

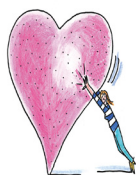
Att beröra

Med en månad kvar till jul och en lång period av vinterfinland framför oss 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.



Mikaela

Den första, att beröras rent fysiskt, är livsviktig för människan. Genom beröring utsöndras hormonet och signalsubstansen oxytocin, som enligt forskning har många positiva effekter på människan. Det får oss att bli lugnare, socialare, sänker vår stresshalten, kan få sår att läka snabbare och sänka vårt blodtryck. Bland annat. Inom Folkhälsan syns denna typ av beröring till exempel i verksamheten babyberöring. Konceptet och upplägget för babyberöring är nytt. I Västra Nyland har föräldrar med barn under ett år tillfälle att pröva på babyberöring den 15.12 och en kurs ordnas i januari. Mera info om detta på www.folkhalsan.fi.



Den andra delen, att beröra i betydelsen behandla, sker konstant inom Folkhälsan. Vi berör olika frågor, tar ställning till dokument, verksamhetskoncepter, 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 Förbundets regi, på ett seniorboende 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, nätverk och föreningar och ett vänligt bemötande av vårdpersonalen. 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 90 år och redan samma år, 1921, uppstod de första lokalföreningarna. 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!

Med önskan om en lugn och fin advent.

Mikaela

E-post: mikaela.nordling@folkhalsan.fi

Tfn: 09 315 5548, 044 788 1094

P.S. Folkhälsan är på plats på frivilligmässan MENU-messut på Gamla Studenthuset den 1.12 kl. 14-18. Där hoppas vi beröra ytterligare människor som vill ge av sin tid. Kom gärna och hälsa på om du har vägarna förbi!

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: Luca Maurizi, 09 315 5533

Citatet

“Att tänka är att samtala med sig själv.”

Spanskt ordspråk

www.folkhalsan.fi/nyland

www.folkhalsan.fi/nyinfo

Info för styrelseaktiva

Föreningen som arbetsgivare

En del föreningar upplever det knepigt att verka som arbetsgivare, därför vill vi försöka hjälpa till genom att ordna en föreläsning i frågor som berör arbetsgivare. Folkhälsans förvaltningsdirektör Ulrika Sjöholm, som även jobbat 14 år som advokat, lotsar oss igenom följande frågor:

- Ingående av arbetsavtal (genomgång av ett modellarbetsavtal)
- Avtal på viss tid
- Kort om vårt nuvarande kollektivavtal – ska det tillämpas av föreningarna?
- Hävning under prøvotiden
- Försäkringar och anmälningar vid nyanställningar
- Varningar och uppsägningar



Dessutom medverkar Förbundets ekonom Anne Pärnänen och ger info om aktuella arbetsgivaravgifter, personalförmåner m.m. Tillfälle att bekanta sig med bokföringsprogrammet Fortnox ges även efter själva föreläsningen, meddela på förhand ifall du har intresse att bekanta dig med det.

Föreläsningen hålls den 18 januari kl. 18.00 på Folkhälsans förbund, Paasikivig. 4, Helsingfors. Fokus ligger på praktik och inte teori. Kvällen är gratis och vi bjuder på lätt salt tilltugg. *Anmäl dig senast den 14 januari till Mikaela.*

Utbildning i medlemsregistret Club-on-Web

Har ni bytt registeransvarig i föreningen eller har du glömt hur Club-on-Web (Clubben) fungerar? Kom med och bekanta dig med Clubben och alla möjligheter registret medför. Vi går bl.a. igenom grundfunktionerna och bekantar oss med medlemsfakturerings via Clubben. Visste du att ni kan ta ut era medlemsfakturor via Clubben, och att ni kan skicka dem per e-post till de medlemmar som har angiven e-postadress i programmet, om ni så vill?

Anna Vilminko håller i trådarna för kvällen. Utbildningen äger rum den 24 januari kl. 18-ca 20 på Folkhälsans förbund, Paasikivigatan 4, Helsingfors. Kaffeservering. *Anmäl dig senast den 20.1 till Mikaela.* Meddela också gärna om du önskar delta, men datumet inte passar, så kan vi komma överens om distansundervisning.

Lär dig uppdatera er förenings webbsida!

