

## Frivilligarbete hottare än hot!

Nu händer det. I alla regioner har Svenska Studiec centralen (SSC) bjudit in till öppna workshoppar om frivilligarbete. I Nyland gick denna workshop av stapeln för ett par veckor sedan och ett tjugotal organisations- och föreningsmänniskor bidrog med sina tankar och idéer. Fokus låg på följande frågor:

- Hur ska vi i Svenskfinland lyfta fram och synliggöra de frivilligas insatser under året?
- På vilket sätt kan vi nå och rekrytera nya frivilliga till våra organisationer?
- Hur ska vi tillsammans jobba med konkreta idéer och förslag till aktiviteter och kampanjer?



Mikaela

Idéerna var många, bl.a. talade vi om hur vi kan nå ut till skolorna, om att ordna en gemensam inspirationsdag för frivilliga i de olika regionerna, om hur vi ska få frivilligarbete att synas i media och regelbundna nätverksträffar för dem som jobbar med frivilligverksamhet.



### Europaåret för frivilligarbete 2011

En fråga som hade diskuterats i alla grupper var behovet av en finlandssvensk plattform på wbben/timebank. Timebank-konceptet bygger på idén att du donerar tid istället för pengar och på sidan hittar du olika frivilliguppdrag du kan utföra. Om du blev nyfiken, bekanta dig gärna med den brittiska tidsbanken på adressen <http://timebank.org.uk/>. Hur en finlandssvensk sida skulle se ut är oklart, men klart är att intresse för fortsatta diskussioner åtminstone finns. Alla föreningar och organisationer vin-

ner på att det för den enskilda individen är enkelt att hitta info om frivilligarbete och föreningsliv i Svenskfinland. Liknande sidor finns i de flesta länder och vi har även fått en finsk sida; [www.bliffrivillig.fi](http://www.bliffrivillig.fi), men tyvärr är det enbart adressen som fungerar på svenska i nuläge.

SSC har lovat ta på sig rollen som koordinator för de finlandssvenska aktiviteterna under temaåret, vilket är jättebra. Behövs någon som har huvudansvar och bjuder in till möten så att arbetet verkligen fortsätter. Som stöd tillsätts en styrgrupp som jobbar med dessa frågor, och i den kommer jag att sitta med.

Jag tycker det är roligt att se hur det blomstrar kring frivilligarbete. Inom Folkhälsan kommer vi också att lyfta upp frivilligarbete som ett av tyngdpunktområdena för nästa år. Vi inleder jobbet med att i slutet av november ha en egen workshop där vi funderar på vår frivilligverksamhet och hur vi kan synliggöra den bättre. **Kom gärna med just din åsikt.** En del synpunkter på vad som motiverar våra egna frivilliga – många av er – fick vi reda på i samband med den enkät om frivilligarbete som vi utförde under bussresan till Hela Hälsan. Tack till er som deltog. Ni andra får gärna höra av er till mig med åsikter och synpunkter – jag lyssnar gladeligen.

Hösthälsningar,

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

*“Det finns bara två bestående gåvor vi kan skänka våra barn. Det ena är rötter, det andra är vingar.”*

Hodding Carter

## Info för styrelseaktiva

### Ansök om verksamhetsunderstöd nu

Med en vecka kvar till ansökningsdeadline är det hög tid att lämna in verksamhets-, projekt- eller Brita Maria Renlund ansökan. Ordförandena och kassörerna har fått information och ansökningsblanketter elektroniskt. De finns också på föreningarnas extranät på webben.



Om er förening behöver hjälp med ansökan, kontakta Mikaela eller Samuel. **Sista ansökningsdagen är den 29 oktober**, kom ihåg att vi även behöver verksamhetsplanen och budgeten för år 2011 i samband med ansökan. Kan vara preliminära sådana om er förening ännu inte hållit höstmöte.

### Höstmöte

Landskapsföreningen håller sitt höstmöte fredagen den 29 oktober kl. 17.00 i Esbohuset. Efteråt ser vi pjäsen "Just like a man". Vill du med? Kolla med Mikaela om det finns platser kvar så fort som möjligt!

### Hur syns ni på webben?

Gått in och kollat om er aktuella verksamhet finns med på [www.folkhalsan.fi](http://www.folkhalsan.fi)? Om inte, gå gärna in och gör det. Titta in på er egen hemsida – stämmer uppgifterna där? Och finns ert höstmöte och er övriga verksamhet i kalendern eller under Anmäl och Boka?

