



FÖRBUNDSNYTT 27.10.2023

SPF:S KALENDER 2024

Nu är det dags att beställa förbundets kalender för 2024. Priset för kalendern är 12 euro med pärm och 10 euro utan pärm för enskilda personer, för medlemsföreningarna 10 euro med pärm och 8 euro utan pärm. Kansliet i Helsingfors tar emot beställningar, kansliet@spfpension.fi, tfn 040 578 04 15.

Kalendern är en utmärkt present eller julklapp!

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 7.

Handlingarna sänds vecka 44 per e-post till föreningens ordförande och de kan även laddas ner på SPF:s webbsida.

ANSÖKNINGAR TILL SVENSKA KULTURFONDEN/FÖRENINGSSTÖD

Ansökningstiden är 1-31.10.2023

Svenska kulturfonden möjliggör Föreningsstödet genom att bevilja en klumpsumma till Svenska pensionärsförbundet.

Svenska pensionärsförbundet tar emot ansökningar och tar beslut om bidrag och redovisar sedan till Kulturfonden hur bidraget har fördelats.

Föreningarna kan ansöka om föreningsstöd för:

Stimulering av verksamheten

Vänligen observera att föreningar som är medlemmar av Svenska pensionärsförbundet inte kan ansöka om bidrag direkt av Kulturfonden. Ansökningsformulär finns på <https://bidrag.spfpension.fi/foreningsstod/>

Mera info, verksamhetsledare Berit Dahlin, tfn 040 578 02 48,
berit.dahlin@spfpension.fi.

ANSÖKNINGAR TILL STIFTELSEN FÖR SVENSK PENSIONÄRSVERKSAMHET I FINLAND

Ansökningstiden är 1-31.10.2023

Föreningarna kan ansöka om bidrag från Stiftelsen för *uppsökande verksamhet inom föreningen och föreningens verksamhetsområde samt för skapande av guldkant i tillvaron för att motverka utanförskap och ensamhet.*

Stiftelsens ansökningsformulär finns på <https://spfstiftelsen.fi/start/ansokningar/>
Mera info, ombudsman Berit Dahlin, tfn 040 578 02 48,
berit.dahlin@spfpension.fi.

IT

Vi kommer att ordna **regionala it-handledarutbildningar i november och december**, vi skickar inbjudningar per e-post men alla utbildningar kommer också i vår kalender på adressen <https://spfpension.fi/sv/kalender/> an efter datumen klarnar. På programmet har vi en översikt över vad som är aktuellt inom datorer, plattor och telefoner samt inom it-handledning. Men det är även

en bra chans att träffa it-handledare från andra föreningar och utbyta erfarenheter sinsemellan.

Dessutom fortsätter **distansträffarna med it-teman**. Länken för att delta finns här nedanför och kommer också i kalendern på webbplatsen (länken kommer upp där samma förmiddag som träffen går av stapeln).

Du kan även se distansträffarna och tidigare träffar via Youtube-kanalen (spfpension) men de sänds inte live utan kommer upp när de textats och laddats till Youtube.

Onsdag 8.11 kl. 10:00 Motionsappar och klockor

Vi ser på denna träff närmare på hur du kan utnyttja din smarttelefon när du motionerar och vad en smartklocka kan tillföra.

[Klicka här för att ansluta till mötet](#)

Använd alternativt mötes-ID: 388 748 948 149 och lösenord: 2drKGB

Torsdag 30.11 kl. 10:00 Webbläsare och att surfa

Webbläsaren har funnits med länge nästan i sin nuvarande form, men troligtvis finns det ändå många funktioner och detaljer som du inte använder fullt ut, vi presenterar ett urval av dessa!

[Klicka här för att ansluta till mötet](#)

Använd alternativt mötes-ID: 357 351 765 51 och lösenord: ZaLbHr

Tisdag 12.12 kl. 10:00 Telefonens hjälpmedel

På telefonerna finns en hel del inbyggda hjälpmedel som kan göra livet lättare att se, höra och styra telefonen. Vi presenterar de vi tycker kan vara mest användbara för seniorer.

[Klicka här för att ansluta till mötet](#)

Använd alternativt mötes-ID: 381 793 600 699 och lösenord: tqNdXY

TA KONTAKT

Tveka inte att kontakta oss om ni behöver hjälp med it-frågor i föreningen. Ni hittar våra kontaktuppgifter på https://spfpension.fi/sv/kontakta_oss/

HÖSTENS MOTIONSKAMPANJ

Svenska pensionärsförbundet ordnar en *motionskampanj* för sina medlemmar under tiden 1.10-30.11.2023.

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

För varje 30 minuters prestation får man 1 poäng.

Klipp ur kupongen ur God Tid nr 6 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 04 15.

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 14.12.

Bland alla som returnerat kupongen utlottas ett överraskningspris!

De 10 mest aktiva motionärerna får överraskningspriser.

För närmare information kontakta verksamhetsledare Berit Dahlin, berit.dahlin@spfpension.fi, tfn 040 578 02 48.

ORDNA KURSER I SAMARBETE MED SVENSKA FOLKSKOLANS VÄNNER

Anmäl föreläsningar och annan verksamhet för medlemmar som kurser i samarbete med SFV! Kravet är minst en 45 minuters lektion och minst 7 deltagare. Kursbidraget är max 32 euro per lektion, förutsatt att utgifterna är det dubbla, annars hälften av de godkända kostnaderna. Om man är osäker på vilken verksamhet som kan ordnas i samarbete med SFV, kontakta Malin Ström, malin.strom@sfv.fi, 050 526 22 95.

Länk till SFV:s kursprogram Kurre; [Kurre - Startside \(sfv.fi\)](#)

SAMARBETE MED SVENSKA HÖRSELFÖRBUNDET

8.11 Zoom-föreläsning: Hörsel och digitalisering: En virtuell föreläsning om digitalisering i samband med hörselnedsättning ordnas 8.11 kl. 18 på Zoom. Som föreläsare fungerar audionomen Anna Lindbom. Föreläsningen skrivtolkas. Anmälan via [denna länk](#), eller till annica.wahrman@horsel.fi

29.11 Zoom-föreläsning: Livskvalitet och hörhjälpmedel: En virtuell föreläsning om Livskvalitet i samband med hörselnedsättning och hörhjälpmedel ordnas 29.11 kl. 18 på Zoom. Som föreläsare fungerar forskaren Minna Laakso. Föreläsningen skrivtolkas. Anmälan via denna [länk](#) eller till annica.wahrman@horsel.fi

PERSONALSITUATIONEN

Verksamhetsledare Berit Dahlin slutar 31.10.

Patrick Ragnäs, ombudsman för Österbotten, är t.f. verksamhetsledare under tiden 1.11-31.12.2023, patrick.ragnas@spfpension.fi, tfn 040 574 89 19.

Mona Lehtonen, ombudsman för Åboland, Björneborg och Tammerfors handhar uppgiften som verksamhetskoordinator i Nyland och förbundets reseverksamhet till och med 31.12.2023, mona.lehtonen@spfpension.fi, tfn 040 353 99 05.

It-stödperson Andreas Höglund slutar 30.11.

*Hälsningar från
Svenska pensionärsförbundets personal*