

Medlemsbrev nr 3/2019

Bästa medlem,

Sommaren gick och hösten är här. Det känns ganska ofattbart att året snart är slut. Vi presenterar här höstens program och ett axplock av vad som kommer att hända på våren

Men låt oss starta med att alldeles kort konstatera vad som händer omkring oss.

Klimatförändringen är väl ett faktum som vi får erkänna. Förändringen i naturen kan vi ju alla konstatera. Hårda vindar och orkaner blir allt vanligare och omkasten i väderleken allt mera överraskande .

Oron i världen växer. Handelskrig, brexit som lamslår England, demonstrationer och dödsskjutningar sker allt oftare, tyvärr och omotiverat.

Vi i Finland får ju ändå ännu leva ganska lugnt, vi får väl hoppas att händelsen i Borgå senast är en engångsföreteelse som inte upprepas. Orsak finns trots allt att vara medveten om att världen förändrats till det sämre.

Det stora omkring oss är nog social- och hälsovårdsreformen som ju den nya regeringen måste ro iland på sätt eller annat. Den påverkar ju oss alla på sätt eller annat. Ingen kan ju faktiskt ännu idag med facit i hand veta vad slutresultatet blir men klart är väl att ansvaret också i framtiden kommer att vila på vårt samhälle och inte på tredje sektorn.

Hur vi kommer att ha det i Nyland och Borgå är ju en öppen fråga men allting tyder ju på att Nyland delas i fem områden och att Östra Nyland med Borgå som ansvarskommun blir verklighet. Vårt kretssjukhus som en del av HNS bör ju kvarstå som en garanti.

För oss pensionärer och åldringar i allmänhet blir frågan om hur planeringen av den åldrande befolkningens vardag och välmående skall bli en konkret och ett praktiskt program. Äldreomsorgs lagen och övrig lagstiftning förutsätter att kommunen uppgör ett fungerande program som binder myndigheterna och kopplar tredje sektorns föreningar och aktörer att tillsammans åstadkomma ett nätverk som genomför det planerade programmet för perioden 2019-2023.

Programmet som skall godkännas stadsfullmäktige leds av en tväradministrativ arbetsgrupp som leds av Soili Partanen och vars övriga medlemmar är Hilka Piipponen, Susann Hartman, Hanna Linna-Varis, Petra Bärlund-Hämäläinen, Päivi Mäkimartti och Krister Lindman.

Hur ser då hösten ut i föreningen?

Höstens program är som vanligt mycket digert.

Med samkvämen som bas ordnas som vanligt teater- och konsertresor, utfärder i olika riktningar, föredrag och informationstillfällen, jullunch och samkväm med julsånger som allsångstema och mycket annat.

Förutom vår egen förenings verksamhet kommer naturligtvis äldre veckan med sitt program

som presenteras i en bilaga och ett informationstillfälle som går av stapeln den 16.9 i WSOY-husets auditorium och vars rubrik är "hur tryggar jag att min vilja blir respekterad"

Mellan tiden 10.9 och 10.10 lanserar Åldreinstitutet i Finland en kampanj med rubriken "gå ut med en åldring" och både i Gammelbacka och i Vårberga ordnas gratis stolfysiojumpa måndagar och onsdagar.

Utöver detta finns det en uppsjö med aktiviteter man kan vara med i, bl a digikurser som ordnas av såväl medborgarinstitutet som biblioteket. Var bara aktiv och gå med, det lönar sig.

Medlemsavgiften är ju en tråkig nödvändighet men ger möjlighet att delta i ett stort utbud verksamheter.

Nästa år får du en medlemsavgifts faktura med medlemsbrev nr 1.

Ännu en sak som lönar sig att notera

Efter några dag startar läkarföretaget **Nim-Med** sin verksamhet i Nimbushuset.

Följ med informationen i dagspressen och i annonser om saken och bekanta dej med stället

Det kanske lönar sig att söka information eller hjälp på ett ställe där varken prisnivån eller läkartiderna blir ett oöverstigligt problem.

Ha en skön höst i gott sällskap med pensionärerna!

Borgå den 4 september 2019

Björn Sundqvist, ordförande

Verksamhetsplan hösten 2019

Borgå svenska pensionärsförening r.f.

