



# AKTIVISTEN

Den aktiva pensionärstidningen för medlemmar i  
SPRF avd 20 Boden





Nummer 2 Årgång 2011



I detta nummer finner Du många intressanta artiklar om vår verksamhet.  
Vi berättar om vårens program för studiecirklar, resor, radiosändningar och månadsträffar.  
Vill Du veta mer om vår förening?  
Vi har öppet hus på onsdagar 1300-1400.  
På vår hemsida [www.sprfavn20.se](http://www.sprfavn20.se) finner Du alltid det senaste.

Ansvarig utgivare : Hans Pettersson

## Innehåll

Sida 3	Ledare. Reseprogram 2011, dagsresor och resor med övernattnig. ÅRSMÖTE	3
Sida 4	SPRF Verksamhetsplan våren 2011, Öppet hus, .SPRF-kören, Styrelsemöten.	4
Sida 5	Detektivrutan,  Vad gör du på onsdag förmiddag? Brott mot äldre	5
Sida 6	Radiobunkern i Boden.	6
Sida 7	Café 20, Revygruppen, Studieorganisatören sammanfattar	7
Sida 8	Studiecirklar att anmäla sig till!	8
Sida 9	Ännu fler studiecirklar att anmäla sig till!	9
Sida 10	Värva nya medlemmar. Information om eLSe. Information från 	10
Sida 11	Inbjudan till Kulturcafé Björken, Besöksverksamheten.	11
Sida 12	Lokal rutin angående fysiska begränsningsåtgärder. Kameramuseum.	12
Sida 13	Hobbyverksamhet, Sändningstider för SPRF radiosändningar på 98,2 Mhz	13
Sida 14	Men hur kör du? rapport från en studiecirkel.	14
Sida 15	Samgående SPRF—SPF 	15
Sida 16	Samgående SPRF—SPF. Och en rebus att lösa! 	16

I AKTIVISTEN:s redaktion ingår:

Lisa Forslund, Håkan Nilsson, Kerstin Nilsson, Christer Henriksson, Per-Erik Nordlander,  
Ansvarig utgivare: Hans Pettersson.

Foto: Håkan Nilsson, Tage Jacobson, Lisa Forslund, Hans Pettersson m fl.

Grafisk form/layout: Tage Jacobson

Tryck:

BJÖRNS Tryckeri Boden

## Ledare

Tack för en fin höst och för att Ni ställt upp på de som erbjudits.

Vi hoppas att år 2011 också ska innehålla många trevliga aktiviteter, resor och studiecirklar.

Samgåendet med SPF kommer att diskuteras vid många tillfällen. Tänk på vilka möjligheter som kan öppnas med nya kontakter och nya idéer. Vi ska ligga steget före och vara med i samhällsdebatten. Vi arbetar med äldrefrågor men vi vill också att gapet mellan generationer ska minska och kanske försvinna.

Vi ser positivt på framtiden och din aktiva hjälp med att rekrytera nya medlemmar.

## RESOR 2011 Dagsresor

**2 mars** JOKKMOKKS marknad

**3 mars** JOKKMOKKS marknad

Bussresa

170 kr kaffe/the smörgås ingår

**Under maj**

IKEA 140 kr

**Veckan efter midsommar**

En resa på havet med LAPONIA

**Under november**

IKEA 140 kr.

Dessutom ytterligare någon dagsresa, kanske trädhotellet, JOKKFALL, eller tips från **DIG**.

**Se annonstidningen EXTRA för mer information om resorna, och ev ändring av datum!**

**SPRF medlemmar kallas till  
Årsmöte  
17 februari kl 1400  
Björksalen i Björknässkolan.  
Årsmötesförhandlingar.  
OBS! Stadgarna för motioner.  
Vi bjuder på mat efteråt.  
Välkomna!  
Styrelsen.**

## RESOR 2011

### Resor med övernattningar.

**1 –2 april** Kiruna — Nikkaluokta — Jukkasjärvi.

Resväg: Boden — Luleå – Lunch — Kiruna stadshus — Hotell Ferrum – Nikkaluokta — Middag — Hotell — Frukost — Jukkasjärvi kyrka — ishotellet — Lunch Jukkasjärvi värds- hus — Luleå — Boden.

Bussresa. Allt ingår. 1625/person i dubbelrum, enkelrumstillägg 400kr.

**18—21 juli.** Fiskeresan till Tomma utanför Mo i Rana 8 platser.

**Under september**

Kryssning Stockholm — Helsingfors (alt Tallin)

**Under oktober**

Distriktsfest i Luleå

**Under november**

Bingolotto i Göteborg med en tur till Ullared.

Reseledare är Bert och Gunvor Selström tel 0921-64074 alt 070 6407404.

Intresseanmälan kan göras direkt.

