

## NYHETS BREV ÅLAND 03/2010

### Sommarhälsningar!

Inför den stundande sommaren vill jag skicka en hälsning till Er alla i lokalföreningarna runt om på Åland. Stort tack för Era insatser under första halvåret-Ni behövs och hjälper till att göra oss ålänningar starkare både i sinne och kropp.

Efter sommarledigheten ser jag fram emot vår träff i höst under Hela Hälsan-dagarna i september. Missa inte chansen till inspiration och utbyte av erfarenheter. Anmäl Er redan idag! Det kommer att bli intressanta dagar med intressanta föreläsningar, grupparbeten och säkert god mat.

Ha en trevlig sommar önskar Bertil.

### Hela Hälsan i Mariehamn 24-25 september

Representanter för våra lokalföreningar och frivilliga nätverk bjuds in till Hela Hälsan. Dagarna ska fungera som Folkhälsans inspirations- och informationsdagar och förhoppningsvis ge oss ny och intressant kunskap samt bjuda på trevliga möten. Temat i år är estetik, miljö och hälsa. Tillsammans funderar vi på miljöns betydelse för hälsan och de bilder vi ger av oss själva via våra hus och vår verksamhet. Inbjudningar har skickats till alla lokalföreningar. Anmälan till Ann-Katrin före den 18 juni.

### Höstens regionträffar

Vi började ifjol med regionträffar och var överens om att det är något vi vill fortsätta med. Träffarna riktar sig till lokalföreningsaktiva. Boka gärna redan nu in datumen. Mer information kommer i höstens första nyhetsbrev. De hålls enligt följande:

**Den 1.9 Norra Åland inkl Vårdö, Eckerö och Hammarland**

**Den 2.9 Skärgården**

**Den 6.9 Jomala, Lemland, Lumparland och Mariehamn**

### Personalförändringar

Vår trotjänare Clary Åkerfelt går i pension den 1.6. Hon tackar för all uppvaktning den 26 mars och hälsar till er alla. Som aktivitetskoordinator i Allaktivitetshuset tillträder då Anders Laine. En av hans främsta arbetsuppgifter blir att jobba med/för lokalföreningarnas äldreverksamhet.

Kanslist Yvonne Sundman har tagit ett års tjänstledighet. På hennes stol finner vi nu Birgitta Mattsson. Se intervju med henne i slutet av nyhetsbrevet.

### Simningen informerar

#### Info om lekledarlönerna

Lekledarna anställs och avlönas av lokalföreningarna.

Lönerekommendationen för lekledarna i sommarens simskolor är från

**kompetens • engagemang • omsorg**

6,80 – 7,30 €/timme. Söndagstillägg om 100 % betalas ut för eventuella söndagstimmar, t ex om inskrivningen är på en söndag. Semesterersättning om 9 % erläggs till lekledarna.

Snart är det dags för simskolorna att köra igång! Broschyren med all information om sommarens simskolor är på väg ut till era postlådor. Men redan nu finns det information ute på hemsidan [www.folkhalsan.ax](http://www.folkhalsan.ax) med bland annat datum, inskrivning, kontaktuppgifter.

Datumen för sommarens simskolor är följande.

***Folkhälsan i Mariehamn***

**Nabben** 12.7 - 23.7

**Nabben** 26.7 - 6.8

***Folkhälsan i Brändö***

**Korsklobsrevet/ Torsholma** 12.7 - 23.7,

**Lappo** 12.7 - 23.7

***Folkhälsan i Eckerö***

**Böle** 12.7-23.7

**Torp** 28.6-9.7,

***Folkhälsan i Finström***

**Bamböle** 28.6-9.7,

**Tjudö** 12.7-23.7

***Folkhälsan i Föglö***

**Sintting** 12.7-23.7

***Folkhälsan i Geta***

**Knutnäs** 26.7-6.8

***Folkhälsan i Hammarland***

**Bovik** 28.6-9.7

**Marsund** 26.7-6.8

***Folkhälsan i Jomala***

**Gottby** 12.7-23.7

**Ytterby** 28.6-9.7

***Folkhälsan i Kumlinge***

**Enklinge** 12.7-23.7

**Marskil** 12.7-23.7

**Seglinge** 26.7-30.7

***Folkhälsan i Kökar***

**Sandvikhällor** 12.7-23.7

***Folkhälsan i Lemland***

**Nåtö** 12.7-23.7

**Klockarholmen** 26.7-6.8

### ***Folkhälsan i Lumparland***

**Klemetsby** 28.6-9.7

### ***Folkhälsan i Saltvik***

**Västerviken** 28.6-9.7

**Lötö** 12.7-23.7

**Notplan** 26.7-6.8

### ***Folkhälsan i Sottunga***

**Fulvik** 5.7-16.7,

### ***Folkhälsan i Sund***

**Delvik** 19.7-30.7,

### ***Folkhälsan i Vårdö***

**Sandösund** 26.7-6.8

Med reservation för eventuella förändringar.

### **Nytt lekparkshus i Finström**

Invigning och öppet hus i det nya lekparkshuset i Godby torsdagen den 27 maj kl.14.00.

Servering.

Hjärtligt välkomna önskar Folkhälsan i Finström. Se bilaga.

### **Fågel Blå**

Dockteater Fågel Blå kommer att ge två föreställningar på Kastelholms slott i sommar, den 30 juni och den 1 juli. De spelar "Prinsen har åsneöron" och "Gretas höststädning" som passar för barn från ca 3 års ålder. Föreställningen är ungefär 30 min lång. Håll utkik efter mer information i lokala anslag eller ring Berit Lindqvist på tfn 12909.