Mera information finns på vår webbsida:
www.borga.spfpension.fi

Samkvämen hålls kl. 12.30 på Svenska församlingshemmet, Runebergsgatan 24, i regel varannan torsdag udda veckor.

Datum	V	Vad	
SEPTEMBER TOR 12	37	SAMKVÄM	Margareta Jämbäck presenterar Louis Sparre
SEPTEMBER ONS 18 och 25	38	Utfärd till Helsingfors	Vi besöker centrumbiblioteket Ode och konstmuseet HAM Fullsatt , men kontakta Kerstin, tel. 040 588 2609 om ev. annulleringar. För busstider, se resesidan.
SEPTEMBER TOR 26	39	SAMKVÄM	Temat är vår hörsel Juhani Sjöström från Svenska hörselskadade i Borgånejden rf.
OKTOBER TOR 3	40	Trivselklubben	Besök i Zsar outlet-by i Vaalimaa Anm. fr. 12.9 men sen. 25.9 till Tua Lindberg-Selén, tel. 0400 800 037. Pris: 16 € . Busstider: fr. Vårberga kl. 9.15 , fr. Äppelbacken kl. 9.20 , fr. Fredsgatan kl. 9.30
OKTOBER SÖN-SÖN 6-13	41	Äldre veckan	Årets tema är " Gardera dig för ålderdomen " Inledningsfest 6.10 kl. 15-17 på Grand med festtal av Mikaela Nylander.
OKTOBER TOR 10	41	SAMKVÄM	Dragspelsklubben underhåller oss
OKTOBER TOR 17	42	Distriktets höstmöte	Distriktets höstmöte hålls på Solbacka i Isnäs kl. 13 Anm. till Krister Blomander, tel. 040 514 8096 från 26.9 , sen. 3.10 . Pris: 15 € , betalas i bussen
OKTOBER SÖN 20	42	Distriktets kyrkogång	Östra distriktets kyrkogång i Pyttis kl. 12.00 Anmälningar senast 11.10 till Gunnel Majander. Pris: 15 € , inkl. buss, betalas i bussen.
OKTOBER TOR 24	43	SAMKVÄM	Temat är " Framtida boendemodeller för äldre "
OKTOBER TOR 31	44	Trivselklubben	Besök i Borgå gymnasiums bibliotek. Kl. 12.30 . Stefan Hagman guidar. Anm. till Gia Mellin-Kranck, tel. 040 543 7801 eller e-post gia.mellin-kranck@hotmail.com Max. 20 personer.
NOVEMBER MÅN-ONS 4-6	45	Seniorskeppet	Vi kastar loss till Stockholm på en kryssning fylld med underhållning och trevliga pensionärer Anm. till Kerstin Blomqvist, tel. 040 588 2609 senast 1.10 . Se mera info på vår webbsida och resesidan.
NOVEMBER TOR 7	45	SAMKVÄM	Föreningens höstmöte och minnesstund med Ann-Britt Hedman
NOVEMBER SÖN 10	45	Teater i Ingå	Mauno Koivisto - Täckters president Anm. fr. 9.9 till Gunnel Majander, tel. 040 778 0808. Sista anm- och betaldag 30.9 . Pris: 50 € inkl. bussavgift . Eftermiddagsföreläsning
NOVEMBER TOR 14	46	Trivselklubben	Lunch på Sakura - asiatisk mat och sushi. Kl. 12.30 Ingen förhandsanmälan. Kontaktperson: Lindberg-Selén, tel. 0400 800 037.
NOVEMBER ONS 20	47	SAMKVÄM OBS veckodagen!	Keramikkonstnär Åsa Hellman presenterar Karin Hellman - konstnär och pionjär
NOVEMBER LÖR 23	47	Svenska Teatern	En hejdlös skrattfest " The play that goes wrong " Eftermiddagsföreläsning. Anm. till Kerstin Blomqvist, tel. 040 588 2609, senast 10.10 . Pris: 45 € . Busstider, se resesidan.
NOVEMBER TOR 28	48	Trivselklubben	Jul i Holmska gården. Föreläsning av Hannele Tenhovuori. Museets julutställning. Kl. 12.30 . Anm. Till Gia Mellin-Kranck, tel. 040 543 7801 eller e-post: gia.mellin-kranck@hotmail.com Pris: 6 € (gratis med museikortet). Max 25 personer.
DECEMBER ONS 4	49	SAMKVÄM	Vi sjunger julsånger Allsången leds av Tua Lindberg-Selén och Ingmar Karlsson
DECEMBER TOR 5	49	Julkonsert i Lahtis	Valkeaa joulua . Tuliset tenorit ja suloiset sopraanot på Sibeliushuset i Lahtis FULLSATT! Kontaktperson Tua Lindberg-Selén, tel. 0400 800 037. Se vår webbsida för mera info. Bussen avgår: Vårberga kl. 16.55 , Äppelbacken kl. 17.00 , Fredsgatan kl. 17.10
DECEMBER TOR 12	50	Julfest	Vi firar julfesten på restaurant Iris Anmälningar fr. 24.10 till Ann-Britt Hedman.