**Vänta ej för länge eftersom våra re- sor brukar vara fullsatta.**

Ta gärna med en vän!

Skicka gärna Din e-postadress till  
[sprfavd20.boden@telia.com](mailto:sprfavd20.boden@telia.com)



## SPRF Verksamhetsplan 2011

### Träffar på Å-Center

13 januari	EXTRA möte samgående med SPF
20 januari	Palt
10 mars	Teater
7 april	Modevisning
14 april	Ärtsoppa
12 maj	Vårfest med dans
31 maj	Månadsträff
18 augusti	Månadsträff
2 september	SPRFdag, Surströmming, dans

För ytterligare information se EXTRA-bladet på onsdagar.

## SPRF-kören i avd 20, Boden

Körledare Alf Lindgren

Kören består av c:a 50 glada pensionärer, damer och herrar, som älskar att sjunga, samt spelmän med dragspel, fiol o munspel. Den startade för 10 år sedan med Alf Pohjanen i spetsen. Nuvarande ledare sedan 6 år är Alf Lindgren.

Träning varje tisdag, som börjar med gymnastiska kroppsrörelser och uppsjungning. Kören är ofta anlitaad att sjunga inför publik. Förra året uppträdde de vid 52 tillfällen bl. a på äld-reboenden, Sunderby Sjukhus, Kyrkan, Röda Korset och gallerian Enter. Ur repertoaren: Pensionärsvisan, Rosa på bal, Dansen den går uppå Svinsta Skär och många, många andra populära sånger, både världsliga och religiösa.

Majlis Johansson, som varit med nästan från starten, berättar att de alltid har roligt i kören med mycket skratt. Ibland händer små incidenter, som t ex att spelmännen börjar spela en sång och kören tar i med en helt annan sång,

## Styrelsemöten 2011

Plats: Johannesgatan 1 B

Tid: 0900 — 1200

2011-01-18, 2011-02-08, 2011-03-01, 2011-03-29, 2011-04-19, 2011-05-17, 2011-06-14. —Sommaruppehåll— 2011-08-09, 2011-09-06, 2011-10-04, 2011-11-08, 2011-12-13.

## SPRF medlemmar kallas till Årsmöte

17 februari kl 1400

Björksalen i Björknässkolan.

Årsmötesförhandlingar.

**OBS! Stadgarna för motioner.**

**Vi bjuder på mat efteråt.**

**Välkomna!**

**Styrelsen.**

## ÖPPET HUS

SPRF har ÖPPET HUS på Johannesgatan 1B på ONSDAGAR

1300 - 1400, dock ej i anslutning till storhelger, sommar- och juluppehåll. Du är välkommen att ställa frågor, titta på bilder och få information från en styrelseledamot.

Vi bjuder på fika!

## RADIO BODEN 98,2 Mhz

Lyssna på SPRF avd 20.

Onsdagar 1000 - 1100

och 1500 - 1600

Söndagar 1500 - 1700.

**Din egen radiokanal med aktuell SPRF information.**

**Sändningstider våren 2011 se sid 13  
98,2 Mhz**

## Brott mot äldre

I Stockholms län anmäldes drygt 16 000 brott mot personer över 65 år.

De vanligaste brotten var

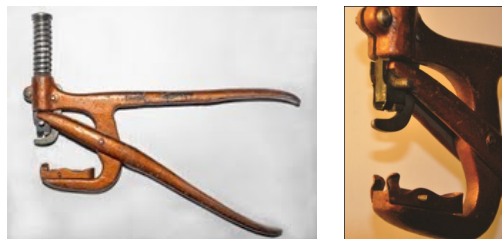
fickstölder	2 312
bedrägeri	2 310
skadegörelse	1 582
stöld utan inbrott hos funktionshindrad	1 116
inbrott i bostad	980

Av de anmälda brotten nådde bara 444 så långt som till åklagare. Polisen hävdar att det är svårutredda brott. Ofast handlar det om organiserad brottslighet där internationella ligor väljer ut de svagaste offren. Chefen för åldringsbrottsgruppen i Söderort menar att det behövs specialister på dessa brott i varje polisdistrikt.

Källa: DN 2010-12-07.

Detektivrutan.

Vem kan identifiera detta verktyg?



Du som vet, ring Håkan Nilsson 0921-56497 alt 0705916830 eller [f.hakan.v.nilsson@telia.com](mailto:f.hakan.v.nilsson@telia.com)  
Han väntar på Ditt svar!



