

## Tillsammans kan vi!

Det var rubriken på Emma Pihls föreläsning under föreningsfestivalen för ett par helger sedan och föreläsningen handlade om det vi alla sysslar med – frivilligarbete i föreningar. Vilka var då grundtankarna? Jo, elementärt är att komma ihåg att de flesta går med i en förening av egoistiska skäl. Det kan handla om att man vill fixa eftisplats åt barnet, gympa åt sig själv eller helt enkelt vill knyta nya sociala kontakter. Oberoende av ens bakomliggande orsak till engagemanget vinner båda på det – både man själv och föreningen. Man själv får fixat det man vill, samtidigt stöder det föreningens mål och syfte. Vi har en klassisk win-win situation.



Det är just det här med mål och värderingar som är det viktiga i en förening; de utgör basen likt mat och husrum utgör grunden i Maslows behovshierarki. Utifrån värderingarna och målen – visionen – agerar de enskilda föreningsmedlemmarna och styrelsen fattar sina beslut. Enligt Emma är detta ett mera framgångsrikt koncept än tvärtom-tänkandet, som ofta finns i privata företag. Där bygger man sin verksamhet på handlingar, som i sin tur leder till att uppnå målen och missionen. Hennes slutsats är att öppenhet är bra. Det är viktigt att låta föreningsmedlemmar handla på olika sätt, så länge de utgår från föreningens syfte. Kanske värt att tänka på så här i brainstormingstider inför nästa år.



Är du en D, I, S eller K-personlighet?

En annan ack så viktig poäng vad gäller föreningsverksamhet är att vi alla är olika. Vi styrs av olika saker och vi har också olika personligheter. Detta gör att det ibland kan bli problematiskt att samarbeta. Emma talar om DISK personligheterna. D står för en tävlande, målstyrd, bestämd person som gärna ser resultat. Hon är dominant, helt enkelt. I i sin tur står för influerande. Hon är en känslomänniska, öppen, babblig och har stora visioner. Är man socialt stabiliserande, dvs. lyfter upp gemenskap, är tålmodig och samarbetsvillig, ja då ryms man under S:et. Till sist har vi K-människorna. De drivs av kompetens, fastnar gärna för detaljer, vill ha regler och är noggranna.

Känner du igen dig själv? Och kanske några av dina styrelsemedlemmar? Då förstår du att det är en utmaning att motivera alla och hålla alla tillfreds. Är du ordförande i en förening faller det långt på din lott att hitta en sådan mötesform som passar just er styrelse. Kanske kan ni ha sakliga möten men med möjlighet till socialt umgänge efteråt? Då kan den som har bråttom ev. avlägsna sig, medan den som värdesätter det sociala kan sitta kvar.

Det är dock inte enbart ordföranden som axlar ansvaret för vår gemensamma trivsel. Vi kan alla uppmuntra varandra, lyssna, berömma och stödja. Till det behövs ingen särskild titel eller kunskap, bara ett reflektivt bemötande av dina medsystrar och bröder. En del av det reflektiva tankesättet handlar om att vara positivt nyfiken, som Malin von Koskull uttryckte det på regionträffarna. Låt oss därför vara positivt nyfikna, accepterande och egoistiska – så kan vi se fram emot en framgångsrik föreningshöst!

*Mikaela*

E-post: [mikaela.nordling@folkhalsan.fi](mailto:mikaela.nordling@folkhalsan.fi)

Tfn: 09 315 5548, 044 788 1094

### Kontaktuppgifter

Folkhälsans förbund/Nyland

Adress: Paasikivig, 4, 00250 Helsingfors

Kanslitelefon: 09 315 5530 Fax: 09 315 5109

E-post: [fornamn.efternamn@folkhalsan.fi](mailto:fornamn.efternamn@folkhalsan.fi)

Verksamhetsledare: Samuel Reuter, 050 362 3715

Organisationssekreterare: Mikaela Nordling, 044 788 1094

Sekreterare: Maj-Len Eriksson, 09 315 5533

### Citatet

*“Om du alltid säger “vi får se”  
händer det aldrig någonsin  
någonting.”*

Nalle Puh

## Info för styrelseaktiva

### Höstmöte

Fredagen den 29 oktober håller landskapsföreningen i Nyland sitt höstmöte. I år samlas vi i det nya Folkhälsanhuset i Esbo, Hagalund. Adress: Vindgränden 6. Mötet börjar kl. 17 och gemensam transport väster- och österifrån arrangeras.

