



Säker@digitalt
pilot Vingåker

Några exempel på annonser och mediakontakter



YouTube

[På väg i den digitala transformationen. - YouTube](#)



Inbjudan till Trivselträffar

A4 för utskrift att dela ut på möten etc

Inbjudan till kommunens alla pensionärer oavsett
föreningstillhörighet.

Trivseldag i Läppe den 24 augusti 10.00-14.00

- Information från Byalaget Läppe, PRO, SPF, SKPF och DigidelCenter Vingåker vid Bastuhuset Stenvred
- Lunch på Hjälmgården Läppe (pris max 99 kr)
- Besök på AutoMatLivsLäppe, den obemannade livsmedelsbutiken som får landsbygden att blomstra igen.
- Gratisbuss från Vingåkers station eller Västra Vingåkers kyrka 9.30 och åter 14.00 från Läppe.

Anmälan senast 16 augusti till: Kjell Sternberg 070-7618753
eller kjell.sternberg@vingaker.se
OBS! Ange om bussplats önskas eller om du reser med egen bil.

Välkomna!
Samverkansprojektet Säker&digitalt



Inbjudan till alla pensionärer i Vingåkers kommun
oavsett föreningstillhörighet.

**Trivselträff i Kyrkans hus
den 26:e oktober 13.30-16.00**

- Information från DigidelCenter Vingåkers kommun, PRO, SKPF och SPF
- LUK (Läppe Ukulele Klubb) underhåller
- Vi bjuder på kaffe, smörgås och kaka
- Filmklipp från Seniorsurfarna

Anmälan senast 19:de oktober till: Kjell Sternberg
070-761 87 53 eller kjell.sternberg@vingaker.se

Välkomna!
Samverkansprojektet Säker&digitalt



Inbjudan till alla pensionärer i Vingåkers kommun
oavsett föreningstillhörighet.

**Trivselträff i Folketspark Vingåker
8 december 13.00-16.00**

- Information från Biblioteket/DigidelCenter, Vingåkers kommun, PRO, SKPF och SPF
- Inspiration och tips till att hitta underhållning i den digitala världen
- Vi bjuder på julgröt, skinksmörgås och kaffe
- Musikunderhållning

Anmälan senast 30 november till: Kjell Sternberg
070-761 87 53 eller kjell.sternberg@vingaker.se

Välkomna!
Samverkansprojektet Säker&digitalt



Annonser i Katrineholmskuriren

- Här har tidningen haft svårt att förstå att det är 4 samarbetspartner. De vill gärna ha rubrik: en (1) förening! **Ett observandum vid beställning.**
- En av tre annonser fick rubriken SPF Seniorerna

ma
t

Inbjudan till alla pensionärer i Vinågers Kommun oavsett föreningstillhörighet.

Trivseldag i Läppe den 24 augusti 10.00-14.00

* Information från Byalaget Läppe, PRO, SPF, SKPF och DigidelCenter Vingåker vid Bastuhuset Stenvred

* Lunch på Hjälmgården Läppe (pris max 99 kr)

* Besök på AutoMatLivsLäppe, den obemannade livsmedelsbutiken som får landsbygden att blomstra igen.

* Gratisbuss från Vingåkers station eller Västra Vingåkers kyrka 9.30 och åter 14.00 från Läppe.

Anmälan senast 16 augusti till: Kjell Sternberg 070-7618753 eller kjell.sternberg@vingaker.se OBS! Ange om bussplats önskas eller om du reser med egen

as
187/



torsdag 18 november 2021

FÖRENINGAR

PRO, SKPF, SPF Gullvivan och DigidelCenter

bjuder in alla seniorer i Vingåker till Trivselträff. Folkets park onsdag 8 december kl 13.00. Där bjuds det julgröt, skinksmörgås och musikunderhållning samt information om digitalt som underlättar och roar.

Anmälan senast 30 november till: Kjell Sternberg, 070-761 87 53 eller kjell.sternberg@vingaker.se.