## Vad gör DU på onsdag förmiddag ?

Kom gärna och besök oss i hobbylokalen där vi bl. a sysslar med vävning. Du kan få eller ge kunskap om enklare vävar. Gärna de gamla vanliga, men Du kan också komma med ”nyttänk”

Hör gärna av Dig till:

Olga Nordin 18140

Irene Wahlberg 19232

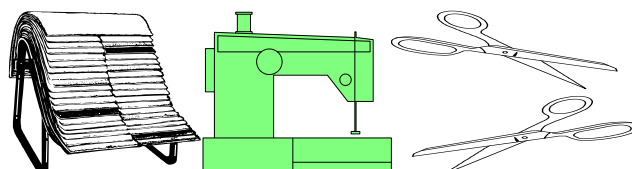
Känn Dig varmt välkommen!

Ingång vid Opalen.

## SPRF CD

SPRF sångkör har spelat in en CD-skiva. Den finns nu att köpa till en kostnad av 50:-.

CD-skivan kommer att säljas vid SPRF arrangemang samt bland annat av sångkörens medlemmar.



## Café 20 våren 2011

24 januari Från Station till Garnison

Eilert Gezelius berättar.

7 febr Chaplins liv 4 filmer

21 febr Naturfilm 90 min

7 mars Krister o Stefans buskis 90min

21 mars Dokumentärfilm 90 min

4 april Hjalmars revy 90 min

Tid: Kl 1400 alla datum

Plats: SPRF Lokal Johannesgatan 1B

## Fika

Välkomna!

Har Du synpunkter på vår hemsida?

5

Vår hemsida: [www.sprfavd20.se](http://www.sprfavd20.se)

## Radiobunkern i Boden.

Ursprungligen byggdes en träbyggnad 1914 för att med trådlös telegraf säkerställa kontakterna mellan riksledningen och den för landet viktiga Bodens fästning.

1916 byggdes en radiobunker i armerad betong som skulle motstå dåtidens



Bild: FMLOg  
Regionarkiv

Stationsbunkern  
Boden Radio

tunga artilleriprojektiler.

Kungliga Telegrafverket övertog sedan ansvaret för Radiobunkern.

Gustaf V besökte Radiobunkern 1916 som ett bevis på dess viktiga betydelse. I samband med detta besök skrev Konungen sitt namn på en stentavla i bunkern.

Under första världskriget tog Boden radio emot telegrafiska nyhetskommunikationer som sändes från många krigförande länder

Under åren 1917-1918 vidarebefordrade Boden radio ett stort antal telegram mellan krigsfångar i Ryssland och Österrike /Ungern och deras anhöriga.

I juni 1919 öppnades stationen för allmän trafik med båtar i Bottenviken. Boden radio var dessutom i många år sjöräddningscentral. Fartygsradiotrafiken pågick i bunkern till 1958 då verksamheten flyttades in till Boden.

Boden radio anlätades för radiosamband med luftfartyg, som t.ex zeppelinare, som färdades i det norrländska luftrummet.

Den första officiella rundradioutsändningen i Sverige ägde rum 12 juli 1921. Det blev svenska rundradions

start.

Till och från Sveriges gruva på Svalbard förmedlades en stor mängd telegram på 1920-talet.

Stationspersonalen fortsatte med ut-sändningar från radiobunkern av föredrag, sång, musik mm. Ansvaret för programverksamheten övertogs 1923 av Bodens radioklubb.

Den första sportradiosändningen skedde också från radiobunkern som gav resultat från en i Boden pågående skidtävling.

1925 övertog det då nybildade Radiotjänst ansvaret för programverksamheten. Boden var under Radiotjänsts första år den lokalstation i landet som levererade de flesta programinslagen till riksprogrammet från Stockholm. En bit från radiobunkern uppfördes "Radiovillan" som var personalbostad för de som arbetade i radiobunkern. Byggnaden revs i början på 1970-talet. All verksamhet från radiobunkern upphörde 1975

I ett tryckt häfte med rubriken "Först i etern" utgiven 1995 finns stationens intressanta historia närmare beskriven. En radiohistorisk förening "Boden radio – Först i etern" bildades våren 2010. Föreningen arbetar bl.a för att stationen ska bevaras och återställas på ett sådant sätt att miljön i den, från radions barndom kan återskapas. Och att den kan visas för intresserade.

I juli 2011 är det 90 år sedan Sveriges första rundradioutsändning kunde höras från Boden radio.

De första personerna som arbetade med Boden Radio 1914 kom från Marinen



## Revy-grupp

SPRF avd 20 har en mycket uppskattad revygrupp bestående av drygt 10 st entusiastiska medlemmar som inspirerar och kompletterar varandra även under repetitionerna med skratt och humor.

Gruppens ledare är Ivar Eliasson och Lars-Åke Lidström.

Övriga medlemmar är Lars-Erik Öhman, Helena Eliasson, Mimmi Abrahamsson, Eivor Wahlberg, Stina Runelöf, Birgitta Henriksson, Roland Widman, Roland Livbom och Gunvor Lundberg.

