



## Kort och gott:

### REGIONAL FRÅGE- SPORTSUTTAGNING

Den Österbottniska uttagningen till förbundets frågesport i mars ordnas i Vasa, Formansgatan 14, onsdagen 12.2.2023 klockan 13.

VIPS får ställa upp två lag!  
Anmäl intresse eller kom med och delta i publiken!

### HAR VI DIN E-POST?

Vi har många medlemmar som inte har uppgett sin e-postadress till medlemsregistret. Desky är det system vi använder för bl.a. fakturering. Har du e-post så vill vi gärna få in den i vårt register. Kontakta Soli Nylund eller Ann-Sofi Røj-Lindberg.

### UNDERSTÖDANDE MEDLEMMAR

VIPS stadgar möjliggör nedsatt medlemsavgift för medlemmar, som sedan tidigare hör till någon annan SPF-förening. Kontakta ordförande om du vill veta mera (se sista sidan).

## 2025 ÄR ETT VALÅR!

*av Solveig Nylund*

Året som börjat kommer att bli intressant på många olika vis - både nationellt och internationellt. Här i Finland har vi både kommunalval och välfärdsområdesval i vår.

Kommunalvalet medför också att stadens äldreråd tillsätts på nytt och diskussioner förs om att göra mandatperioden för äldrerådet längre. Nuvarande "vipsare" i rådet är Solveig Nylund med Lisbeth Ingo som ersättare.

Välfärdsområdet skall få ny fullmäktige och styrelse och debatterna inför valet kommer säkert att kretsa också kring äldreboenden och de äldres vård och omsorg. Vi kommer kanske också att få en ny uppblående diskussion kring antalet välfärdsområden, vilket är en viktig fråga för oss här i Österbotten.

I dessa dagar har också ett förslag till reform av vårt pensionssystem offentliggjorts. Effekterna av reformen kommer knappast att bli jättestora för vår generation, men diskussionen kring reformen väntas bli livlig. Pensionstak, indexsystem, garantipensioner och skattesatser kommer att vädras. Pensionärsförbund, -föreningar och aktiva medlemmar kommer att behöva både synas och höras i debatten.

HÄR ÄNNU NÅGOT UR PIOs PUBLICERADE VALTESER.

## INBJUDNA FÖRELÄSARE UNDER VÅREN 2025

### *Melinda Backlund - 5.2*

Medicinsk tränare - berättar om artros och om vikten att röra sig och motionera, både för att motarbeta och leva med artros.

### *Ancha Kjerulf - 19.2*

Krisarbetare - berättar om beredskap inför kriser och hur man bemöter människor i kris och hanterar trauma efteråt.

### *Bertel Widjeskog - 5.3*

Pensionerad sportjournalist - berättar om sin passion för sport och minns episoder och minnesvärda upplevelser från sitt arbetsliv.

### *Rune Rönnqvist - 19.3*

Lokalforskare - berättar om ett ångfartyg, som i slutet av 1800-talet fastnade i isarna och i månader drev omkring i Kvarken innan besättningen kunde räddas.

