfpension.fi), tfn 040 578 02 48.

## **RES MED SPF**

### **Vårkryssning med Viking Grace 3–4.4**

Välkomna på SPF:s vårkryssning med Viking Grace – en dygnskryssning med avresa från Åbo 3.4 på kvällen och tillbaka följande kväll. Busstransport till och från Åbo ordnas från olika regioner.

Journalisten och musikern Kjell Ekholm tar oss med på en ”radioaktiv” kryssning – det blir radiominnen med Jan ”Rösten” Granberg, dans till musik av Hemma Hos Greta (Jannike Sandström, Niklas Rosström, Teddy Granroth, Uffe Enberg och Kjell Ekholm), musikfrågesport och annat underhållande och nyttigt program, god mat och trevlig samvaro.

Resans pris:

145 €/person i 2-personers hytt utan fönster

175 €/person i 2-personers hytt med fönster

Tillägg för enkelhytt 30 €

I resans pris ingår kryssning i vald hyttkategori, måltider och kaffe & bulle, program och underhållning.

21.3–4.4 och 12–20.4 Costa Brava

29.3 Jazzkryssning/Finlandssvensk danskryssning till Tallinn med Viking XPRS

2–12.5 Antikens Grekland och Aten

6–13.5 Blommor, Alper, vyer och Ligurien på Italienska

5–8.6 Vandrings längs S:t Olofs sjöled / Åbo – Åland/Eckerö



5–10.6 Astrid Lindgrens Småland och den heliga Birgittas Vadstena med  
Bernt ”Morre” Morelius  
6–9.7 Skärgårdsresa med besök på Jurmo Bokfest  
31.7–4.8 Höga Kusten  
September Sydnorge  
10–16.9 Ruska-resa till Ylläs  
Oktober Island  
Oktober Seniorskeppet  
November Må bra- och aktivitetsresa till Madeira med Kitty Seppälä  
November Historisk resa till Lützen

### **FRÅGESPORTSFINALEN 5.4**

Frågesportsfinalen går av stapeln 5.4 på Kåren, Tavastgatan 22 i Åbo. Finalen inleds med lunch kl. 11.15 och avslutas ca kl. 16.00.

Meddela **senast 24.3** antal övriga deltagare/hejarklackar och önskemål om lunch/ev dieter till Berit Dahlin, tfn 040 578 02 48, berit.dahlin@spfpension.fi

### **MEDLEMSREKRYTERINGSTÄVNINGEN 2023**

Kriterierna för medlemsrekryteringstävlingen 2023 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 MEDLEMSREKRYTERINGSTÄVNING 2023**

Förbundet ordnar även en individuell medlemsrekryteringstävling år 2023. Poängräkningsgrunden är 1 poäng per värvad medlem.

Föreningarna meddelar om vem i föreningen som rekryterat flest medlemmar i samband med årsrapporten för år 2023.

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.

## **SPÄNST I BENEN-KURSER 2023**

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

Kurserna är avsedda för gruppleddare och motionskompisar inom frivilligarbetet.

**21-23.2**                      **Musik- och rörelsekurs** – fullbokad/väntelista

**23-26.5**                      **Grundkurs**

**Kursplats**                      Lehmiranta, 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](mailto: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:** Tidpunkten för middagen fastslås senare.

**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](https://spfpension.fi/kalender) eller till verksamhetsledare Berit Dahlin, [berit.dahlin@spfpension.fi](mailto:berit.dahlin@spfpension.fi), tfn 040 578 02 48.

## **FÖRBUNDETS VÅRMÖTE 26.4**

Svenska pensionärsförbundets vårmöte hålls 26.4 kl. 13.15 på Mikaelsgården i Björneborg och på distans/Zoom. På mötet behandlas stadgeenliga ärenden. Deltagaravgiften är 30 euro och förbundet fakturerar föreningarna efter mötet. Se kallelse i God Tid nr 1.

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 28.2 till verksamhetsledaren, [berit.dahlin@spfpension.fi](mailto:berit.dahlin@spfpension.fi) eller per post till Svenska pensionärsförbundet, PB 129, 00101 Helsingfors.

## **GOD TID ÅR 2023**

God Tid utkommer 2023 med nio nummer.

Svenska pensionärsförbundet anlitar i år två distributörer för utdelningen av God Tid.

I Österbotten (utom Karleby) distribueras God Tid av PPP Finland, samma distributionsföretag som delar områdets lokaltidningar.

I Nyland, Åboland och övriga delar av landet är det fortsättningsvis statliga Posti som delar ut tidningen.

