

september 2024

- MEDLEMSBREV -

Vasa svenska pensionärsförening, VIPS



Kort och gott:

VIPS PÅ TEATER

VIPS erbjuder sina medlemmar teater- och konsertupplevelser till rabatterat pris. I höst ser vi musikalerna Cabaret på stadsteatern den 26.10 kl. 18 och i januari 2025 ser vi musikalerna Katriona som gästar Wasa Teater.

Anmälningar via webben, FB-sidan eller på medlemsträffarna.

NY IT-STÖDPERSON I ÖSTERBOTTEN

Svenska pensionärsförbundet har anställt en ny it-stödperson, Lukas Häger, som är stationerad i Vasa och som främst har Österbotten som verksamhetsområde. Läs mera på sidan 2.

DU KAN BETALA MED KORT PÅ VIPS

VIPS har skaffat en kortläsare, så man kan betala kaffe, teaterbiljetter och deltagande i resor med kort.

Kontanter duger naturligtvis också även i fortsättningen!

ÄLDRES BOENDEFRÅGA FRAMME HELA HÖSTEN

Välfärdsområdet i Österbotten publicerade i somras sin modell för gemenskapsboende. Socialvårdslagen definierar ramarna för de boendeformer som välfärdsområdena i Finland bör erbjuda sina äldre invånare. Enligt lagen ska de ordna gemenskapsboende i en tillgänglig och trygg boendeenhet som ett alternativ, då en äldre person känner sig ensam, otrygg och isolerad i sitt hem. I gemenskapsboendet skiljer man kostnaderna åt, så att man ingår ett separat hyresavtal för boendet och betalar separat för de tjänster man använder.

Serviceboende med heldygnsvård kvarstår som boendialternativ för personer som dagligen, oberoende av tid på dygnet, behöver fortlöpande vård och omsorg som det inte är möjligt att ordna som hemvård, närståendevård, familjevård eller på något annat sätt.

Gemenskapsboendet har ingen vårdpersonal, utan all service kommer från hemvården. Däremot ska boendena erbjuda gemensamma aktiviteter och fungera som ett övergångsboende mellan det egna hemmet och intensiv omsorg dygnet runt. Det finns ännu inga gemenskapsboenden i Österbotten, men man räknar med att de första invånarna skall kunna flytta in nästa år.

Styrelsen för SPF Österbotten diskuterade servicemodellen i somras och du kan läsa mera om saken i augustinumret av God Tid. Styrelsen noterar att gemenskapsboendet är en välkommen mellanboendeform, men uttrycker också oro över många frågetecken. För höga hyror, för att man kommer till gemenskapsboendet för sent för att kunna tillgodogöra sig den stimulans och aktivitet som erbjuds de boende. Frånvaron av nattpersonal väcker också oro och frågor. Gemenskapsboendet fyller en viktig funktion som sk. mellanboende och vi får hoppas att konceptet i praktiken blir fungerande, så som det utlovas på papper.

Pensionärsförbundet ordnar den 12.11 kl. 10-13 ett webinarium Bo tryggt och självständigt. VIPS försöker ordna ett gemensamt tillfälle att följa med webinariet, ifall intresse finns.

KOMMANDE PROGRAM PÅ MEDLEMSTRÄFFARNA

Äldre i trafiken

Den 9.10 får vi besök från Trafikskyddet och får höra om äldre i trafiken.

Kan pensionärer syssla med kampsport?

Den frågan svarar Peter Backa på då han besöker VIPS den 30.10 och berättar.

Teaterchef och författare

Den 27.11 får vi träffa Ann-Luise Berteel på VIPS.

Sång och musik

Hösten bjuder på ett rikligt utbud av sång och musik - allsångstillfällen, karaoke och gästande artister.

Info om

seniorrådgivningen 16.10

Diana Rosenlöf från Valfärdsområdet berättar om seniorrådgivningen och dess verksamhet.