Kommande teman är Sängkammarsnack, Kommunfullmäktige, Skolan och Gårdfarihandlare, i nutida tolkning. Ett kulturellt spel som manar till funderingar och eftertanke.



Revygruppen under planeringsarbete med Ivar Eliasson som ledare

## Café 20 våren 2011

24 januari	Från Station till Garnison Eilert Gezelius berättar.
7 febr	Chaplins liv 4 filmer
21 febr	Naturfilm 90 min
17 mars	Krister o Stefans buskis 90min
21 mars	Dokumentärfilm 90 min
4 april	Hjalmars revy 90 min

Tid: Kl 1400 alla datum

Plats: SPRF Lokal Johannesgatan 1B

## Fika

Välkomna!

## Studieorganisatören sammanfattar

Som Ni säkert har sett i återkommande medlemsutskick, har vi inom avdelningen en omfattande studieverksamhet, som genomförs i cirkelform med cirkelledare ur "de egna leden"

Styrelsens filosofi är att våra medlemmar vill delta i aktiviteter på något sätt, efter var och ens intresse och förhoppningsvis trivsel, gemenskap och sammanhållning inom avdelningen.

Bland avdelningens ca 1300 medlemmar finns också krafter att skapa dessa förutsättningar.

Som min roll som studieorganisatör ser jag att

- lyssna av intresse/önskemål om studieverksamhet.
- undersöka möjligheterna att tillgodose önskemålen.
- ordna ledare, utbildningsplatser samråda med stödjande studie förbund. administrera, rapportera .

Det helt avgörande för dagens omfattande verksamhet är att vi inom avdelningen har duktiga/engagerade cirkelledare. Studieverksamhetens målsättning sammanfattningsvis:

- Överskådligt och rikligt utbud
- Enkelt att anmäla sitt deltagande
- Trivsamt och utvecklande
- "billigt" självkostnadspris
- *Alla är välkomna efter sin förmåga*

Jag tar gärna emot förslag till cirklar och blir särskilt glad om någon medlem säger att "jag ställer upp som ledare...".

**0921-19616 alt 0703946700**

**C-H Dahlin**

På de kommande två sidorna läser Du om vårsäsongens många cirklar. Anmäl Dig till någon som Du tycker verkar intressant och givande.

## Utbud av studiecirklar våren 2011

Cirkel	Ledare	Telefon	e-post	Starttid	Plats
Data/nybörjare/fullteckn	Håkan Nilsson	0921-56497	f.hakan.v.nilsson@telia.com	2011-01-18 0800	SV Almgatan 4
Foto i dator/fulltecknad	Åke Wasikkaolja	0921-53508	aka.wasikkaolja@bredband.net	2011-01-18 1300	SV Almgatan 4
Slöjd/träarb	Sixten Wahlberg	0921-19232	sixten.wahlberg@tele2.se	2011-01-12 0900	Hobbylokal
Slöjd/knivar/nyb	Lars Dahl	0921-55707		2011-01-10 1200	Hobbylokal
Slöjd/svepaskar	om ledare kan ordnas	0921-19616			
Slöjd/träsvarv	Sune Nordin	0921-18140	sune.nordin1@comhem.se	2011-01-10 0900	Hobbylokal
Körsång	Alf Lindgren	0921-15289	alfindgren@telia.com	2011-01-18 1500	Åcenter
Vävning	Olga Nordin	0921-18140	olga.nordin@comhem.se	2011-01-12 0900	Hobbylokal
Mötesteknik/styrelse	Rolf Strand	0921-18641	sprfavd20.boden@telia.com	2011-01-18 0900	SPRF-lokal
Handarbete/stickning	Gunvor Selström	0921-64074	092164074@telia.com	2011-01-12 0900	Hobbylokal
Äldre i trafiken	Tord Leastadius	0921-19210	thord.leastadius@bredband.net	Pågår	SV Almgatan 4
Gymnastik	Else-Maj Sundqvist	0921-17614	Mobil 0703598325	2011-01-20 0930	Åcenter
Radiosändning	Eberth Gustafson	0921-16471	eberth@globalnet.net	2011-01-17 1000	SPRF-lokal
Friskvård/stavgång	Sixten Wahlberg	0921-19232	sixten.wahlberg@tele2.se	2011-01-10 1000	Kvarnängen
Friskvård/cykel i trafik	Rolf Strand	0921-18641	sprfavd20.boden@telia.com	2011-05-23 1000	Kvarnängen
Friskvård/boule	Rolf Strand	0921-18641	sprfavd20.boden@telia.com	2011-05-25 1000	Kungsbroparken
Friskvård/boule	Margareta Wikström	0921-250115	marvik37@hotmail.com	2011-05-25 1000	Kungsbroparken
Friskvård/boule	Vera Åström	0921-14336	vera.astrom@hotmail.com	2011-05-25 1000	Kungsbroparken
Friskvård/simteknik	Göta Hansson	0921-73220		2011-01-12 1200	Nordpoolen
Tennträdsarbeten	Siv Edin	0921-64412	siv edin@telia.com	2011-01-20 0900	SPRF-lokal
Revy	Ivar Eliasson	0921-15963	ivareliasson@spray.se	2011-01-10 1300	Åcenter

