

Ordföranden har ordet



Vår kamp mot Coronan och därmed risken att bli allvarligt sjuk har nu pågått över ett år. Vi kämpar mot isolering och ensamhet och ser några ljusglimtar då och då i form av färre insjuknade, men så kommer en ny mutation och så vänder det igen. Nu står hoppet till en snar vaccinering, men det verkar inte riktigt gå som vi vill. Det har varit en lång och tråkig period men det verkar nog trots allt som att vi börjar se slutet i tunneln. Så håll i och håll ut.

Vi i styrelsen vet att det finns många ensamma i vår förening som haft våra månadmöten, utflykter och studiecirkel att se fram emot. Det har varit ett sätt att få lite social kontakt. Nu kan de inte längre delta i någonting. Jag vill bara säga att vi också tycker det är tråkigt, men vi vill inte börja för tidigt med risk för ett bakslag nu när vi snart är framme vid målet.

Det är ingen tillfällighet att vindrutan på en bil är betydligt större än backspeglarna. Nu lägger vi allt gammalt bakom oss och blickar framåt i stället. Vi har börjat planera lite smått för några kommande aktiviteter. **Årsmötet** som brukar vara i februari har vi skjutit fram till någon gång i maj, men vi törs inte sätta ut något definitivt datum. Vi avvaktar tills vi vet hur vaccineringen fungerat. Vi vill inte börja förrän alla blivit vaccinerade. Ett annat problem för oss är lokalfrågan. Var ska vi vara om Lindgården läggs ned? Vi har pratat om **Rosensalen** i samma byggnad som Vårdcentralen och Apoteket på Rosenlund. Det kanske inte går att ha våra möten på just tisdagar i så fall, men vi kommer att informera i god tid i förväg. Vi har också pratat om att starta upp med lite utomhusaktiviteter. Tanken är att börja **i början på maj** med boule, promenader, gymnastik och bangolf. Observera att detta inte är definitivt. Vi återkommer med ny information längre fram om detta.

Det har pratats och skrivits mycket om ålderism på sistone. Ålderism definieras som "fördomar eller stereotypa föreställningar som utgår från en människas ålder och som kan leda till diskriminering". Men de som passerat 65 eller 70 slutar inte vara som folk är mest. Många känner sig precis lika vitala och nyfikna på livet som när de var 47 eller 63. Snart kommer 1/3 av samtliga invånare vara över 65 år.

I Sverige har vi som mål att vara världens modernaste land och satt likhetstecken mellan ungt och fint, nytänkande och framgångsrikt. Vi berömmar oss för att ha världens yngsta riksdagsledamöter, samtidigt som en annan ytterlighet (USA) inte hade en enda presidentkandidat under 70 år.

I de flesta länder värderas de äldre högt. De får respekt för sin vishet, kunskap och erfarenhet. Hög ålder ger hög prestige. I många länder i västvärlden finns däremot en stark rädsla för åldrande. Rynkor skärs bort och gråa hårstrån täcks med färg. Äldre och deras kunskaper och erfarenheter efterfrågas inte längre. Sverige är extremt i så motto att pensionsåldern är så definitivt jämfört med andra länder. Vid en viss ålder åker du ut vare sig du vill eller inte. Det finns inte några typiska äldre. Ju äldre vi blir, desto mer olika blir vi. Sverige är det fjärde sämsta landet av alla 195 länder på jorden vad gäller att ha en negativ syn på äldre eller om vi vänder på det, det fjärde bästa landet att ha en positiv syn på yngre. Bara en av fem ser på dem som passerat 70 år med respekt, men nu får det vara nog! Nu säger vi stopp! Vi har som land framgångsrikt tagit flera matcher mot fördomar mot personer baserat på kön, hudfärg eller sexuell läggning. Särbehandling utifrån ålder betraktas däremot som något helt naturligt.

Trots att vi inte haft någon verksamhet under året, ska vi ändå vara glada för att våra seniorföreningar driver äldre frågor och sätter dem i ljuset. Inspektionen för Vård och Omsorg, (IVO), konstaterar att ingen av landets 21 regioner har tagit sitt ansvar för sjukvården till äldre på särskilda boenden under pandemin. Ungefär en femtedel av de äldre visade sig inte ha fått någon individuell läkarbedömning, trots den livshotande sjukdomen, utan alla klumpades ihop som en homogen grupp. En annan fråga som också drivs av vårt förbund är nivån på våra pensioner. Ju fler som är medlemmar i våra seniorföreningar, desto större tyngd får förbundet. Så tack för att ni fortsätter att betala medlemsavgiften.