Höstmöte 23.10

Kom med på mötet och påverka verksamheten nästa år. Eva-Lott Björklund uppträder efter mötet.

Och mycket annat...

... som frågesport, vinprovning, föreläsning om krishantering och traumaterapi.

Kolla programmen i kalendern på webbsidan, följ med föreningspalten på Vbl och VIPS på Facebook så vet du vad som händer



FÖRBUNDETS NYA IT-STÖD- PERSON LUKAS HÄGER GÄSTAR VIPS

Pensionärsförbundet har anställt en ny it-stödperson, Lukas Häger, som är stationerad här i Vasa. Jag fick häromdagen en liten pratstund med Lukas. Han berättade att han är 28 år, hemma från Nykarleby, men har bott i Vasa redan några år. Familjen består av flickvän, syskon och föräldrarna i Nykarleby.

Lukas främsta intresse - och hobby - är datorer, men han säger sig också tycka om att gå på vandringsleder, fiska och att umgås med familj och vänner.

- Jag upplever att mitt jobb blir extra roligt när jag får jobba med er äldre. Det sker en ständig utveckling i den digitala världen och alla är inte lika förberedda för de utmaningar som de får med sig. Att då kunna hjälpa och stöda pensionärsföreningarnas medlemmar med IT känns både meningsfullt och viktigt.

Vad tror du blir största utmaningen?:

- Med tanke på att IT är ett stort intresse för mig så behöver jag tänka extra på att prata om det lättförståeligt. Jag upplever att det kan vara klurigt ibland att förklara olika begrepp eller termer, men det viktigaste är att försöka förklara så alla får något ut av det.

- Att prata inför publik har jag inte gjort mycket i mitt liv heller, det känns utmanande och nervöst. Men det blir säkert lättare med tiden.

Vi kommer säkert att se Lukas här på VIPS i olika sammanhang, och första möjligheten att träffa honom är måndagen 14.10 kl. 14, då VIPS IT-café inleder höstens verksamhet. Lukas har lovat komma och berätta om säkerhet på nätet och hur man kan skydda sig och sin dator från intrång och bedrägerier.

IT-caféet är öppet under hösten varannan måndag (jämna veckor) kl. 14-16 uppe i klubbbrummet på andra våningen på Formansgatan 14. Vi fortsätter som tidigare med korta temaföreläsningar och akutmottagning. Hit kan du alltså komma med både små och stora problem och frågor gällande telefon, platta eller dator. Oss gamla, Göran Bobäck, Siv-Britt Höglund, Sinikka Hangasmäki, Bo-Henrik Eriksson och Soli Nylund, känner många av er från förr, och nu har vi också fått en ny kollega Tommy Dahlberg.

Deltagande i IT-caféet kräver ingen förhandsanmälan.
/Soli

VIPS EGEN FRÅGESPORT

Förbundets frågesport är i början av nästa år, men så länge vill vi ju inte vänta...

Därför ordnar vi en egen frågesport där alla kan delta och där vi kan plocka ut de duktigaste att representera VIPS nästa år i den regionala uttagningen och kanske till och med i finalen.

Kom med till VIPS 20.11 och testa dina kunskaper. Bruno Köhler har sammanställt frågorna och fungerar som domare.



RÅDGIVNING FÖR SENIORER I VASA

Känner du till Seniorrådgivningen och Boenderådgivningen? Vet du vilken service du kan få där?

Seniorrådgivningen erbjuder förebyggande hälsovårdsservice för 65+ seniorer, som inte har andra regelbundna vårdtjänster eller hemvård. Rådgivningen erbjuder hjälp och stöd i ärenden angående livsstil, välbefinnande, hälsa och funktionsförmåga, samt råd om hur man främjar sin egen hälsa, välbefinnande och en fungerande vardag. Man ordnar också gruppträffar för 70- och 80-åringar.