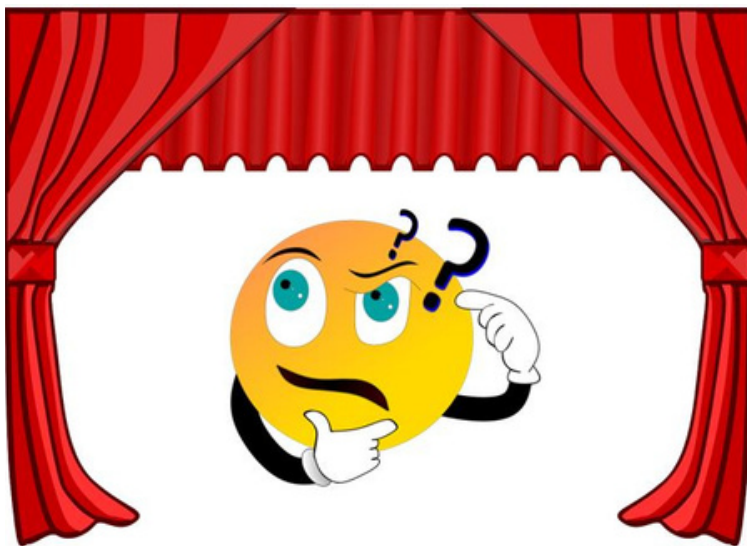
### *Lasse Backlund - 16.4*

Lokalhistoriker - berättar om sambandet mellan Vasa och Kristinestad under gångna tider.

### *N.N. - 14.5*

Bibliotekarie - tar oss med på en rundtur i biblioteket och presenterar bibliotekets mångsidiga utbud idag.

Övriga föreläsare utannonseras på webbsidan, på Facebook och i föreningsspalten i Vbl.



## VAD HÄNDER 2025 PÅ VIPS

Vårterminen 2025 i VIPS är fylld av aktiviteter. Förutom onsdagsträffarna kl. 12.30 - 15.00 på Formansgatan 14 har vi massor av aktiva grupper. Det händer något på VIPS nästan alla dagar!

På **måndagarna** spelar vi boule och löser it-problem. Under vintern spelar vi inomhus i festsalen kl. 9:30 varje vecka. Våra stödpersoner löser akuta it-problem på telefoner, plattor och datorer under VIPS IT-café varannan (jämn) vecka kl. 14-17 i andra våningens klubbbrum.

**Tisdagar** kan man både motionera och handarbeta. Kom med och vattenjuppa i simhallen kl. 12:30 med VIPS motionskompisar. Vi väljer själva juppprogram från dataskärmen. Och efter vattenjuppan hinner man bra dra andan och koppla av i trevligt sällskap på Formansgatan, då VIPS StickCafé träffas i klubbbrummet kl. 15-17. VIPS Musikanter övar också på måndagar - kl. 13-14:45 i Sockenstugan i Gamla Vasa)

**Onsdagen** börjar med seniordans 9:45 i festsalen och kl. 11 fortsätter VIPS Sångare och övar fram till kl. 12. Efter onsdagsträffen kan man stanna kvar och spela pidro!

**Torsdag** är en motionsdag! Kl. 10 startar stavgången från Fanny-huset och kl. 11 finns våra motionskompisar på plats då seniorgruppen på WasaMove tränar i gymmet på Mejerigatan.

Dessutom går vi på bio, teater och konserter ibland till rabatterat pris, reser tillsammans, deltar i frågesporter och andra regionala och nationella turneringar. Och om du inte i detta mångsidiga utbud hittar något som intresserar får du jättegärna komma med förslag till nya aktivitetsgrupper. Vi är öppna för nya idéer.

Alla våra grupper är öppna och välkomnar nya deltagare med i gemenskapen. Kontaktpersoner och -uppgifter till de olika grupperna hittar du på vår webbsida ([vasavips.spfpension.fi](http://vasavips.spfpension.fi)) under fliken Aktiviteter. Om du inte har tillgång till webben får du gärna ringa någon av oss i styrelsen så berättar vi mera.

Du får mycket nyttig information genom VIPS. Läs Föreningsspalten i Vbl. Vi finns också på Facebook. Och som medlem får du ju också pensionärsförbundets tidning GOD TID - 8 nummer i året!

## RESEKOORDINATORN / VÄRDINNAN PRESENTERAR SIG

av Gunlög Ingves



Jag kom med i VIPSFör ett par år sedan. Jag bekantade mig med föreningens verksamhet och tänkte att "det där ser ju intressant ut". Så blev jag tillfrågad om jag kunde hjälpa till med serveringen och på "den vägen är jag" nu.

Att vara aktiv i en förening ger många fina tillfällen att lära känna folk och få nya vänner. I VIPS hittade jag gamla vänner som jag inte sett på länge och jag har också blivit bekant med personer som jag inte tidigare kände.