Eftersom teater i samband med höstmötet visat sig vara omtyckt går vi också i år och ser en pjäs. Denna gång tar vi oss till Lill Kobb i Esbo, där vi ser kabarén ”Just Like A Man” – en föreställning i samarbete mellan Blau Fraue och Klockriketeatern. Skådespelet har sin utgångspunkt i lyriken och musiken av Leonard Cohan, Bob Dylan och Lou Reed.



Så här beskrivs pjäsen på Blau Fraus hemsida: ”Just Like a Man är en hänsynslös katastrof-kabarè, en hypotes om känslornas och musikens betydelse i vår vardag och i kommunikation, om bitter kärlek och om ljuv lust, och om längtan efter det som kanske aldrig har funnits. Föreställningen berättar med rörelse, musik och ord om det manliga i oss alla, både i kvinnor och i män.”

Priset för kvällen är 18 euro och inkluderar gemensam transport, smått ätbart i samband med höstmötet samt teaterbiljett. Vi har reserverat 30 platser och de går i anmälningsordning. **Anmäl dig till Mikaela senast 22.10.** Obs, bindande anmälan. Info om bussruttn m.m. kommer senare på webben, se händelsekalendern.

### Dags ansöka om verksamhetsunderstöd för nästa år

Som förut kan Folkhälsanföreningar ansöka om verksamhets- och projektunderstöd samt understöd från Brita Maria Renlunds minnesfond. Info om ansökningsförfarandet samt blanketter har skickats per e-post till föreningarnas ordföranden samt kassörer. Blanketterna finns även på föreningarnas extranät på webben.

Ansökningarna skickas per post eller per e-post till Mikaela senast den 29 oktober. Ser fram emot just din förenings ansökan!

### Förtjänstecken

Så småningom blir det aktuellt med höstmöte och styrelseval. Ett trevligt sätt att premiera aktiva, både nuvarande och sådana som avgår, är att ge Folkhälsans förtjänstecken åt personen. Silvermärket kan ges efter tio aktiva år, och gultecknet kan ges efter ytterligare sju år. Föreningen skickar en anhållan om förtjänstecken till Sami Reuter (samuel.reuter@folkhal-san.fi), som för anhållan vidare till Samfundet. Mera info hittas på föreningarnas extranät.

### Regionala träffar – höstens tidtabell

I senaste NyInfo ingick höstens alla regionala småträffar, men plats och tid för ett par av träffarna var ännu öppna, därför kommer infon på nytt.

#### Träff för föreningarna i Degerby, Ingå, Kyrklätt och Sjundeå

Ordnas 29.9 kl. 18.30 på byakontoret i Degerby. Adress: Furuborgsvägen 6.

#### Träff för föreningarna i Karis, Pojo, Snappertuna och Svartå

Ordnas 11.10 kl. 18-20 på Pyre´s, Köpmansgatan 11, Karis.

#### Träff för föreningarna i Esbo samt Grankulla

Ordnas 21.10 kl. 18-20 i Vardagsrummet i Esbohuset, Vindgränden 6.

#### Träff för föreningarna i Bromarf, Ekenäs, Hangö och Tenala

Ordnas 9.11 kl. 18-20 i Seniora, Prästängsgatan 14, Ekenäs.

#### Träff för föreningarna i Helsingfors

Ordnas 10.11 kl. 18-20 i Verkstaden i Seniorhuset, Mannerheimv. 97.

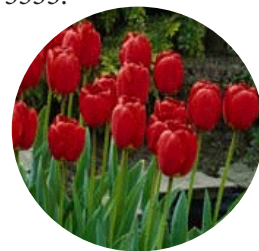
Poängen med träffarna är att erbjuda ”grannföreningarna” möjlighet att lära känna varandra och varandras verksamhet, samt kanske fundera på gemensamma projekt. Ibland kan även särskilt program ordnas, om det är något som berör just den regionen. **Anmäl dig senast en vecka innan träffen till Mikaela.** Träffarna riktar sig till de berörda föreningarnas styrelsemedlemmar, men även nya potentiella styrelsemedlemmar är välkomna.