Välkomna! Samverkansprojektet säker & digitalt. PRO, SKPF, SPF och Biblioteket/ DigidelCenter

stäm-
tider
och
2026.



se/katrin

Välkommen

SPF Seniorerna Gullvivan Vingåker

Inbjudan till alla pensionärer i Vingåkers kommun oavsett föreningstillhörighet. Trivselträff i Kyrkans hus den 26:e oktober 13.30-16.00

-Information från DigidelCenter Vingåkers kommun, PRO, SKPF och SPF

-LUK (Läppe Ukulele Klubb) underhåller

-Vi bjuder på kaffe, smörgås och kaka

-Filmklipp från Seniorsurfarna

Anmälan senast 19:de oktober till: Kjell Sternberg 070-761 87 53 eller kjell.sternberg@vingaker.se

Samverkansprojektet Säker&digitalt DigidelCenter, PRO, SKPF och SPF

Välkomna!

se/katrin

Välkom

Friluftsf

Katrinel

Neuro

land ir

Månads

klockan

av sjuks

Neurolo

erbjuds

lotteri ,s

mans. A

Paulsson

Inger He

176.Mex

allergi vi

oktober.

Välkom

Eng

ims



Smartphonekurser

Exempel på A4 att
dela ut vid möten



HUR FUNGERAR DET ?

Nybörjarkurs smartphone

Vad är en smartphone?
I grund och botten är en smartphone en helt vanlig telefon, men du kan göra så mycket mer. Denna kurs är för dej som är nybörjare och vill se möjligheterna med dagens telefoner. Vi bestämmer plats & tid gemensamt.

Anmälan till Digidelcenter/biblioteket
070-7618753 eller biblioteket@vingaker.se

Vingåkers kommun | samarbete med

 **Vingåkers kommun**

vingaker.se



VI GÅR VIDARE !

Fortsättningskurs smartphone

Nu går vi vidare:
Att upptäcka möjligheterna med din telefon. Att använda olika program/appar. Hjälpmedel i vardagen. Vi bestämmer plats & tid gemensamt.

Anmälan till Digidelcenter/biblioteket
070-7618753 eller biblioteket@vingaker.se

Vingåkers kommun | samarbete med

 **Vingåkers kommun**

vingaker.se

Facebook-sidor och grupper:

Upprepad information, inbjudan och påminnelser om Trivselträffar och kurser



**SPF Seniorena
Gullvivan Vingåker**
Ideell organisation



Gilla



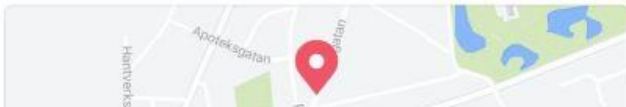
Följ



Startsida | Grupper | Videoklipp | Foton | Om

Om

Föreslå ändringar



Sök på Facebook

9+

6

Sonja

PRO Vingåker
Öffentlig grupp · 61 medlemmar

Har gått med + Bjud in

Om Diskussion Ämnen Personer Evenemang Objekt

Facebook- sidor och grupper...forts



Bibliotek & upplevelser i Vingåkersbygden
827 följare • 111 följer

Följer
Meddelande

Inlägg Om Omnämmanden Recensioner Följare Foton Fler

Introduktion
Bibliotek & upplevelser i Vingåkersbygden

Sida · Sport och fritid
Vingåkers Kommun, Vingåker, Sweden

Inlägg Filter

Fastnålat inlägg

Bibliotek & upplevelser i Vingåkersbygden
1 oktober

Facebook- sidor och grupper...forts



Vingåkers anslagstavla

Privat grupp · 2,4 tn medlemmar



Har gått med [+ Bjud in](#)

Om [Diskussion](#) Utvalt Ämnen Medlemmar Evenemang Objekt Filer



Skriv något ...

Om

Dela med er om vad som händer i Vingåkers



Läppe i Vingåkersbygden

Offentlig grupp · 735 medlemmar

Har gått med [+ Bjud in](#)

Om [Diskussion](#) Utvalt Be om eller erbjud hjälp Ämnen Personer Fler



Skriv något ...