I snart ett år har vi levt med Folkhälsans nya webbplats och antalet besök har ökat massor under året. Tankesättet är nytt; från att ha utgått från arrangör är användaren nu i fokus. Det här betyder att även föreningarnas verksamhet främst marknadsförs via händelsekalendern och Anmäl och Boka funktionen. Alla föreningar har en egen sida på webben och kan också synliggöra sin verksamhet genom att skriva regionala nyheter till första sidan.

Nu har du som vill börja uppdatera föreningens sida möjlighet att gå en kurs i webbuppdatering med Henrik Lillhannus, webbansvarig på Folkhälsans förbund. På plats är även Mikaela, som tillsammans med deltagarna funderar på nyhetstänk, språk och liknande.

Kvällskursen ordnas den 2 februari kl. 18.00 på Folkhälsans förbund, Paasikivig. 4 i Helsingfors. Kaffeservering. *Anmäl dig till Mikaela senast 30.1.*

Förändringar i styrelsen?

Om det sker förändringar i styrelsesammansättningen vid årsskiftet eller om ansvarsområdena ändras, kom ihåg att meddela oss det. Blanketten för styrelsesammansättningen finns på föreningarnas extranät på www.folkhalsan.fi och skickas till Mikaela.

Ändringsanmälan till PRH om namntecknarna i föreningen byts

Det är inte bara vi på Förbundet som behöver känna till vem som ansvarar för vad i er förening. Patent- och registerstyrelsen (PRH) behöver få kännedom om de som har rätt att teckna föreningens namn byts, dvs. i praktiken om ordf., viceordf., sekreteraren eller kassören byts vid årsskiftet. Blankett för ändringsanmälan hittas på www.prh.fi/sv. Välj sedan föreningsregistret uppe i menyn och Blanketter och stadgemodeller i menyn till vänster.

Infokväll om Folkhälsan för nya medlemmar

Under nästa år gör vi i Nyland ett försök att bjuda in nya medlemmar till en infokväll om Folkhälsan, med fokus på frivilligarbete. Tanken är att underlätta för nya medlemmar att också engagera sig i Folkhälsan, genom att informera om vad man kan göra inom Folkhälsan. Två infokvällar ordnas, en i slutet av april/maj och en i november. Info om kvällarna går ut i samband med välkomstbrevet som de nya medlemmarna får.

Föreläsare från Folkhälsan?

Kommer ni ihåg att Folkhälsans anställda även gärna kommer ut till föreningen och föreläser? Vi har personal som kan föreläsa om språkstöd, kost, fysisk aktivitet, trafik, antimobbningsarbete, demens, närståendevård m.m. Eftersom många har rätt mycket önskar vi att ni kontaktar oss i god tid och att ni också funderar på marknadsföringen av föreläsningen. Kanske kan ni ordna den tillsammans med en grannförening eller rikta den till en specifik målgrupp? Kontakta gärna Mikaela för att få hjälp med namn, marknadsföringsidéer osv.

Aktiv i föreningslivet

Svenska studiecentralen ordnar två föreläsningkvällar för dig som är aktiv i föreningslivet. Föreläsningkväll 1 ordnas den 26.1 kl. 18-20 och berör bl.a. skatter, ekonomi och föreningen som tillfällig arbetsgivare. Föreläsningkväll 2 ordnas den 9.2 kl. 18-20 och tar upp nya föreningslagen, arkivering och medlemsvärning. Föreläsningarna är gratis och ordnas i Helsingfors. Läs mera på www.ssc.fi.

Luca Maurizi tar över fr.o.m. 1.12

I samband med höstmötet avtackade vi Maj-Len Eriksson för hennes många förtjänstfyllda år här på Folkhälsan. Nu har tiden kommit för henne att på riktigt lämna jobbet som avdelningssekreterare och den 30 november är hennes sista arbetsdag. Från och med 1 december är det Luca Maurizi ni kontaktar i ärenden då ni tidigare vänt er till Maj-Len. Luca når ni på tfn 09-315 5533 och per e-post på luca.maurizi@folkhalnsan.fi.

Tack!