Seniorrådgivningen i Vasa har telefontid mån-fre, kl. 8.30–9.30
Tel. 040 099 2438 eller 040 186 2846

Kom till onsdagsträffen den 16.10 och lyssna då Diana Rosenlöf berättar mera om Seniorrådgivningen.

Vasa stads Boenderådgivning har två rådgivare, som hjälper och ger råd i ärenden som gäller boende och kan också stå till tjänst med information om förutseende boende då man åldras. Boendebehoven förändras då man åldras och det som fungerar idag kan vara en utmaning om några år.

Det är viktigt att hemmets funktionalitet och säkerhet underlättar att man kan bo och leva hemma självständigt så länge som möjligt.

Kontakta Tiina Udelius (040 1534134) eller Sanna Halonen (040 5162779) om du har frågor om boende. Vi hoppas också få dem att besöka VIPS under hösten.

Vips bokklubb fortsätter

Intresserad av böcker och läsning? Kom med i vår egen bokklubb. Vi har träffats en gång i höst 26.9 och pratade då om böcker vi läst under sommaren.

Bokklubben publicerar varje månad en lista på böcker som kommer att diskuteras på följande träff. Under oktoberträffen kommer vi att ägna oss åt japanska författare.

Anmäl intresse till 050 564 8611 eller pensionvips@gmail.com och följ med vår info i Vbl, Facebook och på webbsidan. Där hittar du också månadens boklista.

VIPS

MOTIONSVERKSAMHET UNDER HÖSTTERMINEN

av Barbro Haavisto och Soli Nylund

Motion och rörelse är viktigt för oss äldre och vi behöver träna både muskelstyrka, balans och spänst. VIPS motionskompisar har följande planer för hösten 2024

- **Gym-träning i seniorgrupp** på WasaMove torsdagar kl. 11 fortsätter också i höst. Minst en motionskompis finns på plats och hjälper vipsare till rätta. WasaMove bjuder på kaffe efter träningen, så då kan vi umgås och utbyta erfarenheter.
- **Utomhusträning** vid metviksstrandens utegym planeras starta om det finns tillräckligt intresse. Kontakta Barbro om du är intresserad.
- **Stigletarna** fortsätter som förut en gång i månaden så länge vädret tillåter, men byter dag från måndag till fredag. Starten skedde 13.9.
- **Stavgången** fortsätter torsdagar kl. 10 med start vid Fanny-huset.
- Du som är intresserad av **vattengymnastik** får sällskap i simhallen av Kaija och Soli på tisdagar kl. 12:30. Vi utnyttjar möjligheten att själv välja program via TV-skärmen och jumpa tillsammans.
- Om du är intresserad av **boule** så kom med må 14.10 kl. 9:30 och spela inomhusboule i festsalen.
- Dans och musik är också viktigt för kropp och knopp. VIPS erbjuder **seniordans** varje onsdag 10-11 i festsalen.

Alla medlemmar är välkomna att delta i motionsgrupperna - oberoende av kondition eller förhandskunskap.

Närmare info: Barbra Haavisto,
barbro.haavisto@gmail.com
050 535 5249
Följ också med annonseringen i Vbl, Facebook och vår webbsida

STYRELSEMEDLEMMAR OCH FUNKTIONÄRER 2024

Du når oss direkt via kontakt-uppgifterna nedan eller via VIPS e-postadress pensionvips@gmail.com.

Styrelsen 2024

Solveig Nylund (ordf) (reseteamet)
solinylund@gmail.com
050 564 8611

Sinikka Hangasmäki (sekr)
sinikka.hangasmaki@gmail.com
040 821 4419

Gunilla Borgar (viceordf)
gunilla.borgar@gmail.com
050 585 6725

Ann-Sofi Røj-Lindberg (kassör)
ann-sofi.roj-lindberg@abo.fi
050 5997724

Rose-Marie Dahlgren-Sand (vicekassör)
rm.dahlgren@gmail.com
050 339 6926

Stig-Gustav Forsbacka (reseteamet)
sgfossi@gmail.com
050 330 8287

Barbro Haavisto (motionskoordinator)
barbro.haavisto@gmail.com
050 535 5249

Lilian Norrgård (huvudvärdinna)
lilian.norrgard@gmail.com
050 593 1434

Suppleanter i styrelsen:
Göran Bobäck (webbansvarig)
Daisy Kangasniemi (körens koordinator)