## Vill du ha namntryck på din Folkhälsan fickkalender?

Sista möjligheten att komma in med en lista på önskade namntryck till Folkhälsans fickkalender är torsdag 30.9. Listan skickas till maj-len.eriksson@folkhalsan.fi, tfn 09 315 5533.

## Ännu hinner din förening beställa tulpanlökar!

Om din förening ännu inte beställt lökar för att delta i "Folkhälsan blommar" nästa vår; gör det nu. Beställningen av en låda med 250 tulpanlökar skickas till kampanjer@folkhalsan.fi så fort som möjligt. Mera info om tulpanlökar fanns i förra NyInfo, som kan läsas på [www.folkhalsan.fi/nyinfo](http://www.folkhalsan.fi/nyinfo).



## Skicka in material till föreningens webbsida

Om din förening inte uppdaterar webben själv, kom ihåg att skicka in info om aktuell verksamhet till Mikaela. Är viktigt och trevligt om det finns mångsidig information om Folkhälsans verksamhet både lokalt och regionalt på webben. Höstmötesdatum, föreläsningar, gympagrupper... kolla att allt finns med på webben eller sänd infon åt mig!

## Allmän info

### Kundförfrågan på FH dagisar och eftisar

För att kunna utveckla vår verksamhet på Folkhälsans daghem och eftisar kommer vi under oktober och november att utföra en kundförfrågan till alla föräldrar som har barn på Folkhälsans daghem och eftisar. Kundförfrågan görs elektroniskt vilket underlättar behandlingen av svaren samt är konfidentiellt bättre. Syftet med förfrågan är att utreda hur nöjda föräldrarna är med dagvården och eftiset samt vilka utvecklingsbehov det finns.

Svaren kommer att sammanställas och resultaten presenteras för Folkhälsans ledning, personalen och föräldrar. Ytterligare information fås av Jennie Stolzmann-Frankenhaeuser, [jennie.stolzmann@folkhalsan.fi](mailto:jennie.stolzmann@folkhalsan.fi), 044 788 5995

## Kurser och seminarier

### Skolfarfar eller reservmormor?

Att behövas är meningsfullt. Vi välkomnar nya aktiva pensionärer som tycker om barn och vill verka som skolfarfar-farmor eller reservmormor-morfar (på dagis eller förskola) ca en dag i veckan. Kom med på **inspirations-/informationsdag** för redan aktiva och för nya intresserade onsdagen den 6 oktober kl. 14-16.30. Dagen ordnas på Folkhälsans seniorhus i Helsingfors, Mannerheimvägen 97. Närmare info och anmälan: [gun-britt.aminoff@folkhalsan.fi](mailto:gun-britt.aminoff@folkhalsan.fi) eller tfn 09 315 5535 senast 30.9

**Regionträff i Västnyland** blir det sedan tisdagen den 2 november kl. 14-16. Då möts skolfarfäder och reservmormödrar på Café Pyre's på Köpmansgatan 11 i Karis. Anmälan till den träffen vill Gun-Britt ha senast en vecka före träffen.

### Fanny och Alexander - barns vardag också i dag?

Folkhälsan bjuder på en teatereftermiddag om barn som upplever våld torsdag 21 oktober kl. 12.00-17.30 på Alexandersteatern. Vi ser pjäsen Fanny och Alexander och sedan följer diskussion om hur vi kan stöda barn som upplever våld. Teatereftermiddagen är kostnadsfri men på plats kan man ge ett bidrag till luciainsamlingen om man vill.



Foto: Stefan Bremer

## Sista chansen att anmäla dig till inspirationskurserna för seniorgruppledare!

**Senior- och sittdanskurs i Helsingfors tors. 30.9 kl. 9.30-16**

Plats: Folkhälsans Seniorhus, Mannerheimvägen 97/musiksalen

Deltagaravgift: 65 e, Fh-medlemmar 35 e. Kaffeservering.

Anmälan: Genast till Therese Kronqvist, 09 315 5547, [therese.kronqvist@folkhalsan.fi](mailto:therese.kronqvist@folkhalsan.fi)

**Mimosel-grundkurs i Karis 14.10 och 20.10 kl. 10-17**

Plats: Elin Kurcksgatan 11, Karis / rummet Helmer

Deltagaravgift: 26 e + material 25 e /15 e för Fh-medlemmar. Kaffeservering.

