

R-E-S-P-E-C-T ...

Redan på 60-talet sjöng Aretha Franklin om respekt och nu, femtio år senare, är temat lika aktuellt som då. Folkhälsan lyfter upp betydelsen av respekt i samband med PARK; ett RAY-finansierat projekt för att stärka parförhållandet och motverka våld och andra destruktiva beteendemönster.



Den första PARK-utbildningen ordnade Folkhälsan för en dryg vecka sedan. I Park-materialet, som består av fem olika moduler beroende på målgrupp och livssituation, lyfts flera centrala teman upp, så som kommunikation, sexualitet och ansvar. En av de viktigaste frågorna, som genomsyrar utbildningen och hela projektet, är dock frågan om respekt.

Vad är respekt? En hastig titt i en synonymordbok ger vid handen ord som aktning, omtanke, hänsyn ... något entydigt svar finns ändå inte, eftersom det som är respektlöst för en nödvändigtvis inte behöver vara det för en annan. Men, och här kommer det stora men:et, ett visst beteende är och ska alltid klassas som respektlöst. Hit hör alla former av våld, må det sedan vara verbalt eller fysiskt. Även hot är respektlöst beteende.

I ordet parrelationskraft finns tre r, och alla står de för ordet respekt, eftersom respekten två människor emellan är stommen för ett fungerande förhållande. Om du är osäker på hur din partner, din vän eller ditt barn ser på respekt; ta upp det till diskussion. Fråga hur han eller hon vill bli bemött t.ex. efter en lång och tung arbetsdag. Ibland behöver de invanda mönstren inte vara de rätta eller de bästa.

Parkprojektet fortgår ännu ett år och målet är att få många nya parkarbetare runtom i Svenskfinland. Vem som helst som är intresserad kan bli parkarbetare. Som parkarbetare har du möjlighet att leda diskussionsgrupper kring temat parrelationskraft, men du kan även vara parkarbetare i ditt dagliga arbete. Nästa utbildning i Nyland ordnas den 15-16 april i Raseborg, på Mjölbolsta. Ifall du vill delta, hör av dig till Gun Andersson på tfn 050 566 8777.

... och inspiration

Ännu hinner du anmäla dig till inspirationsdagen den 6 mars. På programmet är bl.a. info om Folkhälsan, om kreativa arbetssätt, om Parkprojektet och om de kommande hälsoinspirationsutbildningarna. Dessutom får du prova på yoga, vattengympa eller powerwalk. Anmäl dig nu, sista anmälningsdagen är den 1 mars! Mera info finns på webben.

Även vårmötet ordnas i år under annorlunda former. I samband med mötet, som går av stapeln den 17.4, ordnar vi en eftermiddag med gemensamt program för alla Folkhälsanfrivilliga i Nyland. Då bjuds du på inspiration och improvisation av skådisarna Tobias Zilliacus och Micke Rejström samt sång av Frida Andersson. Mera info finns längre fram i NyInfo.

Hoppas vi ses och kom ihåg att respektera varandra!

Hälsningar,

Mikaela

Tfn: 09 315 5548, 044 788 1094

E-post: mikaela.nordling@folkhalsan.fi

Kontaktuppgifter**Folkhälsans förbund/Nyland**

Adress: Paasikivig. 4, 00250 Helsingfors

Kanslitelefon: 09 315 5530 Fax: 09 315 5109

E-post: 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 det är förnuftet som formar människan, så är det känslan som leder henne.”

Jean-Jacques Rousseau

Info för styrelseaktiva

Dags lämna in verksamhetsberättelse och bokslut för år 2009

Det är högsäsong för vårmöten och det betyder att föreningarna ska ha sina verksamhetsberättelser och bokslut färdiga. Sänd era uppgifter per post eller per e-post till Mikaela, senast 21 mars. Det går bra att skicka in dem fastän de ännu inte är godkända av vårmötet.

Kom också ihåg att skicka kontaktuppgifterna för årets styrelse ifall ni inte gjort det. Blankett finns på extranätet för styrelsemedlemmar.

Vårnöte

Årets vårmöte går av stapeln den 17 april kl. 10-16 i Helsingfors, på Topeliusg. 20. Orsaken till att vi i år är i Helsingfors är att vi ska försöka få med så många frivilliga som möjligt; dagen ger en möjlighet för frivilliga att lära känna varandra.