Studieorganisatör C-H Dahlin när Du telefon 0921-19616 Mobil 0703946700

Och e-post c-h.dahlin@telia.com

Vår samarbetspartner i studiefrågor  
Studieförbundet Vuxenskolan



## Utbud av studiecirklar våren 2011

Cirkel	Ledare	Telefon	e-post	Starttid	Plats
Minnestråning	Rolf Strand	0921-18641	sprfavd20.boden@telia.com	2011-02-16 1300	SPRF-lokal
Vardagsjuridik	Om ledare kan ordnas	0921-19616			SV Almgatan 4
Släktforskning intro	Björn Fredriksson	0921-65315	bjorn.fredriksson@algonet.se	2011-01-19 1300	Råbäcksgården
Trädgårdsskötsel	Rolf Strand	0921-18641	sprfavd20.boden@telia.com	enl senare beslut	Bergbacka
Bridge/forts	Tord Lindberg	0921-16447	e.ek@bredband.net	2011-01-27 1300	Bridgelokal
Rekrytering/PR	Tage Jacobson	0921-55950	tagejacobson@gmail.com	2011-01-24 1300	SPRF-lokal
Engelska nybörjare	Clas-Göran Lund	0921-56252	cegelund@gmail.com	2011-01-13 1300	SPRF-lokal
Konsthandverk	Britt-Inger Söderman	070-2478283		2011-01-10 1800	Stationsgatan 2
Mediateknik	Hans Pettersson	0921-56466	hans.b.pettersson@telia.com	2011-01-27 0900	SPRF-lokal
Knyppling	Inga-Britt Strand	0921-50416	keib@telia.com	2011-01-17 1300	Hobbylokal
Säkerhet i vardagen	Hans Pettersson	0921-56466	hans.b.pettersson@telia.com	enl senare beslut	SPRF-lokal
Havsfske	Bert Selström	0921-64074	092164074@telia.com	2011-07-18 -- 21	Atlanten Norge
Vinkunskap	Clas-Göran Lund	0921-56252	cegelund@gmail.com	enl senare beslut	
Vin och mat	Clas-Göran Lund	0921-56252	cegelund@gmail.com	enl senare beslut	
Kommunarkivet	Hans Johansson	0921-12392		enl senare beslut	SPRF-lokal
Golf/introduktion	Sören Johansson	0921-18005		2011-05-xx	Golfbanan
Kulturutveckling	Hans Pettersson	0921-50416	hans.b.pettersson@telia.com	2011-01-17 1300	Björken

Anmäl Ditt intresse att delta direkt till resp. ledare, som också kan ge Dig mer information.  
 Om Du har ytterligare förslag till cirklar eller vill delta som cirkelledare, hör av Dig till studieorganisatören 0921/19616.  
 Besök även vår hemsida, [www.sprfavd20@telia.com](http://www.sprfavd20@telia.com), där hittar Du ytterligare information om vissa cirklar.

Studieorganisatör C-H Dahlin när Du telefon 0921-19616 Mobil 0703946700

Och e-post [c-h.dahlin@telia.com](mailto:c-h.dahlin@telia.com)

Vår samarbetspartner i studiefrågor  
 Studieförbundet Vuxenskolan

**Värva NYA medlemmar!**

Nya medlemmar får gratis medlemskap under 2011.  
 Du som värvar får som premie en TIA-lott för varje värvad ny medlem.  
 För att SPRF avd 20 ska förbli en stark förening, måste vi värva minst 70 - 80 nya medlemmar varje år.

Detta innebär att varje medlem bör vara aktiv och värva nya medlemmar till vår förening, vilket har visat sig vara den bästa metoden.

Föreningen är den största pensionärsföreningen i Boden med omkring 1300 aktiva medlemmar.  
 Vi är just nu den TREDJE STÖRSTA SPRF-avdelningen i Sverige.

Vi ser positivt på framtiden med  
**Din aktiva hjälp**  
 med att rekrytera nya medlemmar.

För PR/Rekryteringsgruppen  
 Rolf Strand

**eLSe**

Det betyder "elearning for seniors"  
 Grundläggande datautbildning på distans för seniorer.  
 SPRF genomförde 5 studiecirklar, med nästan 30 deltagare under 2009 och 2010.