Om

En grupp för oss som bor eller har koppling till Vingåkersbygden (Esko vid Lilla Vingsjön och Lilla Vingsjön)

Hemsidor, nyheter och bildgalleri
Exempel från SPF Seniorerna Gullvivan
Smartphonekurs i slottsmiljö
Se fler foton här: [SPF - Seniorerna 211019 Smartphonekurs och tidningsläsning \(spfseniorerna.se\)](https://spfseniorerna.se)



P4 Sörmlands direkt-intervju under Trivselträff i Läppe

Lyssna här: [Med Jonas Carnesten 24 augusti 2021 - Förmiddag i P4 Sörmland | Sveriges Radio](#)

P4 Sörmland om Trivseldag i Läppe

Drygt 60 personer kom till information, lunch och besök i den obemannade livsmedelsbutiken.



P4 Sörmland hade idag en intervju med oss under Trivseldagen i Läppe. Lyssna 1:37 in i programmet!

[Klicka här](#)

Säker@digitalt är ett samverkansprojekt PRO, SKPF, SPF och Digidel i Vingåkers kommun.



Kommuntidningen, Vingåker för dej.

Säker @digitalt presenteras i kommande nr 2021:2

Läs här: [Kommuntidningen Vingåker för dig - Vingåkers kommun \(vingaker.se\)](https://www.vingaker.se/kommuntidningen-vingaker-for-dig)



Sök...



[Start](#) > [Organisation & Politik](#) > [Press och information](#) > [Kommuntidningen Vingåker för dig](#)

Press och information



Kommuntidningen Vingåker för dig

Fyra gånger om året ger vi ut en kommuntidning med information om kommunens verksamheter (två utgivningar 2021). Tidningen delas ut till alla hushåll och företagare samt till fritidshus på sommaren. Du kan maila eller ringa kommunikationsenheten för att beställa ditt pappersexemplar. Det går även att anmäla sig till prenumeration, så skickar vi automatiskt det nya numret till dig. Du kan även hämta ett exemplar på till exempel Vingåkers bibliotek samt ta del av Vingåker för dig här på webben.

Vingåker.se, varje trivselträff har presenterats som evenemang

[Vingåkers kommun - Startside \(vingaker.se\)](http://Vingåkers kommun - Startside (vingaker.se))



Sök...



Me

[Start](#) > [Upplevelser](#) > [Trivselträff i Folketspark Vingåker](#)

Trivselträff i Folketspark Vingåker

Inbjudan till alla pensionärer i Vingåkers kommun oavsett föreningstillhörighet.

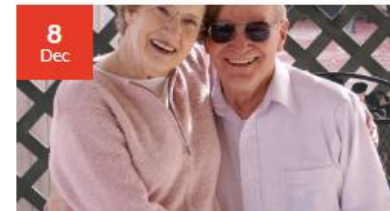
8 december 13.00-16.00

- Information från Biblioteket/DigidelCenter, Vingåkers kommun, PRO, SKPF och SPF
- Inspiration och tips till att hitta underhållning i den digitala världen
- Vi bjuder på julgröt, skinksmörgås och kaffe
- Musikunderhållning

Anmälan senast 30 november till: Kjell Sternberg
070-761 87 53 eller kjell.sternberg@vingaker.se

Välkomna!
Samverkansprojektet Säker&digitalt

[Fler upplevelser](#)



8
Dec

- 📅 08 dec, 2021
- 🕒 Kl. 13.00 - Kl. 16.00
- 📍 Vingåkers Folkets park, Vikingavägen, Vingåker, Sverige
- 👉 Biblioteket, Omsorg och stöd

Referat i Tidningen Senioren

Läs hela referatet här: [I Vingåker samverkar PRO, SKPF, SPF och DigidelCenter i projektet Säker@digitalt - Senioren](#)



LANDET RUNT | SPF SÖDERMANLAND

I Vingåker samverkar PRO, SKPF, SPF och DigidelCenter i projektet Säker@digitalt

 SPF Södermanland
PUBLICERAD 2021-11-07

DELA NU:      