På förmiddagen har vi egna möten, t.ex. ordnas vårmötet och simombudsträffen parallellt, helt enligt tidigare års mall. Lunchen och programmet efter lunch är gemensamt. Eftermiddagen inleds med en kort presentation av de olika frivilligverksamheterna. Därefter tar skådisarna Tobias Zilliacus och Micke Rejström från Stella Polaris vid och talar om inspiration och kommunikation på ett lättsamt sätt. Dagen avslutas med sång av Frida Andersson, före detta Finlands lucia och numera etablerad artist.

För att vi ska veta med bussar och mat önskar vi att ni anmäler er så fort som möjligt. Sista anmälningsdagen är den 6 april, men gå gärna redan nu in på <https://fh.clubonweb.com/book/frivilligdag> eller skicka ett e-postmeddelande till Mikaela. Busstransport ordnas i vanlig ordning från öst och väst; ange i samband med anmälan om du vill åka buss och var du stiger på. Mera detaljerad info om busstidtabellerna sätts på webben. Kom också ihåg att ange ev. specialdiet. Dagen är gratis för alla Folkhälsanfrivilliga.



Nya fadderföreningar och nya samarbetsområden

Landskapsföreningens styrelse beslöt på sitt första möte fortsätta med fadderföreningar, så att även de föreningar som saknar representanter i styrelsen ska hållas uppdaterade. Dessutom gick man in för att pröva på små samarbetsområden.

Det har flera gånger kommit fram att föreningarna gärna samarbetar, men själva initiativet till att mötas har alla gånger inte varit så enkelt att ta. Därför provar vi nu i år på detta, där hjälp med att ta initiativ fås av de förtroendevalda samt av personalen.

Info om fadderföreningarna och hur samarbetsområdena ser ut finns på webben, www.folkhalsan.fi/nyland.

Sista chansen anmäla sig till Clubben-utbildningen 2.3

Medlemsregistret Club-on-Web har uppdaterats och av den anledningen ordnar vi en utbildning för dig som använder eller vill börja använda Clubben. Utbildningen går av stapeln 2.3 kl. 18-20 i Helsingfors. Anmäl dig så fort som möjligt, senast 1 mars till Mikaela.

Gemensam beställning av barnbilstolar

Om er förening hyr ut eller lånar ut barnbilstolar har ni nu möjlighet att gemensamt införskaffa nya. Patrik Lindholm på Förbundet har utrett säkra modeller och koordinerar en gemensam beställning från Folkhälsan, för att få ett så förmånligt pris som möjligt. Hör av er före 14 mars till Patrik på tfn 09 315 5611 ifall ni är intresserade eller vill få mera info.

Nya medlemmar skriver in sig direkt i Clubben

Personer som skriver in sig som medlem i er förening via webben skriver direkt in sig i Clubben, dvs. medlemsregistret, fr.o.m. denna vår. Registeransvarige och ordföranden får e-post då föreningen fått en ny medlem. På Förbundet går vi dock regelbundet in i Clubben och tittar om det kommit nya medlemmar i kö samt godkänner dem, så föreningarna behöver inte göra något åt saken. Om ni har frågor, kontakta Mikaela.

Fri frukt för anställda fortsätter!

Också i år får Folkhälsananställda en frukt per dag. Fruktarna har uppskattats av personalen, och därför har Samfundet Folkhälsan valt att fortsätta med satsningen. De föreningar som har fastanställd personal på månadsbasis får, liksom tidigare, en klumpsomma för hela årets fruktinköp. Om antalet anställda ändrats eller om något är oklart, kontakta Maj-Len Eriksson.

Lokalföreningsunderstöd

Verksamhets- och projektbidragen för 2010 har betalats ut i februari och brev om besluten har skickats till alla föreningar. Ifall ni har frågor om understöden, kontakta Samuel Reuter.

Allmän info

Ge ris och ros för Folkhälsans kalender!

Snart börjar arbetet med planeringen av 2011 års kalender. Före det hör vi gärna vad just du har att säga om kalendern. Vad var bra, vad kan bli bättre? Kom in med dina synpunkter till Maj-Len Eriksson inom mars månad.

Nya webbsidorna publicerade!

I snart en månads tid har vi levt med Folkhälsans nya webb. Sidorna lever konstant, och ev. buggar rättas till. Gå gärna in och titta, kom med kommentarer och om du är föreningsaktiv, sänd info om er verksamhet! Kom ihåg att pröva kommunväljaren så får du en för ditt område anpassad sida! Feedback får du gärna sända på adressen info@folkhalsan.fi.

