

## NYHETSBRÄV ÅLAND 06/2011

### Info för styrelseaktiva

#### Lokalföreningarnas Rådslag lördag den 11.02.2012

Varmt välkomna alla styrelsemedlemmar och suppleanter i våra lokalföreningar till en gemensam träff och inspirationsdag lördag den 11.02.2012.

Med anledning av Folkhälsan på Ålands 90-års jubileum nästa år så börjar vi senare på dagen och avslutar med gemensam middag.

Separat inbjudan kommer efter jul och nyårsfirandet!

#### 90-års jubileumsfest lördag den 24.03.2012

Vi firar Folkhälsan på Ålands 90-års jubileum nästa år!

Inledningsvis firar vi Rådslag i jubiléets tecken och den stora jubileumsfesten går av stapeln lördag den 24.3. Inbjudan kommer senare.

#### Förtjänstecken

I samband med vår jubileumsfest finns det möjlighet att premiera personer som varit med länge i verksamheten. Silvermärket kan ges efter tio aktiva år, och guldtecknet kan ges efter ytterligare sju år. Anhållan kan skickas till Ann-Katrin senast den 31 januari som för den vidare till Samfundet.



#### Lucialotter och märken

Om ni ännu inte har redovisat er lott och märkesförsäljning, vänligen hör av er så fort som möjligt till Ann-Katrin per e-post: [ann-katrin.morn@folkhal-san.ax](mailto:ann-katrin.morn@folkhal-san.ax) eller tfn 12431. Jag vill också få namnet på er bästa försäljare. Försäljningen verkar ha gått riktigt bra för de flesta även i år, återkommer med en sammanställning lite senare. Framför gärna era tankar och idéer kring försäljningen, så kan vi ta upp det vid luciakommitténs utvärdering efter kampanjens slut.

#### Folkhälsans kalender 2012

Försäljningen av Folkhälsans kalender är i full gång. Fortsätt gärna er försäljning ända fram till sista mars, men Helena vill gärna ha en redovisning på försäljningen per 31.12.2011 så hon på basis av denna redovisning kan fakturera er lokalföreningar. Ni kan meddela antalet till Helena per e-post: [helena.kihlberg@folkhal-san.ax](mailto:helena.kihlberg@folkhal-san.ax) eller tfn 17433.

#### Föreningarnas extranät på webben

Nu har föreningarnas databank uppdaterats.

Ni hittar bla idéer på verksamheter, tips på marknadsföringskanaler, dokumentmallar, info om Folkhälsans olycksfallsförsäkring som gäller alla föreningar mm. Läs och välj de bitar som berör just er verksamhet! Hör av er till Ann-Katrin om det är något ni saknar på sidorna.

Allt material hittar du på [www.folkhal-san.fi/foreningsstod](http://www.folkhal-san.fi/foreningsstod).

## **Modellstadgar**

De nya modellstadgarna är godkända av Patent-och registerstyrelsen. De finns nu insatta på föreningarnas extranät på webben under dokumentmallar. Om ni har föråldrade stadgar i er förening kanske det är hög tid att uppdatera dem.

## **Sker det förändringar i styrelsesammansättningen för år 2012?**

Vi behöver veta vem som sitter på vilka poster i föreningens styrelse, så rätt person får rätt information. Om styrelsesammansättningen är densamma som ifjol, meddela också det. Blankett för ändamålet finns på [www.folkhalsan.fi/foreningsstod](http://www.folkhalsan.fi/foreningsstod). Blanketten finns även bifogad.

## **Ändringar till Patent-och registerstyrelsen PRH**

Om namntecknarna ändras (dvs ordf, viceordf, sekr, kassör) eller ni har godkänt nya stadgar (och de blivit ok:ade av Förbundet) ska ni meddela detta till PRH. Blanketter och information om detta hittar ni på [www.prh.fi/sv](http://www.prh.fi/sv).

## **15 års åldersgräns för Folkhälsan medlemskap**

Folkhälsans förbunds ledningsgrupp rekommenderar starkt en åldersgräns på 15 år för medlemskap i Folkhälsan föreningarna. Få föreningar har i dag barn inskrivna som medlemmar, men de som har det vill vi ändra på förfarandet och skriva in barnets ena förälder istället.