På grund av oklarheter med dataservern, som försåg oss med den digitala studieboken, har kontakten med systemet slutat fungera.  
 SV och SPRF arbetar vidare för att få igång det igen.

SPRF kommer då att starta studiecirklar som kan intressera nya deltagare.



Bodens Järnvägsstation 1950-talet

**SV. Erat val!**     
**Cirklar att längta till!**

Inte bara att lära sig laga mat.

Tänk på gemenskapen att tillsammans skapa goda måltider.

Anmäl dig till **Matlagning för herrar** hos SV.



**Studieförbundet  
 Vuxenskolan**

Almgatan 4, 961 64 Boden, Tel:0921-171 90  
 Nygatan 11, 972 32 Luleå, Tel: 0920-893 20  
 E-post: boden-lulea@sv.se  
 www.sv.se/boden-lulea

Biblioteket- Ljudbok- Film- Dikter- Musik- Dans

# Kulturcafé Björken

Berättelser- Allsång- Fika- dans- Teater-Konst- Mat

## Inbjudan



## Inbjudan

### Generationer i samverkan

Alla är välkomna.  
Även barn, barnbarn.  
17 januari kl 13.00

Plats: Björken

Program Biblioteket visar ljudböcker  
Daisysystemet —Läsplatta, boktips.  
Kaffe med kaka serveras.

### Kommande program

- 31 januari. Film, dokumentär—  
livskvalité.  
14 februari Musik, sång, blandat  
med allsång  
28 februari Äldre berättar ur sina  
liv.  
Start 1300.

Skicka gärna Din e-postadress till  
[sprfavd20.boden@telia.com](mailto:sprfavd20.boden@telia.com)

### Besöksverksamheten.

I samverkan med SPF, Svenska kyrkan/ Överluleå församling, Röda Korset och Bodens kommun bedriver avdelningen besöksverksamhet.

Verksamheten utförs av frivilliga och är uppskattad av de som får besök. Den är ett komplement till kommunens sociala service för att sätta en guldkant på tillvaron.

Önskar du besök, få en pratstund, gemensam promenad eller vilken aktivitet du och besökaren kommer överens om, hör av dig!

Kontaktpersoner finns på  
RÖDA KORSET KUPAN  
Drottninggatan 15 i Boden.  
Telefontiderna är:  
måndagar och torsdagar 10.00-11.00.  
Telefonnummer: 0921-14470

## Lokal rutin angående fysiska begränsningsåtgärder

Enligt hälso- och sjukvårdslagen ska en person få individuellt anpassad information om sitt hälsotillstånd och om vilka metoder som finns för undersökning, vård och behandling. Om informationen inte kan ges till personen ska den lämnas till närstående om inte offentlighets- eller sekretesslagen hindrar det.

När det gäller socialtjänstlagen finns det i den ingen skyldighet att informera närstående.

Socialnämnd kan, med den enskildes samtycke, lämna information till närstående.

Begränsningsåtgärder får inte sättas in mot den enskildes vilja.

Vårdplanering med de som är involverade i vården, bör ske för att ge god vård. Anhörig, god man eller förvaltare kan inte ge sitt samtycke eller kräva tvångsåtgärd som begränsar den enskildes rörelsefrihet.

Om någon begränsningsåtgärd är aktuell för en vårdtagare, ska en riskanalys göras innan någon begränsningsåtgärd sätts in. Anhörig ska inbjudas att delta om vårdtagaren samtycker.

Anhöriga som vill att begränsningsåtgärder ska användas måste få tid med patientansvarig läkare och sjuksköterska för att diskutera eventuella risker för vårdtagaren med begränsningsåtgärder.

Begränsningsåtgärder i form av sele/bälte/ bord får användas efter samtycke av vårdtagaren för att underlätta möjlighet till aktivering eller skapa trygghet. Det får ej användas för att

hålla fast en orolig vårdtagare.

Sjuksköterska bedömer behovet av grind vid sängen och vårdtagaren måste samtycka till det. Om vårdtagaren inte kan föra sin egen talan, ska anhörig informeras om åtgärden.

## Låsning av lägenhetsdörrar

Inlåsnings får inte ske utan vårdtagarens samtycke.

## Låsning av ytterdörr

Ytterdörrar till särskilt boende och avdelningar får vara låsta. Dock måste låset vara så konstruerat att vårdtagarna kan öppna dörren och gå ut. Om vårdtagaren vill gå ut men inte kan öppna dörren själv, måste personal hjälpa till. Om personal ser att det är en risk för vårdtagaren att gå ut själv, kan ett alternativ vara att följa personen, eller att fördröja genom att tala vårdtagaren till rätta.

Huvudregeln är att åtgärder som innebär inskränkning i friheten eller tvång inte får företas.