Hela Hälsan

I år är det igen dags för Folkhälsans traditionella rekreations- och informationsdagar Hela Hälsan. Dagarna ordnas vartannat år och i år går de av stapeln helgen 24-26.9 i Mariehamn på Åland. Programmet är ännu öppet, men pricka redan nu in datumen i kalendern för en skön helg med Folkhälsanaktiva från hela Svenskfinland!

Ny kontaktperson för familjecaféer!

Förbundet har en ny koordinator för att stöda och utveckla familjecaféerna, hon heter Sheila Tackman och jobbar främst på tisdagar. Hon nås per e-post sheila.tackman@folkhalsan.fi eller per tfn 044 788 63 00.

Har ni idéer för programpunkter eller föreläsare nära er som skulle passa in på familjecaféet så tipsa gärna era egna familjecafékontaktpersoner.

Sommarbarn

Skulle din familj vilja ta emot en extra familjemedlem en tid under sommaren? Eller har du själv svårt att få barnens sommarlov att gå ihop med antalet semesterdagar? Hör av dig till Åsa Carlsson sommarbarn@folkhalsan.fi eller 044 788 1073 inom mars månad så diskuterar vi vilka möjligheter som finns!

Buss till Tjejernas Kanontia 12.6

Ni kommer väl ihåg att vi ordnar gemensam buss till kanontian i år? Bussen startar i Östra Nyland och plockar upp folk längs med vägen. Anmäl ditt intresse nu. Din anmälan blir bindande 3.5. Bussen blir gratis eller mycket förmånlig för medlemmarna. Anmäl dig till Mikaela.

Karius och Baktus besöker Folkhälsan

Pjäsen förevisas den 19 april kl. 18.00 på Topeliusg. 20, Helsingfors.

Pjäsen handlar om de två oborstade tandtrollen Karius och Baktus, som lever och mår bra i pojken Jans mun. De är rädda för tandborsten, men som tur är syns den inte till särskilt ofta. De får läsk och godis, men en dag måste Jan gå till tandläkaren ...

Pjäsen tar på ett roligt sätt upp hur viktigt det är att borsta tänderna. Pjäsen passar för barn från ca 4 år uppåt. Varje barn som ser pjäsen får med sig hem ett litet paket innehållandes bl.a. en tandborste.

Biljetterna kostar 5 €. Biljettförsäljningen inleds i slutet av mars. Info kommer senare på webben.

Simmet informerar

Behöver ni simlärare? Vårens simlärautbildning närmar sig och det finns ännu platser kvar; informera gärna skolungdomar, grannar, släktingar, vänner och bekanta om den. På webben hittar ni Folkhälsans broschyr över alla simlärautbildningar i Svenskfinland.

Simombudsträffen arrangeras i samband med vårmötet i Helsingfors lö 17.4.2010. Alla simombud får personligen mera information om simombudsträffen och programmet. Simombudsträffen är viktig – vi går igenom aktuella frågor som berör simlärare, simskolor, ansvarsfrågor mm. Tveka inte att ta kontakt med Nina Renlund, tfn 050 430 6091, om ni undrar över något.

Kurser och seminarier

Kurs: Grunderna i att leda vattengymnastik

Kom med och lär dig leda vattengymnastik. Folkhälsan behöver ivriga instruktörer och ordnar nu en grundkurs i att leda vattengymnastik i Helsingfors. Målsättningen med kursen är att du ska kunna fungera som vattengymnastikledare för friskvårdsgrupper i Nyland.

På kursen kommer vi att gå igenom teman som vattnets egenskaper, hälsotionens grunder, timupplägg, användning av musik, genomgång av rörelsebank samt undervisningsövningar. Kursen består av en hel del praktiska övningar i bassängen.



Kursen arrangeras i Helsingfors den 23-24.4 kl. 15-21 på fredag och kl. 9-18 på lördag. Kursen kostar 65 € för dig som är medlem och 80 € för dig som ännu inte är medlem i Folkhälsan. Som kursledare fungerar Daniela Lindqvist och Mikaela Wiik.

Anmälningar och förfrågningar till Mikaela Wiik, tfn 044 788 1062.

Regionträff – infoeftermiddag för skolfarfäder och reservmormödrar i Västnyland

Redan verksamma skolfarfäder och reservmormödrar i Västnyland samt nya intresserade bjuds in till en regionträff. Träffen hålls den 3 mars kl. 14-16 på Seniora i Ekenäs. Anmälan och info: Gun-Britt Aminoff, 040 551 9194.

