

NYHETSREVUE ♦ FRÅN ÖSTERBOTTEN 3/2010

Landskapsföreningens vårmöte

OBS! Nytt datum. Vårmetet hålls torsdag **8.4.2010, kl. 18.30** vid Folkhälsans hus, Niklasvägen 1 i Smedsby. Servering från kl.18. Förutom stadgeenliga ärenden får vi också ta del av resultatet från imagekartläggningen om Folkhälsan med informationschef Camilla Westerlund. Anmälan om deltagande bör göras till Folkhälsans kansli senast 31.3 på tfn 320 6000 eller osterbotten@folkhalasan.fi.

Redovisning av erhållna bidrag

Blanketter för redovisning av erhållna verksamhets- och projektbidrag samt Brita Maria Renlund bidrag 2009 har skickats ut till kassören i alla lokalföreningar. Returnera tillsammans med bokslutet till org.sekr. De som ännu inte skickat in verksamhetsberättelsen och styrelsens kontaktpuppgifter ombedes göra det på samma gång.

Stressa Rätt – föreläsning

Hur kan man hantera stressen på bästa sätt? Svar på denna evighetsfråga hoppas vi att med.dr. Dan Hasson kan ge måndag **29.3.2010 kl. 9-12** i Academill, Vasa. Deltagaravgiften är 40 euro (inkl. Kaffe/te + smörgås). Föreläsningen arrangeras i samarbete med SSC. Mera information finns i bilagan eller kontakta Anna-Lena Blusi.

Gemensam träff för lokalföreningarna i Korsholm och Vasa

Styrelserna i lokalföreningarna i Vasa och Korsholm samlas till gemensam träff **31.3.2010 kl. 18** i Folkhälsans hus i Smedsby. Anmäl om deltagande ifall ni inte redan gjort det till: annette.sandelin@folkhalasan.fi. Skild inbjudan har gått ut.

Majblomsbeställningen in

Kom ihåg att lämna in era majblomsbeställningar ifall ni inte redan gjort det till annika.hoglund@folkhalasan.fi.

Kimo skola –vinnare i Rörelsekvarten i Österbotten

Rörelsekvarten är en motionskampanj för lågstadieskolor som arrangerats av Folkhälsans förbund i Åboland i många år. Under oktober månad ska eleverna röra på sig så mycket som möjligt på rasterna. Klasserna 1-3 tävlar om en äventyrsdag på naturens villkor och klasserna 4-6 tävlar om en äventyrsdag med övernattnig.



För första gången ordnades Rörelsekvarten detta läsår i Österbotten. Många skolor deltog. Vinnare är Kimo skola årskurs 1-3 och Kimo skola årskurs 4-6! I maj kommer skolan att få sitt pris. Då kommer vi från Folkhälsan och tar dem med ut på ett minnesvärt äventyr.



Personalförändringar

Maria Lingonblad har kommit tillbaka från sin moderskapsledighet och fortsätter jobba med mobbningsförebyggande på andra stadiet.

Bli Folkhälsan-föreningens hälsoinspiratör!

Ännu finns det chans att komma med på Hälsoinspiratörskurs **27.3 i Jakobstad** eller **10.4 i Korsholm**. Senast *den 22 mars* behöver vi anmälningarna till Östanlid-kursen. Under kursen kommer vi att diskutera bl.a. kring hälsofrämjande synsätt, livsstil, hälsobeteende och vad är en Folkhälsan Hälsoinspiratör. För att det hälsofrämjande synsättet skall spridas inom hela Folkhälsan organisationen är det bra om man skickar åtminstone en representant från föreningen. Det är inget krav att gå vidare och utbilda sig till aktivitetsledare efter genomgången Hälsoinspiratörskurs. Mera information i bilagan med förra nyhetsbrevet eller kontakta Anna-Lena Blusi.

Folkhälsans motionskampanj "Hälsotrampet" 3.5 – 6.6.2010

Nu är det dags för Folkhälsan att röra på sig igen! Den 3 maj kör cykelkampanjen



"Hälsotrampet" igång. Kampanjen riktar sig till alla inom Folkhälsan organisationen, såväl medlemmar, personal som klienter. Det finns inga åldersgränser och att cykla på motionscykel inomhus går lika bra som vanlig cykling utomhus.

I Hälsotrampet samlas poäng där 1 poäng motsvarar 15 minuter cykling. Alla börjar vi som "klavértrampare" och vartefter poängen stiger får vi nya benämningar. Lyckas vi under kampanjen cykla ihop 50 poäng (=Hälsotrampare) deltar man i utlottningen av en cykel. Också andra fina priser lottas ut bland samtliga deltagare.

Poäng kan registreras på Hälsotrampets egen hemsida, det kommer att finnas länk från www.folkhalsan.fi, eller på en papperskupong, som kommer med nästa Folkhälsantidning. Blir ni inspirerade att ordna cykeljippo i er förening under kampanjtiden, hör gärna av er så kan jag synliggöra det på kampanjens webbsida.