När jag bekantade mig med VIPS veckoprogram hittade jag många olika grupper som man kan ta del av. Ännu har jag inte bekantat mig med alla grupper, men det ingår i min "skall-göra" lista.

I arbetslivet har jag sysslat med många olika saker. Vasa stad har varit min arbetsgivare och jag har jobbat med idrottsverksamhet, barn och ungdomar samt även inom den sociala sektorn.

Jag är också farmor och njuter av den tid som jag kan tillbringa med mina barn och barnbarn. Det blir ofta utevistelse med dem så Gerby-skogen känner vi bra med alla grillplatser och härliga skogsstigar.

## PENSIONÄRSRESORNA LOCKAR

av Gunlög Ingves och Soli Nylund

De populära pensionärsresorna inom landet och utomlands arrangeras av både av pensionärsförbundet och förbundets regioner samt av lokala föreningar.

VIPS egen "hemliga resa" lockar varje år en busslast med resenärer. Konceptet har länge varit samma: Resemålet hålls hemligt tills vi sitter i bussen.

Årets hemliga resa går av stapel 4.6 och det enda resekoordinator Fia Ingves vill säga i det här skedet är, att vi kommer att ha en bekväm buss, fina guider och vi kommer att beställa vackert väder!

Anmäl dig via webbsidan eller på någon av vårens onsdagsträffar.

I år har VIPS också planeringsansvaret för den sk. treföreningsresan, som vi varje år företar tillsammans med föreningarna i Korsholm och Kvevlax. HÄR ÄNNU KORT OM RESEMÅLET!

Regionens populäraste resor har i åratal varit resorna till Almunécar i Andalusien och SPA-resorna till Pärnu, men också andra reseml lockar många med från Österbotten.

Information om regionens resor hittar du på webbsidan [osterbotten.spfpension.fi/resor/](http://osterbotten.spfpension.fi/resor/)

Förbundets resekommitté ordnar också många resor. I vår går en resa till Berlin i månadskiftet mars-april. Må bra-resan till Kroatien i april är (tyvärr) redan fullbokad. Dessutom arrangeras en musikkryssning med swing, jazz och blues på Viking Cinderella 24-26.3 2025.

Närmare info om pensionärsresorna fås av Fia Ingves (se sista sidan för kontaktuppgifter)

## NYTT PÅ KOMMANDE - KOM MED OCH STARTA UPP

Vips ordnar också under 2025 medlemsträffar varje vecka och dessutom många aktivitetsgrupper som träffas regelbundet och veckovis. Det här är något vi är stolta över och vill fortsätta med.

I slutet av förra året ordnade vi en "brainstorming" för att knäcka idéer kring nya verksamhetsformer - aktiviteter som lockar med nya medlemmar och som ger VIPS ett litet lyft! Vi fick massor av nya idéer - allt från vin-, choko- och ölprovningar till skrivarklubb, pubcrawl, bio- och spelkvällar, gåfotboll, museibesök...

Vi har fått förstärkning till programkommittén och vi kommer att göra vårt yttersta för att förverkliga de fina idéerna. Om du tycker att något av de ovanstående aktiviteterna låter lockande, så kontakta någon i styrelsen och berätta att du vill vara med. Alla nya grupper står och faller med att/om vi hittar folk som brinner för saken och vill vara med och ordna.

Vi har ett fint team som ansvarar för kaffekokningen och serveringen under onsdagsträffarna, men det behövs flera i ringen, så att det inte blir betungande. Dessutom är det viktigt att vi har reserver att ta till om det kniper i fall av ohälsa eller resor. Hör av dig till Fia Ingves om du är intresserad av att komma med i vårt team.

Vi kommer också under våren att satsa på medlemsvärvning, träffar för nya medlemmar och effektivare marknadsföring av VIPS till pensionärer som ännu inte hittat oss. Dessutom vill vi erbjuda våra äldsta medlemmar, som inte längre orkar eller kan delta i olika aktiviteter, någon form av besöksverksamhet eller telefonkontakt.