Ett innerligt tack till er alla, som i samband med Lf Nylands höstmöte uppvaktade mig. Det har varit mycket berikande att lära känna så många frivilligarbetare inom lokalföreningarna under de dryga tio år jag hunnit jobba på Folkhälsan. Jag har trivts, men nu är det dags att lämna yrkeslivet och bege mig ut på nya stigar som pensionär. Ser fram emot att i fortsättningen vara med i Folkhälsan som frivillig i någon form, varför jag inte vill säga farväl, men på återseende!

Maj-Len

Allmän info

Folkhälsan 90 år – fortfarande nyfiken

Nästa år fyller Folkhälsan 90 år och det blir en hel del festligheter längs med året. Först ut är jubileumsfesten på Solennitetssalen i Helsingfors, den 16 mars. Till den blir ett par representanter per förening inbjuden.



På våren blir det även **två barnfester öppna för alla**; Folkhälsanaktiva, medlemmar, icke medlemmar ... Boka redan nu in förmiddagen den 19 mars för festligheter i Östra Nyland, Borgå och den 14 maj för festligheter i Västra Nyland, Ekenäs. Programmet är inte helt klart, men i Borgå kommer bl.a. Säs och Kopp att uppträda och i Ekenäs Arne Alligator. Dessutom hoppas vi kunna bjuda på barnteater på bägge tillfällena samt en föreläsning kring något aktuellt tema för vuxna.

Andra planer för året är bl.a. en dag för föreningsaktiva på Solvalla, Studia Generalia föreläsningsserie om aktuell forskning och öppet hus. Mera info om festligheterna kommer senare, men notera gärna datumen för barnfesterna redan nu.

Landskapsföreningens styrelse 2011 – två helt nya ordinarie medlemmar

På höstmötet den 29 oktober valdes landskapsföreningens styrelse för år 2011. I tur att avgå var fyra ordinarie medlemmar, två suppleanter samt styrelseordföranden. Den nya styrelsen ser du här. Tveka inte att kontakta någon i styrelsen om det är något du vill föra fram.

Ordförande

Henrik Aminoff

Ordinarie 2011-2013

Tina Harms, Grankulla
Ove Molander, Tenala
Thérèse Meriheinä, Lovisa
Anna Moberg-Jokinen, Hyvinge

Ordinarie 2010-2012

Birgitta Byman, Sjundeå
Anna Juntunen, Stan
Patrik Karlsson, östra Helsinge
Maria Tenhunen, Borgå

Ordinarie 2009-2011

Sylvi Beck, Munksnejden
Marianne Blom, Esbo socken
Jari Erbismann, Karis
Valentina Lundström, Brändö

Ersättare:

2011-2013 Sirpa Bäckström, Kervo, Kerstin Perttilä, Lappträsk
2010-2012 Mia Grönlund, Degerby, Inga-Lill Fagerstedt, Borgå
2009-2011 Annika Mattsson, Munksnejden, Inga-Lill Takolander, Snappertuna



Styrelsemedlemmarna Maria Tenhunen och Patrik Karlsson samt ordförande Henrik Aminoff på höstmötet 2010.

MELT: ett EU-finansierat projekt för språkstödjande verksamhet på daghem

Folkhälsan deltar i projektet MELT som ska utveckla språkstödjande verktyg för daghemspedagoger och förse föräldrar med information om hur de kan stödja barns tvåspråkighet. I Nyland deltar två av Folkhälsans daghem i projektet: Lyckoslanten i Vanda och Björnen i Kyrkslätt. MELT är ett EU-projekt vars syfte är att främja språkinlärning i småbarnsålder i fyra olika språkgemenskaper: bretonska, frisiska, kymriska (walesiska) och svenska i Finland. Ca 50 miljoner personer talar ett mindre statligt, regionalt eller minoritetsspråk i EU.

Läs mera på www.folkhalsan.fi/melt eller MELT:s sida på Facebook, <http://www.facebook.com/#!/profile.php?id=100001012492610>.

Nya bilder på webben!

Folkhälsans databas med språkstimulerande lekar innehåller omkring 300 roliga och omväxlande lekar för barn från ett år uppåt. I samband med lekdatabasen finns och annat språkstimulerande material. Bildbanken har hösten 2010 utökats med många nya bilder. Databasen och bildbanken hittar du på adressen: www.folkhalsan.fi/spraklekar

Kurser och seminarier

Slutseminarium om Språknät

Projektet Språknät ordnar slutseminarium på Folkhälsans hus på Topeliusg. 20 i Helsingfors den 20.1.2011. Seminariet presenterar projektets arbete i teori och praktik. Ett av tyngdpunktsområdena under dagen är drama. Programmet hittar du under adressen www.folkhalsan.fi/spraknatsemi, där du också anmäler dig. Sista anmälningdag 12.1.2010.