Snart har snön smält och vägarna är bara igen. Så förbered dig på att börja samla poäng i Hälsotrampet!

Vill du veta mera – kontakta Anna-Lena Blusi

Simningen informerar mars

Lämna in information om era sommarsimskolor så snart simskolorna är planerade, så hjälper jag till att lägga ut infon på webben. Lämna även ändå in blanketten för anmälan om simskola *senast 23.4.*

Sommarens simskolemateriel kan beställas via mig. Beställningsblanketten bifogas och bör lämnas in *senast 23.4.*

Simombudsträffar

Träffarna ordnas på tre orter, *anmäl dig* till den ort som passar dig bäst.

Torsdag **6.5** kl.18-20.15 i Folkhälsans utrymme i **Närpes**

Måndag **10.5** kl.18-20.15 vid Östanlid i **Jakobstad**

Tisdag **11.5** kl.18-20.15 i Folkhälsans hus i **Korsholm**

Lekledarutbildning

Tid: **8.6.2010, kl.10-16**

Plats: Folkhälsans Hus i Korsholm

Pris: 30 €

Anmälan: *senast 25.5.2010*

Obligatorisk simlärarfortbildning

Tid: **25.5** i **Närpes** Simhall, **27.5** i **Vasa**

Simhall och **10.6** i **Jakobstad** Simhall kl.16-21

Pris: Gratis för Folkhälsans simlärare

Anmälan: *senast en vecka innan respektive fortbildningstillfälle*

Obs! Tillfället är **obligatoriskt**, simlärare som inte kommer på fortbildningen och visar att de kan rädda från vatten får inte anställas inkommande sommar!!

För anmälan och förfrågningar, ring Anna Fröding 044 788 6034 *måndag, tisdag och fredag* eller maila till

anna.froding@folkhalsan.fi. Skicka in

blanketter till Folkhälsans Förbund/
Simkoordinatören, Storalånggatan 60, 65100
Vasa.

Tidigt stöd i föräldraskapet - seminarium

Ett seminarium om tidigt stöd i föräldraskapet och i den tidiga interaktionen ordnas **13.4.2010 kl. 9-15.30** i Helsingfors. Se bilagan för mera information. Anmälan till malin.vonkoskull@folkhalsan.fi

Föräldraskapet främst- Gruppleddarutbildning

Obs! Nya datum för utbildningen. Folkhälsan har utarbetat ett program som stöd för det tidiga föräldraskapet. För dig som arbetar med föräldrar, familjer och småbarn erbjuds nu i Österbotten en tvådelad gruppleddarutbildning med två dagar (**18-19.5**) och fortsättning (**31.8-**

1.9). Mer information finns i bilagan eller fås av malin.vonkoskull@folkhal-san.fi.

Trappan-utbildning

Trappan-utbildning **18-19.5** i Helsingfors för personer som arbetar med barn som har erfarenhet av våld inom familjen. Skriftlig ansökan till asa.carlsson@folkhal-san.fi *senast 15.4*. Mer info i bilagan.

Hela Hälsan –estetik, miljö och hälsa

Hela hälsan dagarna hålls i år **24-26.9.2010** i Mariehamn på Åland. Dagarna riktar sig till lokalföreningsaktiva och representanter för våra frivilliga nätverk och skall fungera som inspirations och informationsdagar. Temat för

dagarna är estetik, miljö och hälsa. Vi tar oss till Åland med skärgårdsfärjorna och övernattnin- g sker på hotell Arkipelag. Anmälan bör göras *före 18.6* till annika.hoglund@folkhal-san.fi eller tfn 09-315 5613. Mera information hittar ni i bilagan.



Ordspråket:

Leendet är en sympatisk rynka som slätar ut de andra.

Christian Kjellerup

Vi fortsätter att presentera Landskapsföreningens styrelse och den här gången är det Kerstin Berg som står i tur.



Kerstin Berg

Namn: Kerstin Berg

Hemort: Närpes

Jag kom med i Fh för att: 1982 på hösten blev jag ombedd att komma med i Folkhälsan i Närpes som ordförande

Tre ord som jag förknippar med Folkhälsan: Folkhälsans grundvärden: kompetens-omsorg-engagemang

Mitt bästa Folkhälsan minne: Den inspirerande gemenskapen på t.ex Hela Hälsan-dagar

Mitt bästa motionstips: Ut och cykla när det blir vår! - jag fick en ny cykel av mina arbetskamrater när jag blev pensionär i höstas

Min hälsning till alla Folkhälsan aktiva: Vi har en viktig uppgift också som samhällspåverkare, och vi har förmånen att få vara med i en livskraftig organisation som gör det möjligt för oss att få arbeta hälsofrämjande på alla plan.