Kom med och gör VIPS ännu mera attraktivt!



## STYRELSEMEDLEMMAR OCH FUNKTIONÄRER 2025

Vi har i år en ny styrelsemedlem och vi ser fram emot ett aktivt år. Du når oss direkt via kontaktuppgifterna nedan eller via VIPS e-postadress [pensionvips@gmail.com](mailto:pensionvips@gmail.com).

### Styrelsen 2025

**Solveig Nylund** (ordf)  
[solinylund@gmail.com](mailto:solinylund@gmail.com)  
050 564 8611

**Sinikka Hangasmäki** (sekr)  
[sinikka.hangasmaki@gmail.com](mailto:sinikka.hangasmaki@gmail.com)  
040 821 4419

**Gunilla Borgar** (viceordf)  
[gunilla.borgar@gmail.com](mailto:gunilla.borgar@gmail.com)  
050 585 6725

**Ann-Sofi Røj-Lindberg** (kassör)  
[ekonomi.vips@gmail.com](mailto:ekonomi.vips@gmail.com)  
045 271 9850

**Rose-Marie Dahlgren-Sand** (vicekassör)  
[rm.dahlgren@gmail.com](mailto:rm.dahlgren@gmail.com)  
050 339 6926

**Barbro Haavisto** (motionsansvarig)  
[barbro.haavisto@gmail.com](mailto:barbro.haavisto@gmail.com)  
050 535 5249

**Gunlög "Fia" Ingves** (huvudvärdinna och resekoordinator)  
[gunlog.ingves@gmail.com](mailto:gunlog.ingves@gmail.com)  
050 349 3385

Suppleanter i styrelsen:

**Göran Bobäck** (webbansvarig)  
**Daisy Kangasniemi** (suppleant)

Övriga funktionärer:

**Leo Norrgård**, huvudvärd  
050 514 2937

**Karin Sandqvist**,  
informationskoordinator  
[karin@wasatactus.fi](mailto:karin@wasatactus.fi)  
0400 252 958



## KARIN SKALL HJÄLPA OSS ATT NÅ UT TILL NYA MEDLEMMAR

*av Soli Nylund*

Karin Sandqvist är vår nya informationskoordinator som skall effektivisera och samordna vår information via olika kanaler, både till medlemmar och till seniorer som ännu inte är medlemmar.

Karin är filosofie magister i Musikvetenskap från Åbo Akademi. Hon har varit verksam som musikredaktör vid Finlands Rundradio och Sveriges Radio samt som journalist i dagstidningar i bägge länderna.

Karin har även undervisat i media, konst och musik, producerat skivor och nothäften samt medverkat i många musik- och bokprojekt.

Hon är också en passionerad vissångerska. Hon brukar sjunga för syskonbarnen och hennes senaste idé är att skriva brev och berätta för dem om hur annorlunda det var i deras föräldrars barndom.

Föräldrar har ju inte tid med sånt...

Vi ser fram emot att samarbeta med Karin så att vi kan synas och höras och locka nyblivna och äldre pensionärer med i våra led.

## BETALNINGAR TILL VIPS

Styrelsen har beslutat att hädanefter fakturera alla rese-, teater- och konsertbiljetter. Fakturan skickas som brev eller elektroniskt (e-post). Detta för att underlätta uppföljningen av inkomna betalningar. Vi kommer inte längre att ta emot kort- eller kontantbetalningar under bussresorna och endast i undantagsfall under onsdagsträffarna.

Det är också viktigt att du

- vid betalning via bank alltid använder det kontonummer och den referens som finns på fakturan
- vid kontant- eller kortbetalning på plats - ta med fakturan, så att vi får rätt referens på din betalning

Fakturorna för medlemsavgiften kommer att skickas ut i början av året. Medlemsavgiften för år 2025 är 25€.

Kaffebiljetterna kan även i fortsättningen betalas både med kort och kontant under träffarna.