KOMMANDE PROGRAM UNDER 2020 med anmälningstiden börjande 2019

JANUARI MÅN 13	3	Svenska Teatern	Gruppen FORK's show Chapter 1: The End Anm. fr. 17.9.2019 till Kerstin Blomqvist, tel 040 588 2609. Sista anm- och betaldag 16.12.2019 . Pris: 67 € inklusive buss.
MAJ LÖR 9	19	Svenska Teatern	Pappan av Florian Zeller med Askö Sarkola som pappan. Anm. fr. 17.9.2019 till Kerstin Blomqvist, tel 040 588 2609. Sista anm- och betaldag 1.4.2020 . Pris: 40 € inklusive buss. Dagsföreläsning
AUGUSTI FRE 7	32	Hamina Tattoo	Miltärmusikfestivalen i Fredrikshamn 2020 Anm. fr. 10.10.2019 till Tua Lindberg-Selén, tel. 0400 800 037. Sista anm- och betaldag för 1. raten (45 €) är 11.12.2019 . Andra raten (54 €) betalas senast 15.7.2020

BETALNINGSPÅGIFTER

Medlemsavgiften betalas till konto **FI82 4050 1050 0172 42**
 Resor och teater betalas till konto **FI63 4050 1020 2027 91**

Aktia HELSFIHH
Aktia HELSFIHH

Medlemsavgiften år 2019 är 20,00 €

Smågruppsverksamhet

Korthajarna	Varje måndag och fredag kl. 9.00-13.00		Gunnel Majander
Mysgympa	Varannan torsdag kl. 13.00-14.00 jämna veckor, 19.9 - 28.11.2019	Äppelbacken, rum Silva el. Melba	Urda Lindberg tel. 040 729 0691
Samtalscafé	Varannan onsdag kl. 13.00-15.00 jämna veckor, 18.9 - 27.11.2019	Äppelbacken, rum Silva	Stina Lähde tel. 040 510 7604
Vattengympa	Varje måndag 5.8 - 25.11.2019 kl. 14.30-15.30 Pris: 4,50 €	Äppelbacken Kontakt: Gunnel Majander	Stina Särkkä, tel. 0400 405 685
Boccia	Varje fredag kl. 12.00 -14.00	Kokonhallen	Bror-Erik Ekstam tel. 0400 904 382
Trivselklubben	Programmet finns i programtablån		Gia Mellin-Kranck
Balanskola	Onsdagar, kl. 13.00-14.30 Måndagar, kl. 9.00- 10.30	Kantelehuset, Vårberga Borgmästargatan 14	Borgå stad
Idrottshallen	Mån, tis, tor kl. 15.00-16.30	Konditionssalträning	Borgå stad
Bokcirkeln	9.9, 7.10, 11.11, 2.12. kl. 13.30-14.30	Äppelbacken, rum Melba	Christine Huusko tel. 040 553 3022
Seniorbio	Första onsdagen varje månad	Bio Rex, kl. 15.00	Pris: 8,00 € kaffe ingår