Anmälan till MBI/Raseborg, 019 289 2763. Kursnummer 13981101

Närmare info: koordinatör Therese Kronqvist, 09 315 5547, [therese.kronqvist@folkhalsan.fi](mailto:therese.kronqvist@folkhalsan.fi)

## Du = hälsoinspiratör?

Är du en lagom entusiastisk och nyfiken person med intresse för din egen och dina medmänniskors hälsa – en blivande hälsoinspiratör? Kom med på kurs till Borgå lördagen den 20 november kl. 10-17. Plats öppen.

Hälsoinspiratörutbildningen är en ny grundutbildning för dig som leder aktiviteter i en Folkhälsan-förening eller är styrelsemedlem. Kursen riktar sig även till dig som tidigare har deltagit i Folkhälsan utbildningar och aktiverar medmänniskor i de egna hemknutarna.

Under kursdagen går vi genom olika hälsobegrepp, funderar över vad främjande av hälsa konkret innebär, delar med oss av egna erfarenheter samt diskuterar hur man kan inspirera sig själv och andra människor i sin omgivning att tänka och agera i hälsofrämjande banor.

Kursen är avgiftsfri. För anmälningar och mera information kontakta Linda Hongisto, 09-315 5603, linda.hongisto@folkhalsan.fi

## Kampanjenheten informerar

### Luciakandidatnomineringen kör igång

Det börjar bli dags att anmäla luciakandidater. Det är en upplevelse för livet att skrida ner för Domkyrkans trappa, men minst lika viktig är kontakten med de människor Lucia och hennes tärnor möter under besöken på bland annat åldringshem och sjukhus.

Juryen kanske väljer din kandidat som en av ”de tio” om hon har bra sångröst, har svenska som hemspråk och trivs med människor och nya utmaningar. Hon är beredd att ge några veckor av sin tid för att sprida ljus och värme. Hennes egen syn på uppdraget och insamlingen är viktig.

Från och med 10 oktober kan du enkelt och behändigt göra din anmälan på nätet via [www.folkhalsan.fi/lucia](http://www.folkhalsan.fi/lucia) eller skicka in en fritt formulerad anmälan till Folkhälsan, luciajuryen, Paasikivigatan 4, 00250 Helsingfors.

#### De uppgifter vi vill ha är:

- namn, adress, telefonnummer och e-post
- ålder (minst 18 år)
- motivering varför just din kandidat skulle passa som Lucia
- kandidaten ska också ge en egen beskrivning av hur hon själv ser på uppdraget och insamlingen
- ett par fotografier
- dina egna kontaktuppgifter



Innan du sänder in anmälan kontrollera med din kandidat att hon kan och vill ägna sin tid åt Luciauppdraget från början av december till mitten av januari och att hon under den här tiden, förutom julhelgen, kan vistas i Helsingfors. Folkhälsan står för Lucias alla kostnader, men uppdraget är frivilligt. Kontrollera också att din kandidat kan delta i ”de tios dag” i Helsingfors den 27.10.2010. Skicka in din anmälan senast 21.10. Ytterligare info ger Margaretha Wildtgrube, 050 529 3619

### Luciamärket 2009

Luciamärket är i år vitt. Förbundets styrelse beslöt på sitt senaste möte att höja utförsäljningspriset till 3 €. En 20 % försäljningsprovision till skolbarnen blir då 60 cent/sålt märke. Luciamärkesbeställningarna bör returneras senast 23.10. Utskicket av märken börjar vecka 44, men officiellt inleds märkesförsäljningen fredagen den 12 november. Information om luciamärket kommer att skickas till ordföranden och luciamärkesansvariga vecka 41.

### Folkhälsan banderoller, kampanjprodukter, adresser

Lokalföreningarna kan beställa Folkhälsanbanderoller för att öka synligheten på mässor och tillställningar. Banderollerna är 150 x 50 cm stora och kostar ca 25 €.

Vi vill också puffa för jippoförsäljningen av kampanjprodukter och försäljningen av kondoleanser och hyllningsadresser som en alternativ medelansaffningsform för lokalföreningarna. Beställningar av allt material skickas till [kampanjer@folkhalsan.fi](mailto:kampanjer@folkhalsan.fi) eller per tfn 09 315 5613.