Detta eftersom vi vill att våra medlemmar själva ska ha valt sitt medlemskap, och man kan inte anse att ett barn har valt det. Dessutom har personer under 15 år enligt föreningslagen inte rösträtt på föreningsmöten.

Det kommer att införas en spärr i medlemsregistret, varmed det inte blir möjligt att föra in personer under 15 år. Födelsedatum är redan nu obligatorisk information om någon skriver in sig via webben, och vi hoppas att ni också ber in den informationen i samband med att ni tar emot anmälningar vid evenemang. Om ni har frågor om spärren, vänligen vänd er till Bertil Nordin per e-post: [bertil.nordin@folkhalsan.ax](mailto:bertil.nordin@folkhalsan.ax) eller tfn 17431.

## **Aktuell information vid löneutbetalningar**

Mer information fås av Annette per e-post: [annette.lindblom@folkhalsan.ax](mailto:annette.lindblom@folkhalsan.ax) eller tfn 17432. Se bilaga.

## **Allmän info**

### **Gilla Folkhälsan på Åland på facebook**

Vill du veta vad som är på G inom Folkhälsan på Åland?

Är du föreningsaktiv och vill ha en kanal att berätta åt ännu fler om er verksamhet?

Vill du kommentera och ge feedback?

Gå in och gilla Folkhälsan på Ålands facebookside på adressen [www.facebook.com/FolkhalsanAland](http://www.facebook.com/FolkhalsanAland)

### **Boka Allaktivitetshusets utrymmen på nätet!**

Nu kan vem som helst boka sina utrymmen i Allaktivitetshuset på [www.folkhalsan.ax/boka](http://www.folkhalsan.ax/boka).

Ni kan gå in och se när det finns lediga tider och boka dem, dock inte seriebokningar och rabatterade bokningar.

Det enda som krävs som ny bokare är att man första gången registrerar sig som användare.

Det nya bokningssystemet lanseras med ett vintererbjudande!  
Vid frågor eller tilläggsinformation, ring Niclas Forsström, tfn 12201. Se bilaga.

## **Simmet informerar**

### **Simlärare sökes till sommarsimskolorna!**

Känner du eller din lokala Folkhälsan förening någon som skulle bli en bra simlärare? Tipsa honom/henne om simlärarutbildningen nedan och kanske har er simskola sedan er "egna" duktiga simlärare ett eller flera år framöver! Ifall lokalföreningen är villig att investera lite i utbildningen kanske ni har er lokala simlärare och behöver inte skaffa bostad åt "nya" simlärare utifrån. Då det är Folkhälsan på Åland som anställer simlärarna behöver ni kontakta oss, Bodil eller Tina, så att vi är införstådda i detta. För ansökan om simlärarjobb vid sommarsimskolorna kontakta simlärare Bodil Dahlén eller Tina Björk per telefon 16 102 eller e-post [bodil.dahlen@folkhal-san.ax](mailto:bodil.dahlen@folkhal-san.ax) eller [tina.bjork@folkhal-san.ax](mailto:tina.bjork@folkhal-san.ax)

### **Simlärarutbildningen 2012**

Varje sommar anordnar Folkhälsan 170 simskolor varav ungefär ett 30-tal på Åland. Under höst- och vårterminerna bedriver Folkhälsan simundervisning dagtid för daghemmen och skolorna på Åland. Många föreningar har också simundervisning kvällstid för barn- och ungdomar i simbassängerna runt om på Åland och behovet av simlärare är stort.

Folkhälsan på Åland arrangerar i samarbete med Ålands Bildningsförbund simlärarutbildning under våren och sommaren 2012.

Tid: Del 1: 30.3-1.4, Del 2 & 3: 11-15.6 2012

Plats: Mariehamn, Åland.

Pris: 300 €

Krav: Simkunnig och fyllda 18 år under detta år, i mån av lediga platser kan även yngre deltagare beaktas.

Anmälan: Senast den 2.3 till Folkhälsan på Åland per telefon 16 102 eller e-post [bodil.dahlen@folkhal-san.ax](mailto:bodil.dahlen@folkhal-san.ax) eller hemsidan [www.folkhal-san.fi/sim](http://www.folkhal-san.fi/sim)

Totalt uppgår kursen till 100 timmar, varav 60 timmar är närstudier och 40 timmar distansstudier.