Styrelsen 2019

Namn	Adress	Telefon	E-post
Björn Sundqvist Ordförande	Jackarbygatan 18, 06100 Borgå	0400 444 393	bjorn.e.sundqvist@gmail.com
Ingmar Karlsson Viceordförande	Söderveckoskivägen 780, 07130 Andersböle	0400 494 255	ingmar.karlsson@pp.inet.fi
Ann-Britt Hedman Sekreterare	Borgmästargatan 4 B 30, 06100 Borgå	0400 679 812	linneahdmn2@gmail.com
Ros-Mari Aartila Kassör	Knipvägen 7, 06100 Borgå	040 824 4212	rosi.aartila@gmail.com
Kerstin Blomqvist Resekoordinator	Forsbygatan 4, 06100 Borgå	040 588 2609	kerstin.blomqvist2@gmail.com
Tua Lindberg-Selén	Alexandersgatan 6 B 28, 06100 Borgå	0400 800 037	tlselen@gmail.com
Krister Blomander	Rådmansgatan 2 A 3, 06100 Borgå	040 514 8096	krister@kokonniemi.fi
Gunnel Majander	Martavägen 6-14, 06100 Borgå	040 778 0808	gunnel.majander@gmail.com
Gia Mellin-Kranck	Ågatan 59, 06100 Borgå	040 543 7801	gia.mellin-kranck@hotmail.com

Utanför styrelsen

Christer Jämsén It-handledare	Jackarbyvägen 256, 06200 Borgå	045 260 6700	christer.jamsen@gmail.com (hembesök 10,00 €)
Asta Jämsén Resebetalingar Klippbok	Jackarbyvägen 256, 06200 Borgå	040 730 6829	asta.jamsen@gmail.com



Resor och teater hösten 2019

18.9 Utfärd till Helsingfors 1 – det nya centrumbiblioteket Ode och konstmuséet Ham i gamla Tennispalatset. Lunch i Ode och eftermiddagskaffe i Musikhuset. Buss: Vårberga 7.45 (Sampovägens hållplats vid köpcentret), Äppelbacken 7.50 och Fredsgatan 8.00 (turisthållplatsen vid stadshuset).

25.9 Utfärd till Helsingfors 2 med samma program som utfärd nr 1. Buss: Vårberga 7.45, Äppelbacken 7.50, Fredsg. 8.00. Bägge resorna fullsatta, men kolla annulleringar med Kerstin Blomqvist 040-588 2609.

3.10 Utfärd till Zsar outlet-byn i Vaalimaa. Anm. **senast 25.9** till Tua Lindberg-Selén 0400-800037. Pris 16 e. Buss: Vårberga 9.15, Äppelbacken 9.20, Fredsgatan 9.30.

17.10 Distriktets höstmöte på Solbacka i Isnäs. Pris 15 e inkl. buss. Anmälan **senast 3.10** t. Krister Blomander 040-514 8096. Kontant betalning i bussen.

20.10 Distriktets kyrkogång i Pyttis kyrka. Pris 15 e inkl. buss betalas i bussen. Anm. **senast 11.10** t. Gunnel Majander 040-778 0808.

4-6.11 Seniorskeppet till Stockholm. Anmälan t. Kerstin Blomqvist 040-588 2609 **senast 1.10**. Mera information i God Tid eller på vår hemsida. Frimans resor meddelar om busstider och busspris.

10.11 Mauno Koivisto – Täckters president. Eftermiddagsföreställning i Ingbohed i Täckter, Ingå. Anmälan från 9.9 Gunnel Majander 040-778 0808. Pris 50 e inkl. buss. **Sista anm. och bet.dag 30.9.**

23.11 The play that goes wrong – en sprudlande komedi kl. 16 på Svenska Teatern. Sista anm. och bet. **10.10**, pris 45 e inkl. buss. Kerstin Blomqvist 040-588 2609. Buss: Vårberga 14.05, Äppelbacken 14.10, Fredsgatan 14.20.

5.12 Julkonsert i Lahtis – Valkeaa joulua. Fullsatt. Kontaktperson Tua Lindberg-Selén 0400-800 037.

På kommande under 2020 men med anmälan redan hösten 2019.

13.1 2020 Gruppen FORK:s show Chapter 1: The End på Svenska Teatern. Pris 67 e inkl.buss. Anmälan från **17.9** till Kerstin Blomqvist 040-588 2609. Sista anm. och bet.dag **16.12.2019**. Showen börjar 18.00.

9.5.2020 Pappan med Asko Sarkola i huvudrollen. Dagsföreställning på Svenska Teaterns Amos-scen. Pris 40 e inkl. buss. Anmälan från **17.9** till Kerstin Blomqvist 040-588 2609. Sista anm. och bet.dag **1.4.2020**.

