

”Välkommen sköna uteliv – i kortbyxor eller dunjacka”

Vi frusna nordbor längtar ju så intensivt. Och framför allt hoppas vi så mycket på varma och sköna vårdagar. Om det bara vore den varma temperaturen man ville åt kunde man stanna i stugvärmen. Men det är något annat som får oss att längta ut. Vi vill ju helst sitta ute och fika, äta och umgås. Även om det är med jackor och filter på. April är dock en lurig månad med klassiskt varannandagsväder. Snöblandat regn ena dagen – och strålande sol nästa. Men varje dag ger också nya tecken på vårens framsteg.

Va´ rädda om er!

SPF Seniorerna informerar

Avlidna 2020

På våra årsmöten brukar vi ha en kort minnesstund över de medlemmar som avlidit under året. Så blev det inte i år. Men jag vill ändå att vi minns dem. Avlidna medlemmar under 2020 var 39 personer. Vi känner dessa på olika sätt, för många är det deras närmaste för andra perifera kontakter. Själv minns jag särskilt Hans Cortobius, som med stor glädje ledde SKAT gruppen och skötte köket i vår lokal. Åke Berglund, som fann sin andra stora kärlek på en av våra bussresor. Han deltog också alltid i vårt projekt Armkrok. Inger Lönngren, allas vår FIA, som klädde oss i många år, alltid glad och positiv.

**Sov till vindarnas smekande sång
Sov under grönskans mjuka fång
Sov ifrån smärta, oro och strid
Sov i underbar frid**

Berit

Efterlysning

Saknar Du mejl från oss? Kanske beror det på att din adress är fel?

Om Du haft adress hos

- comhem (nn@comhem.se) eller
- tele2 (nn@tele2.se)

så måste vi få din nya adress. Detsamma gäller om Du bytt mejladress men glömt att meddela oss eftersom vi inte kan se om en adress fungerar. Vill Du inte få mejl kan vi ta bort adressen i vårt register och då får Du utskicken i pappersform.

Ola, medlemssekreterare

Rutkollen – Inbjudan till Jerusalema dance challenge

Vi behöver träffas, trivas och träna dans tillsammans och då försöka oss på dansflugan Jerusalema dance challenge. Dansen startade i Angola i februari 2020 och har spridit sig över världen och har nu kommit till oss seniorer i Huddinge.

Så klart att vi antar utmaningen! Vi lär oss stegen tillsammans.

Kom förbi på din promenad och var med. Steg hit och steg dit och en liten snurr! Å så lite till! Tillsammans klarar vi allt!

Mötesplats blir Sjödalstorgets scen. Vi träffas kl. 11 den 27 och 29 april och kl. 11 den 18 och 20 maj. Varje träff blir ca. 20-30 min. lång.

Vi följer Folkhälsomyndigheternas rekommendationer och träffas i grupp ute med avstånd, 15-20 st.

Musik så klart! Ledare finns som visar oss stegen och ser till att alla håller avstånd.

Ring eller mejla och tala om att Du kommer! Ewa

070-309 57 98, ewahjelm@gmail.com

Hjälper tjat? Knappast – och ändå fortsätter jag!

Det handlar om digitalisering.

Under 2020 och fortfarande umgås många via telefon och dator. Många har lärt sig mycket och nytt och utnyttjar det digitala utbudet. Vi undrar vilka, och hur många vi pratar om? Ett av skälen är att vi i styrelsen skulle vilja nå er, om så bara för en liten digital kaffebjudning. Vi använder oss av ZOOM eftersom förbundet har påbjudit det.

Skicka gärna ett mejl till vår e-postadress och berätta om hur Du använder Zoom, Team eller Skype. Adressen är spf.huddinge@outlook.com.

Har Du svårt att ladda ner ZOOM, kontakta vår medlemssekreterare knut-olov.axelsson@telia.com.

Berit

Dolda namn i april

Hitta namnen! Läs igenom texten och leta namn som finns i april. Sju stycken ska det vara.

Som vanligt finns lösningen upp och ner, längst ner!

Har aldrig varit med om något värre! sa min kusin Anna. Ingen sol på firmamentet i dag heller. Har turen svikit oss alldeles? Inga roliga äventyr ... ack och ve! Galet ledsamt sommarlov. Kan vi göra något åt det? Snart börjar skolan!

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7. ...



Det sa bara...

- Jag hörde att du blivit kär i en ölutkörare, Anna.

- Ja, det sa bara kluck!



Hälsningar Ewa Hjelm

www.spfseniorerna.se/huddinge
ewahjelm@gmail.com

Rapport från våra kommunikatörer

Britt-Marie och Karin har haft ett digitalt möte med Malin Svahn Schenström, verksamhetschef för äldreomsorgen och Annika Säfbom, sektionschef för särskilda boenden. Under denna intervju koncentrerades frågorna kring befintliga boenden för demens och somatik, bemanning, utbildning, medicinsk kompetens samt planer för framtida boenden och service. Den äldre befolkningen ökar och man räknar med en "pik" om tre år. Konkreta planer för nya boenden hänvisas till politikerna. Den viktigaste frågan för äldreomsorgen är att kraften finns i verksamheterna vilket bl.a. handlar om bra livskvalitet och individuella planer för alla.