Kursens prestationskrav:

- \* godkända undervisningsövningar
- \* godkända distansuppgifter
- \* dykning efter 2 föremål från 4 m djup, ett föremål i taget
- \* transport av nödställd med och utan hjälpmedel
- \* hopp med huvudet före från 1m samt fötterna före från 3 m
- \* godkända prov i simteknik (bröstsimm, ryggsimm och crawl)
- \* godkänt skriftligt prov

Efter avslutad och godkänd kurs är simläraren behörig att fungera som ansvarig simlärare.

För mer information om kursinnehållet eller simlärarjobb inom Folkhälsan kontakta Bodil Dahlén per telefon 16 102 eller e-post [bodil.dahlen@folkhal-san.ax](mailto:bodil.dahlen@folkhal-san.ax)

### **Vill du jobba som lekledare vid Folkhälsans sommarsimskolor?**

Som lekledare är du simlärarens assistent, du leder lekarna på land och hjälper till med simundervisningen i vattnet. Du bör vara 15 år fyllda och tycka om att jobba utomhus med barn. Kontakta den lokalförening där du vill jobba, kontaktuppgifter finns på

Folkhälsans hemsida [www.folkhalsan.fi](http://www.folkhalsan.fi) . T.ex. om du vill jobba vid en simskola i Lemland så kontaktar du lokalföreningen i Lemland. Det kan vara många sökande så hör av dig i god tid!

### **Lekledarutbildningen 2012**

Lekledarutbildningen är för dig som ska jobba som lekledare under sommarens simskolor, i mån av plats kan även andra intresserade delta i kursen. De anställda lekledarna får inbjudan till kursen under våren.

Tid: 18-19.6 2012

Plats: Mariehamn

Pris: 30 €

För anmälan och mer information kontakta simlärare Bodil Dahlén eller Tina Björk per telefon 16 102 eller e-post [bodil.dahlen@folkhalsan.ax](mailto:bodil.dahlen@folkhalsan.ax) eller [tina.bjork@folkhalsan.ax](mailto:tina.bjork@folkhalsan.ax)

### **Ungdomsarbetaren informerar**

Under våren 2012 kommer **två nya aktiviteter att erbjudas till ungdomar**; Aqua bike som är en form av vattenträning och Move your body som är en danskurs för 12-14 åringar. Mer info kommer i tidningarna i januari.

Angående **tjej- och killgruppsverksamheten** så är planen att ordna ett utbildningstillfälle under våren för att eventuellt kunna starta upp flera grupper i Folkhälsans regi. Inget datum är spikat ännu men lokalföreningarna får gärna ha det bakom örat och gärna höra av sig om det i kommunerna finns intresserade personer som skulle vilja bli gruppleddare.

**Garaget** som finns i Jomala är en plats dit ungdomar i åldern 14-21 kan komma och mecka på sina bilar eller mopeder. Verksamheten är öppen för alla åländska ungdomar och verksamheten sker under ledning av vuxna. Genom åren har Garaget blivit ett uppskattat inslag i utbudet av aktiviteter för de unga. Bilgruppen är fullbelagd men i moppegruppen (som riktar sig till de yngre) finns nu utrymme för flera deltagare. Mer info om Garaget finns på facebook (sök på Ungdomsverkstan Garaget) eller ges av ungdomsarbetaren på Folkhälsan.

Till sist vill jag uppmärksamma en verksamhet som kallas **"Farfar- i- skolan"**. Detta går ut på att en äldre person, man eller kvinna, på frivillig basis, deltar i skolan en eller ett par dagar i veckan. Tanken är att den äldre kan finnas till som en extra resursperson som kan hjälpa till med att öva högläsning, knyta skridskor, hålla handen vid promenader, hjälpa till på slöjden etc. De som verkar som skolfarfar/skolmormor skall inte fungera som lärare eller assistenter, utan endast som en trygg vuxen person. Det har visat sig att verksamheten är bra för att skapa förståelse över generationsklyftor samt att närvaron av vuxna personer i skolan motverkar mobbning. För tillfället är 9 personer verksamma som medfostrare i olika skolor, men vi är jättegglada om det finns intresse för att utöka verksamheten. Kontakta ungdomsarbetaren för mera info eller intresseförfrågan.