## NORRBOTTENS STÖRSTA KAMERAMUSEUM.

Kameror från 1890—2000 talet,  
finner Du på Kvarngatan 4 i BODEN  
Öppet Onsdagar 13-17.  
Fritt inträde.

**Årsmöte för medlemmar  
17 februari kl 1400  
Björksalen i Björknässkolan.**

## SPRF avd20 Hobbyverksamhet

SPRF och PRO har tillgång till lokaler på nedre källarplanet intill Opalen. Där finns en stor sal med vävstolar samt plats för att göra olika handarbeten. Där finns också en lokal med många snickerimaskiner.

Vid ett besök var där 11 damer och 2 herrar. Full aktivitet rådde. Man vävde, stickade och broderade. Mycket av materialet är skänkt av givmilda medlemmar. Ullgarn till sockor köps in. Allt går till avdelningens lotterier och försäljning. Den som vill göra saker till sig själv får betala materialet. I snickeriet var det 3 herrar och en dam. Där tillverkades bl.a. ljusstakar, brunnslock och fiskargubbar. Även knivar med vackra skaft. En av deltagarna sa att en sak han fått lära sig under kursen är att man måste ha skjortan utanpå för att inte få sågspån i brallorna. Det blir även tid för en fikapaus. Föreningen bjuder på kaffet och delta-

garna tar med bröd samt står för kaffe-kokningen en gång var.

Alla tycker att det är mycket trevligt att träffas i en studiecirkel. Den sociala biten är mycket viktig. Man träffar också många trevliga människor och får dryfta världsproblemen.



På bilderna ser Du Hildur Nordqvist och Elvy Innala som läser ett mönster. Olga Nordin vid vävstolen. GI Therell limmar ihop en ljusstake och Anders Oja bearbetar ett knivskaft.

## Sändningsplan för SPRF radiosändningar våren 2011.



98,2 Mhz



### Sändningstider år 2011

Onsdagar kl. 10:00 - 11:00 och kl. 15:00 - 16:00.  
Söndagar kl. 15:00 - 17:00.

Radioåret inleds med en planeringsträff måndagen 17 januari kl. 10:00 - 11:00 i föreningslokalen på Johannesgatan 1 B.

Du som har idéer om programinslag eller är intresserad av att medverka i radion, på ett eller annat sätt, är välkommen till planeringsträffen.

Du kan även kontakta Eberth Gustafson per telefon 0921-164 71 eller 070-327 79 70.

Kom ihåg att lyssna på DIN radiokanal 98,2 Mhz



## Men, hur kör Du?!

Det och mycket annat som händer i trafiken får Du kunskap om genom att delta i studiecirkeln Äldre i trafiken. Sex SPRF medlemmar insåg att deras trafik-kunskaper behövde fräschar upp, när de fick reda på att det fanns en studiecirkel som kan erbjuda den möjligheten.

Cirkeln leds av den eminente Thord Leastadius, SPRF trafikombud, med mångårig erfarenhet av trafik och utbildning av trafikanter. Med sin gedigna kunskap ger Thord deltagarna möjlighet att förstå att trafikens regler hela tiden förändras och förnyas. Dessutom får deltagarna kunskap om den lokala trafikstadgan, som det är varje trafikants skyldighet att känna till. Som bonus får vi tips som kan vara bra att känna till för att slippa onödiga fällor och böter i vår stad. Dessutom tillgång till parkeringsplats som Du inte vet att den är tillåten att parkera på.

Vi har också varit ute och kört i cirkulationsplatser på ett rätt och riktigt sätt och att alltid använda blinkers när man svänger ut från en rondell. Det underlättar för Dina medtrafikanter och Du kommer fortare fram. Var alltid observant på trafiksituationen när Du kör! Prata inte i mobiltelefonen när Du sitter vid ratten, för då kan Du missa viktiga händelser som Du kan bli delaktig i på ett brutalt sätt.

Studier av några tveksamma trafiklösningar i vår stad har också gjorts direkt på plats. Som resultat härav kommer deltagarna att lämna förslag/synpunkter till de ansvariga för vägar och gator i kommunen.

Det blir alltid livliga diskussioner över kaffekoppen när vi sitter i studieloka-

len. Då har alla alltid någon synpunkt att komma med som berikar vår kunskap om trafiken i vår stad.

Tycker Du att det är dags att få tips och råd hur Du skall bli bättre i trafiken, både när Du kör eller på annat sätt färdas, så är Du varmt välkommen att kontakta Thord på telefon 0921-19210. Det är aldrig för sent att anmäla sig till en studiecirkel om hur Du skall bli en bättre trafikant.

## Ratta rätt i trafiken!

Text och foto: Tage Jacobson



Göte Andersson och Thord Leastadius diskuterar skyltens betydelse. Vet Du vad som gäller?