7.8.2020 Hamina Tattoo – militärmusikfest i Fredrikshamn. Anmälan från **10.10** Tua Lindberg-Selén 0400-800 037. **Sista anm. och bet.dag för 1 raten 45 e 11.12.2019.** 2 raten 54 e betalas senast **15.7.2020**.

Allmänt nödnummer: 112

Räddningsverket: 020 1111 400

HÄLSOVÅRD

HÄLSOSTATIONERNA

Gemensam tidsbeställning
och bedömning av vårdbehovet
tel. 019 520 4351, mån-fre 8–16

Brådskande mottagning på **Näse verksamhetsställe**
från måndag till torsdag kl. 8–17,
fredagar och helgaftnar kl. 8–16

Om du blir akut sjuk, kan du komma utan tidsbeställning

Ring Jourhjälp innan du besöker Borgå sjukhus
jourmottagning. Telefon 116 117 (0 €)

Jourhjälp ger rådgivning och bedömer din situation via
telefon

**Jourmottagningen på Borgå sjukhus är tillgänglig 24 h i
dygnet**

och erbjuder tjänster för patienter som har insjuknat plötsligt
och behöver brådskande hjälp

Anhörig förfrågningar tel. 019 548 2551

TANDLÄKARJOUR

Jouren för munhälsovård fungerar vardagar under
tjänstetid vid tandklinik i Näse. Tidsbeställning tel. 019
520 4330.

Kvällar, veckoslut och söckenhelger

Attendo Hammasläkari, tel. 044 494 3198

MINNESPOLIKLINIK

Minnespoliklinikens uppgift är att undersöka, handleda och
vårda Borgåbor som är över 65 år och som har
minnesstörningar.

Minneskoordinator Tanja Ek, tel. 0400 946 445

Minnesskötare Anna-Lena Lindelöf-Rask, tel. 040 358 7434

Ringtid måndag-torsdag kl. 8–9

GIFTINFORMATIONSCENTRALEN

Öppet 24 timmar i dygnet

Tel. 0800 147 111 eller 09 471 977

MINNESLOTSEN

Stöd, information och verksamhet för demenssjuka och för
deras närstående. Brunngatan 13 C, Borgå

Minneshandledare Henrietta Janhonen, tel. 044 765 5566

BORGÅ STADS TJÄNSTER

RODRET

erbjuder en heltäckande **servicerådgivning för äldre**.
Ring eller kom på besök utan tidsbeställning!

Äppelbackens servicecenter, Tullportsgatan 4
Öppet mån-fre kl. 9–15, tel. 040 676 1414

KOMPASSEN

ger råd och hjälper i ärenden som anknyter till stadens
tjänster. Öppet mån-fre kl. 9–16, Krämaretorget B,
tel. 020 69 2250.

SOCIALOMBUDSMAN

Socialombudsman Pamela Stenberg
Mån - tors kl. 9 - 12, tel. 044 729 7987

SERVICELINJEN I BORGÅ

Tjänsten är i första hand avsedd för rörelsehindrade och
äldre.

Telefonnumret till servicelinjen är 040 483 8838

Trafikant är Oy Kaj Forsblom Ab

VUXENSOCIALARBETETS jourtelefon, 019 520 3400, vardagar kl. 9 - 15, WSOY-huset

ÖVRIGT

Svenska Hörselskadade i Borgånejden rf

Juhani Sjöström, ordförande, tel. 040 531 4701
Eyolf Karlsson, rådgivning, tel. 040 717 0891

FOLKHÄLSANS KVARTERSKLUBB I BORGÅ

För äldre generationer ordnas bl.a. minnesträning,
hälsosamtal, balans- och styrkeövningar till musik

Sofia Eriksson, tel. 044 788 1094, Alexandersbågen 12 B

BEHÖVER DU HJÄLP MED DAGLIGA SYSSLOR?

Hemtjänsten är främst riktad till seniorer med låg inkomst i Borgåregionen. Anlitande av hemtjänst förutsätter personmedlemskap i en av Borgå Föreningscentrals medlemsföreningar och att klienten inte har möjlighet att köpa ifrågavarande tjänst av en företagare.

Du kan beställa tjänsten vardagar kl 10-13, tel 044 777 0282, **Borgå Föreningscentral rf**
Tjänstens pris är 8,00 €/påbörjad timme + kilometerersättning 0,45 €/km + ev parkeringsavgift