Sköt om er och hoppas att vi snart kan ses igen.

Ps: Jag såg en rolig skylt på Öxnehaga – Om du tänker för länge på nästa steg, kommer du att tillbringa resten av livet stående på ett ben.

Göran Viklander
Ordförande

Avsändare:
SPF Seniorerna Jönköping Öster
c/o Lindgården
Ringvägen 1
554 54 Jönköping

www.spfseniorena.se/jonkopingoster
facebook <https://www.facebook.com/www.spfoster>
Ordförande: Göran Viklander

VÄLKOMMEN TILL SPF SENIORERNA JÖNKÖPING ÖSTER!

Lite minnen från det vi tidigare genomfört

Efter denna långa period med fysisk distansering är vi alla sugna på att träffas. Vi hoppas att vaccinationerna genomförs enligt plan, så i maj räknar vi med att kunna träffas utomhus igen.

Ingen anmälan utan bara kom!
Vid regn ställs utomhusaktiviteterna in.

Information om startdatum kommer på hemsidan, via mail mm.

Bangolf utomhus

torsdagar 15.00
Golfbanan i Liljeholmsparken
Lilian Mattsson, 070-270 17 16

Boule

tisdagar kl. 15.00
samling vid Rosenlunds Vårdcentrum
Olle Burström, 070-220 54 77

Promenader

onsdagar kl. 11.00
samling i Rosariet

Utegympa i parken vid Lustigkullen

måndagar kl. 10.00
Elisabeth Lindberg, 073-159 74 79

Du som funderar på/har förslag på någon aktivitet hör av dig till Göran Viklander, tel 073-814 07 13.

**VÄLKOMMEN
ATT HÖRA AV DIG!**

I dessa tider är det viktigt med positiva signaler och då kan det väl vara lämpligt att minnas tillbaka på några trevliga aktiviteter som vi genomfört och som vi kan se fram emot.

En ny Hemlig resa ska vi genomföra så fort vi har möjlighet. Vi som var med på tidigare resor kommer säkert ihåg "pyramiden" med en fantastisk guide och varför inte resan till Caféernas stad Alingsås, där vi fick en trevlig historielektion.



Tillsammans med SPF Bankeryd fyllde vi en hel buss för resa till tyska Rügen med otroligt fint väder, en väldigt trevlig chaufför och välfyllt bagage på återresan.

Favoriter i repris ska vi så klart se fram emot, som till exempel vår lyckade Nobelmiddag, där vi fick klä upp oss och avnjuta en härlig 7-rätters meny. Eller varför inte Räk-frossan med massor av "gosaker".

Vi har haft flera härliga månadsmöten med musik och underhållning av allehanda slag som säkert kommer tillbaka till hösten.

Det här var bara några axplock från vårt breda utbud av aktiviteter som tidigare genomförts. Nu ska vi snart ta nya tag och återkomma med nya och nygamla aktiviteter, förhoppningsvis redan under hösten.



**Så håll i och håll ut!
Det kommer att bli bättre!**

E-post??

Om du har e-postadress kan vi nå dig med information om nyinsatta programpunkter och annat av vikt, så ring Greta, 070-623 65 95, eller Britt-Marie, 070-635 20 40, och meddela din e-postadress!

Om du inte har någon e-post, kommer du naturligtvis även i fortsättningen att få Östanfläkten med vanlig post.

SPF Seniorernas folkhälsovecka

Förbundet kommer att genomföra en gemensam folkhälsovecka den 17-21 maj med seminarier och aktiviteter. Varje dag har ett tema, på förmiddagen hålls en föreläsning, eftermiddagen bjuder på en lite mer fysisk utmaning. Allt genomförs digitalt.

Dessutom kommer föreningarna att anordna lokala aktiviteter.

Vi återkommer med information om aktiviteter under folkhälsoveckan på hemsidan, via gruppmail och Östanfläkten.