”Men då körde jag så här”, säger Christer. ”Men Du skulle ha kört så **hääär**” säger Thord, ”då gör Du rätt i trafiken”. Eija Hämäläinen, Göte Andersson och P-O Nordlander lyssnar noga för att lära sig mer.

## Förslag till samgående mellan SPRF och SPF

### Remissen

SPF och SPRF har gemensamt gjort en utredning om ett samgående. Det finns nu en remiss hos distrikten och avdelningarna. Avdelningar ska yttra sig över remissen till respektive distrikt vecka 3. Distriktens samlade yttrande ska vara förbundskansliet tillhanda senast den 31 januari 2011

### Vision

Vår vision är att vi

- ligger steget före och tar plats i samhällsdebatten.
- använder modern teknik och skapar nätverk för att med kraft företräda medlemmarna.
- arbetar kompetent, resultatinkänt och långsiktigt.
- inbjuder till gemenskap och delaktighet utifrån intresseinriktning.

### Medlemsutveckling

Vi är en pensionärsförening som arbetar med äldre frågor. Det innebär inte att vi utesluter någon. Både pensionärer och andra som är intresserade av verksamheten kan bli medlemmar.

En växande andel 65+ ökar förbundets tillväxtpotential. För att kunna värva medlemmar måste vi profilera oss så att vi attraherar och välkomnar nya medlemmar.

Våra medlemmar erbjuds förmånliga försäkringar, möjligheter till social gemenskap och andra förmåner samt påverkan i äldrepolitiska frågor.

### Framtiden

Frågor om världens resursförsörjning, en hållbar miljö och en alltmer globaliserad ekonomi får allt större betydelse. Det finns även andra utvecklingstendenser, som kommer att påverka det nya förbundets arbete på alla nivåer. Det kräver nya och delvis andra arbetsmetoder.

liserad ekonomi får allt större betydelse. Det finns även andra utvecklingstendenser, som kommer att påverka det nya förbundets arbete på alla nivåer. Det kräver nya och delvis andra arbetsmetoder.

### Verksamhetsidé

Vi tar initiativ och agerar långsiktigt i frågor som rör äldres villkor.

Vi erbjuder aktiviteter, förmåner samt stöd och service av hög kvalitet.

Vi påverkar opinionen genom att i ökad utsträckning nyttja media av olika slag.

Verksamhetsidéen ska förverkligas genom att:

- främst medlemmarnas önskemål styr verksamheten
- medlemmar, förtroendevalda och anställda är delaktiga i processerna
- vi tar fram ett handlingsprogram för att utvecklas in i framtiden och för att möta nya målgruppers behov och önskemål
- vi arbetar för att gapet i samhället mellan generationer ska minska och helst försvinna med ledorden "Ett samhälle med generationer i samverkan"



Remissen fortsätter på sidan 16

Vår hemsida: [www.sprfavd20.se](http://www.sprfavd20.se)

Har Du synpunkter på vår hemsida?

## Framtida organisation

Vi bildar 19 regioner där varje region har resurser för ett kontor med åtminstone en halvtidstjänst. Detta för att kunna ge service till medlemmarna. Föreningarna väljer själva om de vill gå samman, samverka lokalt eller fortsätta som tidigare.

Alla föreningar

- får det nya namnet och den nya logotypen
- får nya stadgar
- ingår i den nya regionen

Det nya namnet och logotypen ska ge känslan av gemenskap, engagemang och valmöjligheter.

Det nya namnet ska dessutom inte innehålla åldersfixering eller kategorisering

En målsättning är att medlemmarna ska ha likvärdig service oberoende av bostadsort i Sverige.

Hela remissen finns på  
SPRF hemsida  
[www.sprfavd20.se](http://www.sprfavd20.se)

Läs remissen  
och tala om vad Du tycker!  
Skicka Dina synpunkter till  
[sprfavd20boden@telia.com](mailto:sprfavd20boden@telia.com)



Generationer i samverkan

Lös rebusen med aktuell anknytning och  
vinn fina priser!



+ ADE

EN



-B +VI

BÄR



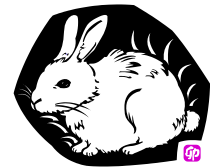
-V

STAV



-TO

TORKA



-H

HARE

När Du har löst rebusen, sänder Du in svaret:

1. Med e-post till: [sprfavd20.boden@telia.com](mailto:sprfavd20.boden@telia.com)  
och rubricera med "REBUS AKTIVISTEN"
2. Med snigelpost till : SPRF AVD 20  
Johannesgatan 1 B  
961 33 Boden  
och märk kuvertet "REBUS AKTIVISTEN"

5 tröjor lottas ut bland de som sänt in rätt svar.

Vi vill ha Ditt rätta svar senast 2011-03-30.