

NYHETSREV ÅLAND 01/2011

Då det i år är Europaåret för frivilligarbete så kommer vi inom Folkhälsan att lyfta upp frivilligarbete som ett av tyngdpunktsområdena. Vi funderar på vår frivilligverksamhet och hur vi kan synliggöra den bättre. Kom gärna med förslag!

Med anledning av detta så vill jag citera min kollega i Helsingfors, Mikaela Nordling, organisationssekreterare i Nyland som skriver om att beröra.

Att beröra

Med anledning av frivilligåret 2011 vill jag belysa temat beröring.

Slår man upp verbet i en synonymordbok får man bl.a. följande ord: 1 vidröra, nudda 2 komma in på, behandla 3 påverka, ha inverkan på, bekomma. Alla tre betydelsekategorier passar väl in i Folkhälsans arbete.

Den första, att beröras rent fysiskt, är livsviktig för människan. Beröring har många positiva effekter på människan enligt forskning. Det får oss att bli lugnare, socialare, sänker vår stresshalt, kan få sår att läka snabbare och sänka vårt blodtryck. Bland annat. Inom Folkhälsan syns denna typ av beröring till exempel i verksamheten babymassage.

Den andra delen, att beröra i betydelsen behandla, sker konstant inom Folkhälsan. Vi berör olika frågor, tar ställning till dokument, verksamhetskoncept, budgeter, utlåtanden... Även alla ni som är aktiva i en förening får beröra olika frågor. På höstmötena behandlar ni verksamhetsplan och budget och ni kommer in på val av styrelse. Ni berör och tar ställning.

Till sist har vi ordet i bemärkelsen påverka. Inom Folkhälsan vill vi beröra.

Vi vill människor ska känna att det arbete som görs inom Folkhälsan, oberoende om det sker lokalt i föreningen, i landskapsföreningens regi eller inom forskningen berör. Vårt gemensamma arbete har förhoppningsvis inverkan på den enskilda individen och på samhället i stort på många plan. Förbättrad kondition genom lokala gympagrupper, färre drunkningsolyckor till följd av ökad simkunskap, social gemenskap och känsla av delaktighet via grupper, föreningar och ett bra bemötande av lekparkspersonalen. För att inte tala om forskningsresultat som både förklarar och förändrar vår syn på saker och ting, och det stora antalet frivilligarbetare som genom sin verksamhet påverkar enskilda människors liv.

Vi berör och vi vill fortsätta beröra. Nästa år firar Folkhälsan på Åland 90 år, men i år firar Samfundet Folkhälsan sina 90 år. I snart 90 år har vi berört; barn, vuxna, gamla, beslutsfattare, forskning, samhällsutvecklingen... Vi gör det inom Folkhälsan och vi gör det privat. Låt oss fortsätta med det!

Nya styrelsemedlemmar?

Kom ihåg att göra ändringar till föreningsregistret ifall er förening har bytt någon av namntecknarna (dvs. ordf, viceordf, sekr eller kassör). Blankett och anvisningar finns på www.prh.fi/sv.

Sänd också in kontaktuppgifter på era styrelsemedlemmar. Blanketten finns på minnesstickan samt på vår hemsidas extranät för föreningarna dit alla styrelsemedlemmar ska ha tillgång.

Meddela också ifall det är oförändrade uppgifter. Skicka uppgifterna elektroniskt till ann-katrin.morn@folkhalsan.ax, eller per post.

Ange även vem som är röstberättigad representant med ett R före namnet på den personen.

Kom med och låt dig inspireras på Rådslaget!

Ett nytt år är här och med det Rådslaget som ska vara lokalföreningarnas dag. Den är till för er; för inspiration, erfarenhetsutbyte, social samvaro...

Rådslaget är kostnadsfritt och hålls söndagen den 13 februari på Lemböte Lägersgård.