Varmt välkomna önskar Berit, Yvonne och Ami.

### **Nyutbildade vattengympaledare**

Finns nu till förfogande efter vattengympaledarutbildningen i mars. Lokalföreningar som vill ha ledare kan höra av sig till Sonja, tfn 17435 eller [sonja.signell@folkhalnsan.ax](mailto:sonja.signell@folkhalnsan.ax).

### **Ett stort Tack**

Till alla lokalföreningar som ställde upp vid Kommunlunken och **Grattis Sottunga** som är vinnare i årets lunk!

### **Majblomman**

I år sålde vi på Åland 4606 majblommor och 748 kransar. Det innebär en liten minskning från ifjol. **En eloge till Finström, Geta, Hammarland, Kökar, Saltvik och Sund som ökade sin majblomsförsäljning.**

Liksom tidigare år lottas kampanjprodukter ut till de bästa försäljarna i varje landskap. Även utomstående märkesutgivare som hjälper lokalföreningarna får en liten belöning efter kampanjens slut.

Roligt att så många av er hade jippoförsäljning i samband med kommunlunken.

Kampanjprodukterna lämpar sig också väl för avtackning. Om ni vill returnera produkter, så önskar jag returerna inom maj månad.

**Tack för er insats!**

## Folkhälsan produkter

Ny produktkatalog kommer inom kort.

Nya produkter är bla sportbag och fästingsnara med Folkhälsan logo.

## Slappna av med Folkhälsan

Stress inverkar negativt på hälsan och vi mår bra av att kunna koppla av, därför har Folkhälsan låtit göra en finlandssvensk avslappningscd. Cd:n skickas till alla föreningar med detta nyhetsbrev via ordföranden. Övningarna finns också på webben under [www.folkhalsan.fi](http://www.folkhalsan.fi) under Vår verksamhet och Må bra. Gå gärna in och lyssna!

Får du stel nacke, ont i ryggen och kanske musarm? Eller behöver du ny energi för att komma vidare med en arbetsuppgift? Ta då och kolla in Folkhälsans nya pausgymnafilmer på webben, på [www.folkhalsan.fi/pausgymna](http://www.folkhalsan.fi/pausgymna). Tretton övningar hjälper dig att träna allt från rörlighet till koncentration.

## Medlemsregisterprogrammet Club on Web

Medlemsregisterprogrammet ger många möjligheter i föreningsarbetet.

Nya uppdateringar av programmet har gjort det användarvänligare och enklare. Med programmet kan lokalföreningarna bl a

- upprätthålla dokumentarkiv för olika dokument ss protokoll, verksamhetsplaner, bokslut osv.
- köra ut medlemslistor
- göra etiketter och namnlappar på medlemmar
- göra medlemsundersökningar
- kursanmälningar via nätet
- medlemsfakturor enligt färdig mall
- göra utskickslistor i listfunktionen
- bekräfta och anta nya medlemmar som anmält sig via webbsidan direkt i registret mm. Mer info fås från Helena, tfn 17433 eller [helena.kihlberg@folkhalsan.ax](mailto:helena.kihlberg@folkhalsan.ax).

## Webben

Nya webben har nu varit publicerad några månader och hela tiden görs arbete med att förbättra och uppdatera den. Ni har väl varit och bekantat er med föreningens egen sida, kalendern, föreningarnas extranät och kommunväljaren? Om inte, gå in och kolla nu. Stämmer fortfarande informationen på er föreningssida? Finns er verksamhet med i kalendern eller i Anmäl och boka funktionen? Om svaret blir nej så skicka gärna in ny aktuell information till Helena om ni inte själva önskar gå in och uppdatera. Tänk också på att ni kan lyfta fram er verksamhet genom att skriva en nyhet om den. Om ni behöver hjälp med detta eller känner er osäkra så kontakta [helena.kihlberg@folkhalsan.ax](mailto:helena.kihlberg@folkhalsan.ax). Ni loggar in på extranätet uppe i högra kanten på hemsidan. Namn: styrelse. Lösenord: medlemmar.

---

Nyhetsbrevet presenterar Folkhälsans personal på Åland i tur och ordning. Den här gången är det vår kanslist Birgitta Mattsson som står på tur.



**Namn:** Birgitta Mattsson

**Ålder:** 59 år

**Mina arbetsuppgifter:** Jag jobbar som kanslist i receptionen.

**Gjort tidigare:** Jobbat på affär, bank, kontor

**Det roligaste/tråkigaste med mitt jobb:** Det är så omväxlande arbetsuppgifter och trevligt arbetsklimat. Det tråkigaste vet jag ej ännu, började här i april.

**Min favoritmotion:** Vattengympa till bra musik och promenader

**Mitt bästa Folkhälsan-minne:** Träffen med arbetskamraterna när vi var till Aftonsol och red.

**Mitt bästa Må bra-tips:** Försök att få balans mellan jobb och fritid och ge tid till sina intressen.

**Övrigt som jag vill dela med mig:** Att inte skjuta upp sånt som man vill göra, livet är här och nu. Våga pröva på nya utmaningar, det är aldrig för sent.

\*\*\*\*\*

Slutligen ett stort Tack till alla som deltog på vårmötet den 19 april.  
Vi var sammanlagt 45 personer på plats.

Ha en riktigt skön sommar!  
Folkhälsan på Åland genom Ann-Katrin

*Citatet:*

*"Om snöret inte håller, utan går av, är det bara att försöka med ett annat snöre"*  
Nalle Puh (A.A. Milne)