Bor du i Österbotten och blev utan tidning, kontakta **Åsa Andersson** tfn 040 578 30 78, e-post: [asa.andersson@spfpension.fi](mailto:asa.andersson@spfpension.fi) eller distributionsbolaget PPP Finland [distribution@dppp.fi](mailto:distribution@dppp.fi) 06-784 89 20.

## HJÄLP TILL ÄLDRE I UKRAINA

Som vi alla vet är det krig och vinter i Ukraina. Det finns många äldre som lider nöd, fryser och är hungriga och kan inte ta sig därifrån. De behöver hjälp där de är. Förbundets styrelse diskuterade hjälpbehovet i december och beslöt att ge våra medlemsföreningar och medlemmar en möjlighet att hjälpa Ukrainas äldre i mån av möjlighet och intresse. Via föreningen Kalyna och deras samarbete med Partioaitta kan man donera såväl kläder som mat i form av torrskaflningar. De garanterar att om vi märker våra donationer med **Kalyna Pensionär** så ser de till att de går till den äldre befolkningen. På det sättet kan vi seniorer hjälpa de äldre som lider svårt i vinter.

Föreningen Kalyna bildades i Österbotten, men tack vare samarbetet med Partioaitta kan de arbeta över hela landet. De samarbetar även med den ukrainska ambassaden. Man kan bekanta sig med Kalynas verksamhet via [www.kalyna.fi](http://www.kalyna.fi).

Uppgifter om insamlingsställen:

**Jakobstad:** Bottenviksvägen 31, Jakobstad. Öppet tisdag och torsdag, kl. 15-18, tfn 050 534 77 97.

**Korsholm:** Seniorpunkten/Folkhälsans hus, Niklasvägen 1, Smedsby tfn 050 348 10 73 samt vid Ostajan Onni, Agnesvägen 1, Korsholm.

**Malax:** Måndag-fredag 15.30-18.30. Ginstigen 137 C, Malax.

Frågor: Daria tfn 040 168 49 09.

**Nykarleby:** [Nykarlebud](#), Conradigatan 8, Nykarleby kl. 8-16.

Linda tfn 045 856 97 75.

**Närpes:** Närpes Kristina Center, Tegelbruksvägen 5, Närpes. Öppet måndag – fredag kl. 8-16. Frågor: Kim Lindedahl tfn 040 844 25 01.

**Oravais:** [St1 Oravais](#), Karlebyvägen 30, Oravais.

**Vasa:** [Röda Korsets hjälplager](#), (Ukrainarummet) Handelsplanaden 22.

Frågor: tfn 050 501 70 15. [Partioaitta](#), Hovrättsplanaden 16, Vasa.

**Vörå:** Vänskapscafé, Vöråvägen 2, Vörå. Öppet onsdag-söndag kl. 16-18.

**Övriga Finland:** [Partioaitta](#). (Helsingfors Georgsgatan, Esbo Sello och Iso Omena, Oulu, Tampereen Hämeenkatu, Jyväskylä, Kuopio, Turun Hansa ja Skanssi, Lahti, Vantaan Outlet, Rovaniemi och Vasa)

**Obs! När du lämnar din donation så meddela att det ska till KALYNA PENSIONÄR Ukraina.**

Det finns också möjlighet att ge pengar om man så önskar och då betalar man in till konto: Finland Ukraina Ostrobotnia Kalyna rf FI02 3131 1002 4184 77.

Märke: Pensionär (Insamlingstillstånd RA/2022/1665)

Förbundet ordnar alltså ingen centraliserad insamlingskampanj utan föreningarna kan arbeta lokalt och säkert i samarbete med andra som hjälper Ukraina.

## **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](http://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:

16–21.4.2023, sista ans.dag 26.2

21–26.5.2023, sista ans.dag 9.4

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:

3–8.4.2023, sista ans.dag 26.2

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](mailto:kansliet@spfpension.fi), tfn 040 578 04 15. Priset är 6 euro/pins.



## **NYA VACKRA HYLLNINGSDRESSER**

Stiftelsen har nu nya vackra hyllningsadresser! Bilder och övrig info om hyllnings- och kondoleansadresser finns på Stiftelsens hemsida [www.spfstiftelsen.fi](http://www.spfstiftelsen.fi).

Kontakta kansliet, [kansliet@spfpension.fi](mailto:kansliet@spfpension.fi), tfn 040 578 04 15.

## **FÖRBUNDETS KANSLI I HELSINGFORS**

Förbundets kansli i Helsingfors är öppet tisdagar och torsdagar kl. 10-14. Övriga tider enligt överenskommelse.

*Hälsningar från*

*Svenska pensionärsförbundets personal*