Respekt – att ta svåra saker till tals

Du som är eller vill bli värd för sommarbarn har nu möjlighet att delta i en fortbildningseftermiddag med temat ”Respekt – att ta svåra saker till tals”. Eftermiddagen är ett led i att ge värdfamiljerna större kunskap och ökade möjligheter att bemöta familjer med olika bakgrund. Samtidigt är dessa dagar en chans att träffa andra värdfamiljer och utbyta erfarenheter.

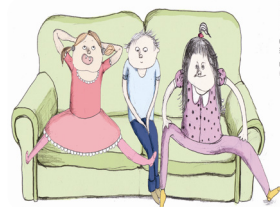
I Nyland ordnas eftermiddagen med föreläsare Barbro Näse den 27 mars kl. 12-15 i Mjölbolsta. Adress: Högbensv. 30, Raseborg. Eftermiddagen är gratis och vi bjuder på smått tilltugg. Anmäl dig till Åsa Carlsson, 044 788 1073 senast den 18.3. Eftermiddagen ordnas i samarbete med SSC.

Seminarium: Vardagslycka

Nätverket Min familj ordnar den 17 mars kl. 12-16 ett seminarium kring temat vardagslycka i Helsingfors, på Nordenskiöldsgatan 18 A. Föräldrar med funktionshindrade barn berättar om sin väg till vardagslycka och Barbro Näse om hur viktigt det är med respekt i parrelationen. Seminariet är gratis. Anmälan senast den 10 mars per e-post fduv@fduv.fi eller per tfn 09 434 23 60.

Ge ditt barn 100 möjligheter i stället för två!

I vilka situationer görs barn till flickor och pojkar, och hur påverkar det barnets utveckling och identitetsskapande? Det här är grundfrågan i Kristina Henkels föreläsning om barn och jämställdhet den 15 mars kl. 17.30-19.30. Föreläsningen är avgiftsfri och ordnas på Folkhälsan, Topeliusg. 20 i Helsingfors. I samband med föreläsningen ordnas barnpassning. Anmäl behov och antal barn senast den 10.3 till sara.sundell@folkhalasan.fi. Om du inte önskar barnvakt behövs ingen anmälan.



Nordisk familjecenterkonferens i Esbo

Den 6-7.5 ordnas en konferens om den nordiska familjecentralverksamheten. Familjecenter är ett modernt sätt att stöda barnfamiljens vardag och organisera servicen. Info om konferensen finns på www.congrex.fi/fc2010. Folkhälsan är inte medarrangör, men vi har en föreläsare på plats.

Info från kampanjenheten

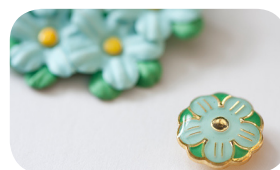
Luciamärkesförsäljningen minskade ifjol jämfört med föregående år. Totalt såldes 31 968 luciamärken, vilket är 1 976 luciamärken färre än 2008. Luciamärkesförsäljningen minskade med 6-8 % i varje landskap, förutom på Åland. Bland de bästa luciamärkesförsäljarna i varje landskap utlottades Folkhälsan produkter. I Nyland gynnade fru fortuna följande:

Vinnarna av sportväskor är Sonja Fredriksson och Sofia Lind, anmälda av Folkhälsan i Botbyregionen och Erik Riikonen, anmäld av Folkhälsan i Månsas.

Vinnarna av dricksflaskor är Beccy Laaksonen, anmäld av Folkhälsan i Staffansby, Andreas Björklund, anmäld av Folkhälsan i Snappertuna och Ville Ruokonen, anmäld av Folkhälsan i västra Helsinge.

Vi tackar luciamärkesförsäljarna, märkesutgivarna och lokalföreningarna för deras insats i årets luciakampanj! Vinsterna har postats till den märkesansvariga i resp. lokalförening för vidare distribution till vinnarna.

Information om årets majblomskampanj har skickats ut till alla ordförändaren och märkesansvariga i lokalföreningarna. Beställningarna bör returneras senast 12.3. Årets majblomma är ljusblå och grön. Pinset kostar 2 € och den populära majblomkransen kostar 5 €. Provisionen till majblomsförsäljarna är 0,40 € per sålt majblomspins och 1 € per såld majblomkrans.



Bland våra populära kampanjprodukter finns majblomsmuggen i årets färg, majblomsväskor, -paraplyer, -nyckelringar m.m.

Kom ihåg försäljning av minnes- och hyllningsadresser som en kompletterande medelanskaform för lokalföreningarna. Adresserna kan beställas på adresser@folkhalasan.fi.