Vi hoppas att det blir tjejgruppsledarutbildning den 31.1-1.2, men datumet är ännu preliminärt. Ni får gärna höra av er till mig så fort som möjligt om det i kommunerna finns intresserade av att delta.

Linda nås per e-post: [linda.willfors@folkhalsan.ax](mailto:linda.willfors@folkhalsan.ax) eller tfn 17439, 040 83 75 777.

## Matprat i Mariehamn 27-28.01.2012

Är du intresserad av kostfrågor och vill få självkänsla att prata mat i en grupp? Då kan tvådagarskursen i Matprat vara något för dig. Syftet med kursen är att sprida Folkhälsans syn på vad en hälsofrämjande kost är.

Sista anmälningsdag är 20.1. Mer information och anmälan till

[linda.hongisto@folkhalsan.fi](mailto:linda.hongisto@folkhalsan.fi) eller till [susanna.strandback@folkhalsan.fi](mailto:susanna.strandback@folkhalsan.fi). Se bilaga.



## Grattis Sottunga!

Folkhälsan i Sottunga tog hem segern i höstens motionskampanj Hälsostegen!

Första priset i Hälsostegen-tävlingen var ett valfritt upplevelseprogram med Folkhälsan inslag.

Under 30 dagar räknade 1 448 personer sina steg och försökte nå målet på 10 000 steg per dag.

Stort Tack till alla föreningar och medlemmar som aktivt engagerat sig i Hälsostegen!

Vi hade flera åländska föreningar med på 20-topplistan. Se bilaga.



## Har du varit sommarbarn eller har din familj varit värdfamilj via Folkhälsan?

Eller känner du någon som varit det? Genom åren har många kontakter skapats via sommarbarnsverksamheten. I takt med samhällets och familjernas behov har verksamheten utvecklats. Den röda tråden, dvs. skapandet av goda relationer, har dock förblivit densamma.

Nu planeras sommarbarnsverksamhetens 60-års jubileum.

Kontaktperson Åsa Carlsson vill därför gärna komma i kontakt med sommarbarn och värdfamiljer från verksamhetens alla årtionden. Oavsett hur kort eller lång tid du har varit aktiv inom verksamheten önskar vi att du hör av dig till Åsa Carlsson per e-post: [sommarbarn@folkhalsan.fi](mailto:sommarbarn@folkhalsan.fi) eller tfn 044 788 1073 så fort som möjligt.

\*\*\*\*\*

I nyhetsbrevet presenteras Folkhälsans personal på Åland i tur och ordning.

Den här gången är det vår nya vikarierande simlärare Tina Björk som står på tur.



**Namn:** Tina Björk

**Ålder:** 45

**Mina arbetsuppgifter är:** Vikarierande simlärare med ansvar för skolsim.

**Gjort tidigare:** Arbetat i vården, är utbildad möbeltapetsare.

**Det roligaste/tråkigaste med mitt jobb:** Det roligaste är att möta alla människor och extra härligt att se barnen knäcka vattenkoden, då de endera lär sig flyta eller simma mullvadssim. Jag blir också tillfreds när jag kan förmedla vattnets glädje till de försiktiga och rädda barnen.

Finns inga tråkigheter i mitt jobb, då varje dag är olik den andra.

**Min favoritmotion:** Gärna sådant som inte känns som motion utan mera nöje. Slalom, snowboard på vintern. Simma, snorkla och kiteboard på sommaren.

**Mitt bästa Folkhälsan-minne:** Sommarkollet på Svedja i Pörkenäs skärgård.

**Mitt bästa Må bra-tips:** Att lyssna inåt, våga säga nej till för mycket engagemang. Skratta mycket och njut av livet.

**Övrigt som jag vill dela med mig:** Jag har två underbara vuxna döttrar och en härlig jack russell terrier Abbe, som vi delar på i familjen

\*\*\*\*\*

Nästa nyhetsbrev kommer i januari.  
Många varma decemberhälsningar i väntan på ett nytt år.  
Tack för det gångna året och era värdefulla insatser för Folkhälsan!

Ann-Katrin