Från Trivselträffen 26/10.
Drygt 60-talet seniorer kom till trivselträffen Kyrkans hus för trivsel, musik och

Katrineholmskuriren, Din förening

Referat från varje trivselträff (exempel från 2/9-21)



- **PRO, SKPF, SPF och Digidelcenter samverkar i Vingåkers kommun.** Vingåker är pilot i Sörmlandsdistriktets projekt Säker@digitalt. Säker@digitalt bjöd in till Trivseldag i Läppe och 65 personer anmälde sig (fler ville komma men anmälde sig för sent, matbeställningen var redan gjord). Deltagarna fick information om Hjälmgården, Byalaget Läppe, Vingåker landsbygdsbibliotekarie, projektet Säker&digitalt och pensionärsorganisationerna. Före lunchen, bestående av fläsk med löksås på Hjälmgården, bjöds det gott om tid för promenad och trivsel i det fina sensommarvädret. P4 Sörmland hörde av sig under dagen och gjorde en intervju i direktsändning. Efter lunchen besöktes AutoMat LäppeLivs. Den obemannade livsmedelsbutiken som får landsbygden att blomstra. Deltagarna fick prova på att öppna dörren med bankid, självskanna och betala med kort. Med sig hem hade deltagarna erbjudande om smartphonekurs, såväl nybörjar- som fortsättningskurs och ett löfte om inbjudan till ny Trivselaktivitet från pilotprojektet Säkert@digitalt i Vingåker.

Artikel i Vingåkersbladet om SPF Seniorerna Gullvivan, Vingåker

Läs den på webben: [Nytt nummer av tidningen ute nu! - Vingåkersbladet \(vingakersbladet.com\)](https://www.vingakersbladet.com)

Sidan 2

Föreningspresentation!

SPF Seniorerna Gullvivan, Vingåker

SPF Seniorerna är en av Sveriges största seniororganisationer och verkar för att skapa bättre villkor för äldre och att du ska få ett aktivt och meningsfullt liv som senior. De har funnits i Sverige sedan 1939 och i Vingåker i drygt 38 år. Det är en mycket aktiv förening som blandar möten, promenader, trivseltreffar, resor, kurser och studiecirklar. Mycket har legat nere eller gått på spårarna på grund av pandemin. Men nu öppnar de upp mer och mer och förhoppningsvis kanske de snart kan ha sina möten på Hamlegården.



Lars-Gunnar Karlsson, ordförande

SPF Seniorerna bedriver ett påverkansarbete – i samarbete med KFR, Kommunalt pensionsråd, RFR, Regionalt pensionsråd – som handlar om hälsovård och trafik. Sonja Kantonen sitter med i en referensgrupp i distriktet som tittar på äldreperspektivet när det gäller hälsovård och palliativ vård. Medicinär i SPF har gjort intervjuer på vårdcentralen och Hamlegården.

På Söndagsgården i Vingåker finns Anhörigcentrum, de gör insatser om det behövs och är en av många exempel på kommunala verksamheter som SPF bevakar/informerar om och samverkar med. Anhörigtödet är en service till anhöriga och är kostnadsfritt.

På Vasenkolon i Vingåker träffar jag ordföranden i SPF Seniorerna Gullvivan – Lars-Gunnar (Lasse) Karlsson. Den här dagen är det kurs i bridge (redde gången av 50). För de som redan kan så spelas det bridge varje söndag mellan klockan 13.00 och 17.30 i Folkets Park.

Under kaffepausen får jag möjlighet att ställa lite frågor till Sonja Kantonen som visade sig ha mycket kunskap om föreningen. Sonja är yrkesledamot och ansvarig för hemsidan.

Under pandemin har det varit färre fysiska aktiviteter. Men från november 2020 och fram till mars 2021 så hölls under 20 veckor olika möten via det digitala programmet Teams. I början handlade det mest om att läsa sig last programmet fungerade men sedan kunde det vara diskussioner i olika ämnen.