Du kan välja att börja dagen med att prova på dans till schlager med Erica Dunder kl.10-10.30 eller att komma till kl.10.45 då verksamhetsledare Bertil Nordin öppnar dagen.

Du får också träffa två nya ansikten inom Folkhälsan på Åland: Niclas Forsström, ansvarig för Allaktivitetshuset och Erica Dunder, vikarierande hälsoinformatör för Sonja Signell from mars. Vidare kommer vi att tala om nya föreningslagen, frivilligåret och att vara motiverad att inspirera. Se bifogat program.

Anmälan till Ann-Katrin senast måndag den 7 februari på ann-katrin.morn@folkhalsan.ax eller tfn 12431, 040 5194 222.

Varmt välkommen med!

Lucia-sammanställning

Ett stort Tack för era fina insatser i 2010-års luciakampanj.

Den totala lucialottförsäljningen i våra lokalföreningar ökade igen!

I år såldes i föreningarna hela 22 287 lotter, ifjol 21 836 lotter. Imponerande!

Brändö, Föglö, Geta, Mariehamn, Saltvik och Vårdö var de som ökade sin lottförsäljning denna gång. Luciamärkesförsäljningen gick som väntat ner pga prishöjningen.

I år såldes på Åland totalt 817 märken, en sänkning med 14% från fjolårets 955 st, men föreningarnas andel av försäljningen steg istället.

Brev om detta kommer inom kort till de kampanjansvariga.

I föreningarna finns många duktiga försäljare. En som är värd att nämnas är Elin Sjuls i Finström som sålt 1278 lucialotter och 92 märken. Otroligt!

Uppgifter om er verksamhet

Gå till din förenings hemsida med jämna mellanrum och meddela om eventuella korrigeringar vad gäller verksamheten. Meddela också när ni har inplanerade aktiviteter så marknadsför vi dem på era egna hemsidor samt i kalendern (som finns på första sidan på www.folkhalsan.fi.)

Material till hemsidan skickas till helena.kihlberg@folkhalsan.ax

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, Johanna eller Bodil, så att vi är införstådda i detta.

För ansökan om simlärarjobb vid sommarsimskolorna kontakta simlärare Johanna Hagström eller Bodil Dahlén per telefon 16 102 eller e-post

johanna.hagstrom@folkhalsan.ax eller bodil.dahlen@folkhalsan.ax

Simlärarutbildningen 2011

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 2011.

Tid: Del 1: 8-10.4, Del 1 & 2: 13-17.6 2011

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 7.3 till Folkhälsan på Åland per telefon 16 102 eller e-post Johanna.Hagstrom@folkhalsan.ax

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 Johanna Hagström per telefon 16 102 eller e-post Johanna.Hagstrom@folkhalsan.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 tycker om att jobba utomhus med barn. Kontakta den lokalförening där du vill jobba, kontaktuppgifter finns på Folkhälsans hemsida 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 2011

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: 20-21.6 2010

Plats: Mariehamn

Pris: 25 €

För anmälan och mer information kontakta simlärare Johanna Hagström eller Bodil Dahlén per telefon 16 102 eller e-post Johanna.Hagstrom@folkhalsan.ax eller Bodil.Dahlen@folkhalsan.ax

Läxläsningshjälp

Under 2011 planerar Folkhälsan på Åland tillsammans med Röda Korset att starta upp läxläsningshjälp för barn i lågstadiet. Syftet med verksamheten är att hjälpa elever som inte förmår att göra läxorna genom att erbjuda hjälp av en frivillig vuxen individ med läxläsningen. I huvudsak kommer inflyttade barn att prioriteras men blir det tillräckligt många frivilliga hjälpare kommer även andra barn och högstadiet att inkluderas i projektet.

Hur verksamheten praktiskt kommer att genomföras är inte bestämt utan arrangörerna kommer i samråd med skolan arbeta fram ett fungerande system. Dock kommer verksamheten att ske i skolans utrymmen efter ordinarie skoltid och det är lärarna som bestämmer tillsammans med elev och förälder om denna hjälp behövs.