Ifall ni vill synas optimalt gäller det att skriva en liten nyhet om något som hänt i er förening. Har ni ordförandebyte på G, ja då kan en intervju med den nyvalda ordföranden utgöra nyheten. En nyhet kan man skriva om det mesta, allt från vem som premierats med guldtecknet till en ny verksamhet som startar eller en konsert/föreläsning ni ordnar. Jag hjälper även gärna till och skriver ihop en nyhet, om jag får tips av er. Kan intervjua folk för att få tillräckligt med information. Ta kontakt i webbfrågor med mig, Mikaela.

### Vill ni finnas på Facebook?

Har ni diskuterat om er förening har behov av eller intresse för en egen sida på Facebook? Om ni tror svaret är ja och ni själva är osäkra på hur det här med sidor på Facebook går till, när det lönar sig att skaffa en och hur man egentligen ska använda dem, kontakta mig, Mikaela, så hjälper jag er att komma igång.

### Två regionala smätträffar kvar i år

I skrivande stund återstår två träffar. Dessa är:

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

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

#### Träff för föreningarna i Helsingfors

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

På de tidigare träffarna har samarbete diskuterats, och bl.a. har man diskuterat gemensamt program i samband med vår- och höstmöten samt övriga gemensamma aktiviteter. Anmäl dig nu till Mikaela. Vi hoppas ett par personer från varje förening kan komma.

## Allmän info

### Vi hälsar Luca Maurizi – ny avdelningssekreterare – välkommen!



Vid årsskiftet går Maj-Len Eriksson i pension och hennes nya efterträdare heter Luca Maurizi. Luca är 34 år gammal, kommer ursprungligen från Italien men bor numera med fru och tre små barn i Haga i Helsingfors. Många av Maj-Lens nuvarande uppgifter fortsätter Luca med, bl.a. sköter han också framöver uppdateringarna i medlemsregistret och tar emot simmärkesbeställningar. Utöver det kommer han att börja sköta en del webbuppdateringar inom Förbundet. Föreningarnas webbuppdateringar sköter Mikaela också framöver. Luca har redan jobbat ett par veckor och han säger sig se fram emot att trivas på jobbet och sköta sina uppgifter så bra som möjligt.

Maj-Lens sista dag på jobb är den 30 november, varefter hon tar ut ledigheter. Luca nås efter det på Maj-Lens tfn 09 315 5533. Just nu når ni honom bäst per e-post: luca.maurizi@folkhalsan.fi.

## Nytt metodmaterial för skolan om Barnkonventionen

Från och med i höst ska skolorna enligt ett nytt tillägg i läroplanen aktivt arbeta med Barnkonventionen. Folkhälsan ger i samarbete med Hem och skola och Finlands Svenska skolungdomsförbund ut metodmaterialet "Lilla häftet för mer rättvisa – ett metodmaterial för skolan om barnkonventionen". Häftet skickas till alla skolor inför barnkonventionsdagen den 20.11 och innehåller interaktiva övningar både för lärar- och klassrummet. Övningarna ökar kunskapen om Barnkonventionen och särskilt artikel 2 som handlar om förhindrande av diskriminering.



## Folkhälsan finns på Facebook – finns du?

Nu kan du gå in och gilla Folkhälsan på Facebook. På Facebook kan du kommentera, gilla och kritisera det vi gör – helt enligt eget tycke och smak. Dessutom får du smidigt info om aktuella häppenings i ditt eget nyhetsflöde. Förutom Folkhälsan kan du också gilla t.ex. Finlands lucia och Folkhälsan i Stan.

## Kurser, seminarier och träffar

### Värdfamiljsträff

Lördagen den 13 november kl. 11-18 ordnas den regionala utbildnings- och rekreationsdagen för sommarbarnsverksamhetens värdfamiljer på Folkhälsans seniorhus i Helsingfors. Program för hela familjen. Även nya intresserade familjer kan delta. Frågor och anmälningar till Åsa inom oktober månad, tfn 044 788 1073.

### Konsert med Arne Alligator och djungeltrumman

Folkhälsan i Botbyregionen ordnar söndagen den 21 november kl. 15.00 en konsert med Arne Alligator och djungeltrumman. Konserten ordnas i Rastis i Nordsjö, Helsingfors. Biljetterna kostar 5 euro och kan köpas på förhand från Luckan i Helsingfors, tfn 0207 738 400. Alla, både stora och små, är välkomna!



### Bli hälsoinspiratör!

Det är fortfarande möjligt att delta i Hälsoinspiratörsutbildningar i Nyland. Två tillfällen ordnas det närmaste året, varav det första 20.11.2010 i Borgå. Den andra ordnas den 17.9.2011 någonstans i Nyland, platsen är ännu oklar.