Bli matpratare!

Är du intresserad av kostfrågor och vill få självkänsla att tala mat i en grupp? Då kan tvådagarskursen i Matprat vara något för dig. Den första utbildningen i Matprat sker 28-29.1.2011 (fredag kl. 14-20, lördag kl. 10-17) i Helsingfors. Syftet med kursen är att sprida Folkhälsans syn på hälsofrämjande kost. Under kursen får du också verktyg som du kan använda i kostdiskussioner i Folkhälsansammanhang.

Kursen kostar 65 e för Folkhälsanmedlemmar och 80 e för icke medlemmar. Anmälningar och förfrågningar riktas till linda.hongisto@folkhalsan.fi, 044 788 1061. Sista anmälningdag är 20.1.2011.

Parrelationskraft – att föra dialoger om parrelationer och respekt

PARK är ett material som är avsett att användas som underlag för dialoger kring parrelationer och

respekt. För olika livsskedan och livssituationer används material i olika moduler. Utbildningen riktar sig särskilt till professionella t.ex. anställda inom social- och hälsovården, men även föreningssaktiva som vill starta samtalsgrupper kring parrelationer och respekt är välkomna med.

Utbildningen ordnas den 3-4.2.2011 i Helsingfors på Seniorhuset. Utbildning och material är gratis. Utbildningen gäller huvudsakligen modulerna DejtPark samt FöräldraPark. Förfrågningar och anmälningar till Gun Andersson, 044-312 3505.

Kampanjheten informerar

Luciaevenemang

Luciamarknaden

Välkommen till den årliga Luciamarknaden i Helsingfors söndagen den 12 december kl. 12-14. Observera att Luciamarknaden i år hålls på Centralgatan (gågatan vid Stockmann). Luciamarknaden öppnas av Finlands Lucia 2010. På luciamarknaden kan du njuta av stämningen, värma dig med glögg och borsjtjsoppa, träffa vänner och bekanta och köpa julklappar. På Luciamarknaden säljs traditionella halmarbeten, lussekullar, våfflor, fisk, lussekatter, marmelad, vorschmack, crêpes, pastejer och många andra läckerheter.



Barnfesten

Vi välkomnar stora och små till Folkhälsan, Topeliusgatan 20, tisdagen den 14.12.2010 kl. 18. Vi bjuder på program med Sås & Kopp. Finlands Lucia uppträder också med sång. Biljetterna kostar 5 € och kan beställas per e-post lucia@folkhalsan.fi eller 09-315 5613. Observera att biljetterna har rykande åtgång, så var snabb om du vill försöka få en!

Kröningsfest i Helsingfors domkyrka

Finlands Lucia 2010 kröns av biskop Björn Vikström i Domkyrkan kl. 17.

Luciakortegen

Kl. 18 stiger Finlands Lucia 2010 ner för Domkyrkans trappa och ansluter sig till luciakortegen. Kortegen går sedan längs med rutten Alexandersgatan - Mannerheimvägen - Södra esplanaden - Salutorget.



*Fjolårets lucia
Ellen Husberg*

Luciamärket 2010

Redovisningen av luciamärkesförsäljningen 2010 bör returneras senast 21.1.2011.

Luciainsamlingen

I skrivande stund vet vi ännu inte vem som blir Finlands Lucia 2010. Luciainsamlingen pågår till den 31.1.2011. Du kan betala in ett bidrag direkt till något av våra bankkonton:

- Aktia 405511-245079
- Nordea 156230-109332
- Sampo 800018-70892073

Intäkterna från årets luciainsamling går till att stöda utsatta barn och framför allt barn som upplevt våld i sin närmiljö.

Kampanjprodukter

Kolla produktkatalogen för lämpliga kampanjprodukter såsom Robert's coffee luciakaffe, presentförpackningar med luciakaffe och te m.m. som kan säljas på julmarknader och andra jippon.