Övriga funktionärer:

Gunnel Kylkis, medlemssekreterare
gkylkis@gmail.com
045 2719850

Leo Norrgård, huvudvärd
050 514 2937

Gunlög Ingves, reseteamet
050 349 3385
gunlog.ingves@vaasa.fi

Solveig Salpakoski, reseteamet
050 339 9649
solveig.salpakoski@gmail.com

VIPS FUNGERAR MED FRIVILLIGINSATSER - KANSKE DU OCKSÅ VILL HJÄLPA TILL?

VIPS är en mycket aktiv förening - jag brukar säga att vi skiljer oss från många andra pensionärsföreningar genom att vi har månadsmöten varje vecka...

Medlemsträffarna i festsalen på Formansgatan 14 är en viktig del av vardagen för många av oss. Vissa föreläsningar är mycket välbesökta, medan andra inte lockar lika många. Men det glada sorlet kring kaffeborden är alltid lika påtagligt. Det är roligt att komma ut och träffa nya och gamla bekanta.

Utöver onsdagsträffarna har vi många olika aktivitetsgrupper, vi ordnar kortare och längre medlemsresor och vi arrangerar teater- och konsertbesök med grupprabatt för medlemmarna.

All verksamhet genomförs med frivilliginsatser. Till vänster ser du våra styrelsemedlemmar och andra funktionärer, men vi behöver många fler händer för att få det att gå ihop.

- Vi behöver kaffekokare och serveringspersonal.
- Vi behöver ljudtekniskt kunniga personer som hjälper vid våra tillställningar.
- Vi behöver it-stödpersoner som hjälp vid vårt it-café.
- Vi behöver aktiva personer som drar motions- och aktivitetsgrupper, sammankallar och informerar.
- Vi behöver personer som skriver och informerar om våra aktiviteter.
- Vi behöver folk som inte är rädda för att ta i och ställer upp och möblerar om, flyttar bord och stolar vid våra träffar.
- Vi behöver ekonomikunniga personer.
- Vi behöver talare och inspiratörer, som ställer upp och berättar om sina intressen och hobbyn - allt från vinprovning till stickning och reseberättelser.
- Vi behöver underhållare, såna som spelar och sjunger.
- Vi behöver dig!

Trots att vi redan är ett stort och glatt gäng som jobbar för att VIPS skall fungera, välkomnar vi alltid nya aktiva med i gänget. Om vi är många blir frivilligarbetet aldrig betungande, utan endast roligt och givande.

Föreningens höstmöte blickar framåt och planerar för nästa år. Den 23.10 skall vi välja ordförande och styrelsemedlemmar för nästa period. Styrelseposterna besätts för två år i taget, så det blir omval eller nyval av hälften av styrelsemedlemmarna. Vi hoppas också på en lång lista med andra intresserade som vill ställa upp och jobba inom VIPS.

Enligt våra stadgar är föreningens uppgift att arbeta för sina medlemmars trivsel samt tillvarata och främja deras intressen. Medlemsenkäten i fjol visade att våra träffar och andra aktiviteter är jätteviktig och övertygade oss i styrelsen att fortsätta med träffarna varje vecka - trots att det är rätt arbetskrävande. Vi vill fortsätta arbeta för att motarbeta ensamhet.

Kom du också med! Anmäl intresse till mig eller någon annan i styrelsen och berätta vad du vill och kan göra!

Jag hoppas att vi också nästa år kan vara stolta och glada över att ha en aktiv och mångsidig verksamhet. Tillsammans.

Soli / VIPS ordförande