Hälsoinspiratörskursen är den första fristående modulen i en större utbildningshelhet. Efter genomgången kurs finns möjlighet att bygga på och fördjupa sig i kost-, mental balans- och motionsfrågor. Som hälsomotionsledare lär du dig bl.a. leda motion i grupp på ett inspirerande sätt och som matpratare kan du diskutera hälsofrämjande kost i olika grupper. Matpratarkurs ordnas i Helsingfors 28-29.1.2011 och Hälsomotionsledare 29-30.10.2010 i Raseborg och 7-8.10 2011 i Östra Nyland. För mera information och anmälan, kontakta Linda Hongisto, tfn 044 788 1061 eller Mikaela Wiik, tfn 044 788 1062.

### Jobba för barns självkänsla – bli ledare för nya Ronja- och Birkgrupper!

Nu startar vi upp fler Ronja- och Birkgrupper och behöver därför engagerade och intresserade ledare. Ronja- och Birkgrupper är en form av tjej- och pojkggruppsverksamhet för flickor och pojkar i årskurs 1–6.

Grunden för verksamheten är jämställdhet. Grupperna ger en möjlighet att i ett tidigt skede börja jobba med barnens självkänsla och bl.a. stärka gemenskapen och respekten mellan barnen. Det är en fritidsverksamhet där flickor och pojkar ges möjlighet att på egna villkor umgås, ha roligt, prova på nya saker och utforska sig själva i en trygg grupp med två vuxna ledare.

Folkhälsan ordnar en utbildning av ledare för både Ronja- och Birkgrupper den 10-11.11 2010 kl. 9–16 på Villa Salin, Tirholmsvägen 2, Helsingfors.

Priset är 50 € för utbildning, mat och kursmaterial. Utbildningen riktar sig till personer över 20 år som kommer att leda en Ronja- eller Birkgrupp i minst en termin. Sara Sundell, tfn 09 315 5606, tar emot anmälningar och ger mera information. Anmäl dig senast den 29 oktober.

## Kampanjheten informerar



### Luciamärket

Luciainfo har skickats ut elektroniskt till alla ordföranden och luciamärkesansvariga i lokalföreningarna med en e-postadress i medlemsregistret. Infon har postats till dem som saknar e-postadress. Luciamärkesbeställningarna returneras till [kampanjer@folkhalsan.fi](mailto:kampanjer@folkhalsan.fi) senast 22.10. Luciamärkena postas från och med vecka 43. Luciamärket är i år vitt och kostar 3 €. Barnen får 60 cent per sålt luciamärke. Intäkterna stannar i lokalföreningen och går till det lokala hälsofrämjande arbetet.

### Röstningen

Den 31 oktober presenteras de tio luciakandidaterna i Hbl. Fram till den 24 november kan man rösta på sin kandidat på webben, per SMS eller poströsta. Det går också bra att rösta i våra Folkhälsanhus, i Luckorna och i Hbl:s kundtjänst. Nytt för i år är att Lucia finns på Facebook på [www.facebook.com/finlandslucia](http://www.facebook.com/finlandslucia). Man kan också följa med Luciakampanjen på [www.folkhalsan.fi/lucia](http://www.folkhalsan.fi/lucia).

Ändamålet för luciainsamlingen 2010 är utsatta barn; barn som sett och upplevt våld i sina egna familjer. Folkhälsan ordnar utbildning, seminarier och arbetsgrupper för personal i daghem och skolor för att ge dem redskap att hjälpa barnen att bearbeta de traumatiska händelserna. Grupperna finansieras med medel från luciainsamlingen och Penningautomatföreningen RAY.

### Luciakaffe

Vill din lokalförening sälja luciakaffe och/eller -te på julmarknader och andra tillställningar före jul? Luciakaffet blev populärt bland många lokalföreningar ifjol. Ifall ni är intresserade att köpa in luciakaffe ber vi er lämna en beställning till [kampanjer@folkhalsan.fi](mailto:kampanjer@folkhalsan.fi). Luciakaffet säljs i påsar (200 g) med en bild på årets Lucia. Luciakaffet, som kommer från Roberts Coffee, kostar 6 € i inköp och 7,80 € i utförsäljning. 50 cent går direkt till luciainsamlingen. Det finns också presentförpackningar med både luciakaffe och -te. Priset på en presentförpackning är ca 12 €.



### Folkhälsan banderoller

Lokalföreningarna kan nu beställa Folkhälsan banderoller (1,50 x 0,5 m) för att öka synligheten på olika tillställningar. Banderollen kostar 25 €. Beställningar till [kampanjer@folkhalsan.fi](mailto:kampanjer@folkhalsan.fi).