Målet med verksamheten är att stärka barnens självförtroende och självkänsla genom att läxorna blir gjorda och därigenom få lättare att följa med på lektionerna. Det bör även medföra att lärarnas arbete underlättas om eleverna har gjort sina hemuppgifter genom att det då bör medföra mindre individuell handledning. Verksamheten planeras att starta senast hösttermin 2011.

Har ni några frågor får ni givetvis kontakta Folkhälsan på Ålands ungdomsarbetare Marcus Karlsson, tel. 17439 eller marcus.karlsson@folkhal-san.ax

Lindy hop – kurs i Saltvik

Folkhälsan i Saltvik arrangerar en grundkurs i LINDY HOP i Ödkarbyhallen den lördag 26 - söndag 27 mars kl. 11.30-15.30 med lunchpaus.

Lindy hop även kallad Jitterbug är en swingdans från 30- och 40-talets Harlem i USA. Ledare är Sofia Enros och Daniel Johansson från Mildreds Swingskola. Anmäl dig till Veronica, tfn 0457 5301 576 eller e-post: veronicak@soumi24.fi senast den 21 mars.

Pris: endast 30€/ person för Folkhälsanmedlem och 45€/person för ickemedlem.

Ingen paranmälan krävs.

Välkommen med och dansa!

Dockteater Fågel Blå

Dockteater Fågel Blå består av Berit Lindqvist och Yvonne Dugin. De har sedan 1988 verkat med Folkhälsan som medansvarig. Varje år ges mellan 10 och 15 föreställningar för bla daghem och familjedagvårdsbarn. Vårens repertoar är densamma som år 2004, men nu är det ju nya barn som har möjlighet att se "Den lilla, lilla gumman" och "Var är mina fem små, grå ullgarnsnystan" av Elsa Beskow. I vår blir det även en öppen föreställning på biblioteket i Mariehamn för allmänheten, den 11 februari. För mer information kontakta Helena Kihlberg, tfn 17433.

Info från hälsofrämjande-enheten

Ett nytt år med nya utmaningar har startat. På hälsofrämjande sidan innebär detta en del förändringar inom personalen.

Som jag aviserade i december månads nyhetsbrev så kommer jag att gå på moderskapsledighet. Min ledighet börjar 9.3 och som min vikarie kommer Erica Dunder att verka.

Erica är utbildad hälsovårdare, har arbetat inom ÅHS både under studietiden och efter examinationen. Nu senast inom mödravården.

Erica kommer att upprätthålla befintlig verksamhet som jag haft hand om och kanske också utveckla något nytt J.

Frågor som rör äldre och hälsa får ni framöver kontakta Niclas Forsström som skall handha den biten till 40 % av sin arbetstid.

Jag önskar er allt gott i ert arbete i lokalföreningarna innevarande och kommande år tills jag åter är på plats!

/Sonja

Vi brukar presentera vår personal i nyhetsbrevet. Då det är Niclas Forsströms första dag på jobbet som ansvarig för Allaktivitetshuset så blir det en kort intervju. Vi önskar Niclas välkommen till Folkhälsan på Åland!



Namn: Niclas Forsström

Ålder: Jag blir 33 år nästa gång.

Till mina arbetsuppgifter hör: Ansvara för Allaktivitetshuset och fastighetsbolaget Vreten i första hand.

Gjort tidigare: Jag har jobbat som journalist 5 år samt varit delägare i Shell de senaste åren.

Min favoritmotion: Tennis

Mitt bästa Må bra-tips: Hitta en motion som du tycker om och avsätt tid för den regelbundet.

Övrigt som jag vill dela med mig: Det ska bli spännande och roligt att få se organisationen från insidan.

Varma vinterhälsningar,
Folkhälsan på Åland genom Ann-Katrin