Tom den 1 april i år har kommunen drivit särskilda boenden (SÄBO) i egen regi. Det berör boende av personer med stort vårdbehov samt demensboende. Nu har lagen om valfrihet (LOV) trätt i kraft vilket betyder att

kommunen är en av flera utförare. Man kan alltså välja mellan flera boenden. Dessa kan även vara belägna utanför Huddinge kommun.

Valfrihetssystemet innebär att privata företag, kooperativa och ideella organisationer kan ansöka om och bli godkända som utförare inom vissa verksamheter bl.a. daglig verksamhet, familjerådgivning och hemtjänst och SÄBO.

Som vårdtagare bör man alltså vara beredd på att göra ett aktivt val. Kommunen biståndsbedömer och informerar om olika alternativ.

Britt-Marie och Karin påpekar att det är viktigt att det sker en öppen redovisning av valmöjligheterna. På kommunens hemsida bör finnas en bra guide där man lätt kan se alla utförare och göra jämförelser mellan olika boenden.

Ovanstående referat är sammanställt av Berit med godkännande av kommunikatörerna.

SPF Seniorernas

FOLKHÄLSOVECKA

Bättre för tidigt än för sent

Folkhälsoveckan infaller i år mellan den 17-23 maj. Eftersom nästa Medlemsblad kommer i den vevan vill jag redan nu slå ett slag för en del aktiviteter då. Förhoppningsvis är de flesta av oss äldre vaccinerade och kan umgås utomhus. Den delen av programmet återkommer vi till.

Men ett antal föreläsningar av värde kommer att äga rum

Berit

digitalt. Två föreläsare är redan klara. Det är professor i allmän medicin och folkhälsa, Bertil Marklund och professor i geriatrik samt vård och omsorgsfrågor Gösta Bucht. Buchts föreläsning är den 18 maj kl. 10.00 och Marklunds den 19 maj kl. 09.00. Dessutom kommer Idriz Zogai och Malena Ivarsson att föreläs den 20 maj. Håll ögonen öppna för mer information!

Reseguiden — påminnelse från Eva Andersson

Vad vi längtar efter att få resa – men det ska ju vara säkert på alla sätt och vis! Ytterligare information om resorna finns på vår hemsida,

www.spfseniorerna.se/huddinge

Savonlinna Operafestival 5-9 juli

Preliminärt **Gotland**
3 – 6 september

Korsika/Sardinien
18 – 25 september

Välkommen till vårens första Fredagsaktivitet

Vandring på Huddinge kyrkogård

Måndagen den 23 april resp den 7 maj kl 14.00 – 15.30

Samling vid parkeringen vid entrén till kyrkogården.

Vi stannar upp vid några kändisgravar och får veta lite om personerna.

Begränsat antal deltagare: 8 vid varje tillfälle

Åke Blomqvist från Huddinge hembygdsförening guidar



Anmälan till

Eva Andersson

070-658 51 35

evaandersson07@yahoo

senast 3 dagar före aktivitet.

Kostnad 20 kr, betalas på plats, kontant eller med swish

Kära SPF-are

Äntligen kom ljuset, våren, solen, vaccineringen, hoppet, snart kanske!!!

Jag har fått min första spruta utan större problem eller biverkningar. Men nog är det kärvt på vaccinfrenten. Tyvärr visade det sig att Sverige inte är bäst i världen, varken på förhandlingar eller tillverkning av skyddamaterial. Man vill både vara världsmedborgare och svensk. Det går inte alltid ihop. Vi, svenskarna kände oss verkligen förfördelade!

Vi i styrelsen blir lätt desperata när alla vaccinationsproblem hopar sig. Vi vill ju så gärna öppna upp vår verksamhet igen, träffas, få lite inspiration av varandra, bara att få se nygamla ansikten skulle kännas väldigt bra!

Årsmötet avlöpte, som Ni väl redan vet, utan större svårigheter. Hela styrelsen blev omvuld och jag tackar för förtroendet att få leda föreningen ännu ett år. Det fanns ett par frågor från några medlemmar bland annat om årsavgiftens storlek. Från vår avgift, i år 320 kr, drar Förbundet och distriktet tillsammans 210 kr. Vi har alltså kvar 110 kr. Förbundsavgifterna går till löner till kanslipersonal, som faktiskt bantats rejält, lokalhyra, annonsering, tidningen Senioren mm.

Är man intresserad av de direkta kostnaderna kan man söka det på nätet. Jag kanske ska tillägga något om tidningen Senioren. Den utkommer med 9 nummer per år och är en mycket omtyckt tidning med både aktuell information, intressanta reportage, noveller och tävlingar. Bara den är värd nästan hela medlemsavgiften!