Någon gång var det någon gäst med och en annan gång hade de biblioteksbesök. Månadsmötena har ibland hållits digitalt om de inte varit i Folkets Park eller kyrkans fön. SPF samarbetar även med andra organisationer och föreningar och det handlar att PRO bjuder in till olika aktiviteter.

Hänt och händer under bänken
24 augusti bjöd alla kommunens pensionärer, oavsett förenings tillhörighet, till en trivseldag i Läfte. Det var information från Byslaget Läfte, PRO, SPF, SPF (Svenska kommunens pensionsförbund) och Biblioteket/DigitalCenter. Det serverades lunch till sjukhusmedsorg (99 kr) på Hjälmargården. Besök gjordes på Hamlegård i Läfte, den obemannade livmedelsbutiken. Till och från denna skrivet gick gränslinor från Vingåkers station eller Västra Vingåkers kyrka. En uppskattad aktivitet och det kom cirka 70 deltagare.

16 september hölls månadsmötet ute på Lindbergs nostalgimuseum i Österåker. Deltagarna fick en visning runt i det spännande museet.

14 oktober gick en resa till Nobel-museet i Karlsgårds och vidare till Lerinsutställningen i Karlstad.



Alfred Nobel i egen hög person (som vaxdocka) bevakar sin laboratorier.



Intresserade deltagare på Lerinsutställningen i Karlstad.



Kaffe med smörgåsar smokade bra ute på Lindbergs nostalgimuseum. Vid bordet syns från vänster: Marita Andersson, Elisabet Wester, Kalle Anderson, Peter Wester, Mårten Gjötblom och Nina Sjöt.

21 oktober, på månadsmötet underhålls Annis från Eklövna med sång och musik. De spelade traditionell dansmusik, gammalt och nytt, schlagvis, visor, folksång och stämmor och allsång.

Det serverades gratis kaffe med smörgåsar till de drygt 60 medlemmarna som kommit till parken.

26 oktober, vid trivseltreff i kyrkan kom bjöd det på musik, film och naturligtvis kaffe med smörgåsar. Det informerades om projektet Säker@digitalt – ett samarbete mellan PRO, SPF, SPF och Biblioteket/DigitalCenter – där fyra kommer i Sörmland är piloter varav Vingåker är en av dem. Detta är ett pågående projekt.

Biblioteket/DigitalCenter är en del av projektet där Kjell Sternberg är kursledare i grundkursen om användande SmartPhone. Det är både nybörjar- och fortsättningskurs. Sju parallella kurser pågår och ytterligare en nybörjarkurs startar nu. Dessutom är 12 stycken i kö för att börja efter nyår. Kontakta Kjell Sternberg för mer information 070-761 87 53.

17 november, på månadsmötet berättade meteorologen Helen Tornstam om sin reseledning "Täget till Thailand"



Text: Majan Wickström

FAKTA
Medlemsavgift: 260 kr från 2022.
Medlemskapet ger lagra kostnad på Adic, men man får många fler rabatter i olika företag, så mer på hemsidan.
Styrelsen
Lars-Gunnar Karlsson, ordförande, Mårten Gjötblom, vice ordförande, Gunnar Lucio Granberg Östling, sekreterare, Rolf Granberg, kassör.
Ledamöter:
Sonja Kantonen, Marita Andersson och Per Olsson.
Kontakt i medlemmarnas:
Mårten Gjötblom, e-post marto.gjoetblom@gmail.com
Kontakt angående hemsidan
Sonja Kantonen, e-post sonja.m.kantonen@gmail.com
Hemsida: <https://www.spfsejonierna.se/vingaker>
Facebook: SPF Seniorerna Gullvivan Vingåker

Tack från projektgruppen!

Inger Lindfors PRO, Göran Johansson PRO, Marianne Lundgren SKPF, Britt-Marie Lundin SKPF, Lars-Gunnar Karlsson SPF Seniorerna, Kjell Sternberg Biblioteket/DigidelCenter, Sonja Kantonen SPF Seniorerna