Vad gör vi då för att hålla föreningen vid liv. Vårt arbete i styrelsen handlar ju inte enbart om att hitta på trivselaktiviteter för våra medlemmar. Vi arbetar ju också, kanske mer i det tysta, med frågor som berör s k äldre frågor. Vi har våra styrelsemöten, möten med andra intressenter som pensionärsrådet, Nestor, som arbetar med forskning och utveckling, Södertörnsgruppen, dvs SPF-föreningarna på Södertörn. Vi deltar i utbildning som anordnas av förbund eller distrikt. Vi läser och håller oss informerade om vad som händer i vår omvärld.

Alla möten under året har varit digitala och vi har lärt oss att uppskatta och till och med tycka att det är ganska enkelt att träffas digitalt.

Vi tog ett extra stort kliv när vi tom prövade att träffas digitalt för en form av vinprovning. Det var inget blindtest utan deltagarna hade inköpt speciellt vin och en föreläsare talade om vinerna. Detta var vårt första försök med nytänk och troligen kommer det att erbjudas våra medlemmar. Jag funderar också på möjligheten att spela Bingo digitalt men har inte fullt gensvar. Vi efterlyste i Medlemsblad nr 3 lite tips från Er, hur Ni använder Skype, Zoom eller Team? Hör av Er, tack!

När jag nu skriver om det digitala samarbetet ska Ni veta att jag samtidigt är djupt bekymrad över att samhället är så digitaliserat. Det är alltför många av våra medlemmar och medborgare som hamnar mer och mer utanför. Som Ni kanske minns skrev vi ett Huddingefölslag om tillsättande av en s.k. Händig datafixare. Ärendet gick ända upp till Kommunfullmäktige men vi fick avslag. Detta var 2019. Jag har väldigt svårt att släppa denna fråga och avser att försöka att på något sätt lyfta den igen. Jag tycker det är ovärdigt ett samhälle att "räkna ut" en del av invånarna. Jag vill veta hur man tänker!

SPF Seniorerna Huddinge

Patron Pehrs väg 8-10, 141 35 Huddinge
E-post: spf.huddinge@outlook.com
Org nr 812800-8094 Pg 836861-5 Bg 501-1911
www.spfseniorerna.se/huddinge

En annan fråga som vi lyft igen är den om parkeringsfrågan, Vi skrev 2020 till Diskrimineringsombudsmannen men har inte fått någon respons. Nu har vi fått hjälp att lyfta frågan igen. Vi vet inte om vi får något svar men tycker inte att vi ska ge upp! Dessutom har kommunen nu kommit med nya direktiv rörande parkeringsavgifter i Huddinge och Stuvsta centrum. Kommunen skriver i sin förklaring till ändring ” För vissa kan det vara krångligt att gå från P-skiva till att registrera sin parkering i parkeringsautomat eller med mobiltelefon, men det finns vissa fördelar”.

Då är min fråga – hur löser Ni denna problematik!! Här finns inga förslag utan man fortsätter att beskriva de fördelar som kommunen har – men vart tog den ”lilla människan ” vägen?

Under de år jag varit ordförande i SPF Huddinge tycker jag att samarbetet med kommunen har försvårats. Vi kunde diskutera saker förr men nu är allt väldigt formellt. Politikerna fjärrar sig från invånarna, tjänstemännen arbetar, men vad bygger de sina slutsatser på?? Många bor inte i kommunen, har god utbildning, men brist på och förståelse för Huddingebornas känsla för sin kommun.

Kring vissa frågor, framför allt byggnation, har man samråd- men vad betyder det egentligen? Vet någon att det skett någon förändring efter dessa råd? Förut kunde man komma med idéer men nu är det Huddingeförslag som gäller och 100 röster på förslaget. I Mitt i, skrev man förra veckan om hur få av dessa förslag blir tagna på allvar.

Låter jag deppig? Jag är inte det, men jag förundrad över samhällsutvecklingen, över att vi äldre så lätt blir åsidosatta. Jag vet inte om det varit så jämt men jag upplever det idag när jag själv är äldre. Till viss del har vi oss själv att skylla. Bara detta att det endast finns 5 (tror jag) seniorer i riksdagen talar för hur litet vårt intresse är och har varit för samhällsfrågor. Allt har liksom rullat på och dagarna går!

Nu är påsken över och vi är mitt inne i april månad, denna månad då Tussilago lyser upp dikeskanterna samtidigt som isiga vindar kyler ner oss! Har vi tur blir det ändå varmt och skönt framöver så vi kan få skratta och sjunga igen.

Vet Ni för resten att på Vikingagården anordnar frivilligsamordnare Ann-Louise Bergqvist Skypeträffar för både herrar och damer och snart blir de nog en kör också.
Det finns glädjemen i vår närhet!

***Ha det bra
önskar Berit***

SPF Seniorerna Huddinge

Patron Pehrs väg 8-10, 141 35 Huddinge
E-post: spf.huddinge@outlook.com
Org nr 812800-8094 Pg 836861-5 Bg 501-1911
www.spfseniorerna.se/huddinge