

**Boden
Avd 220**

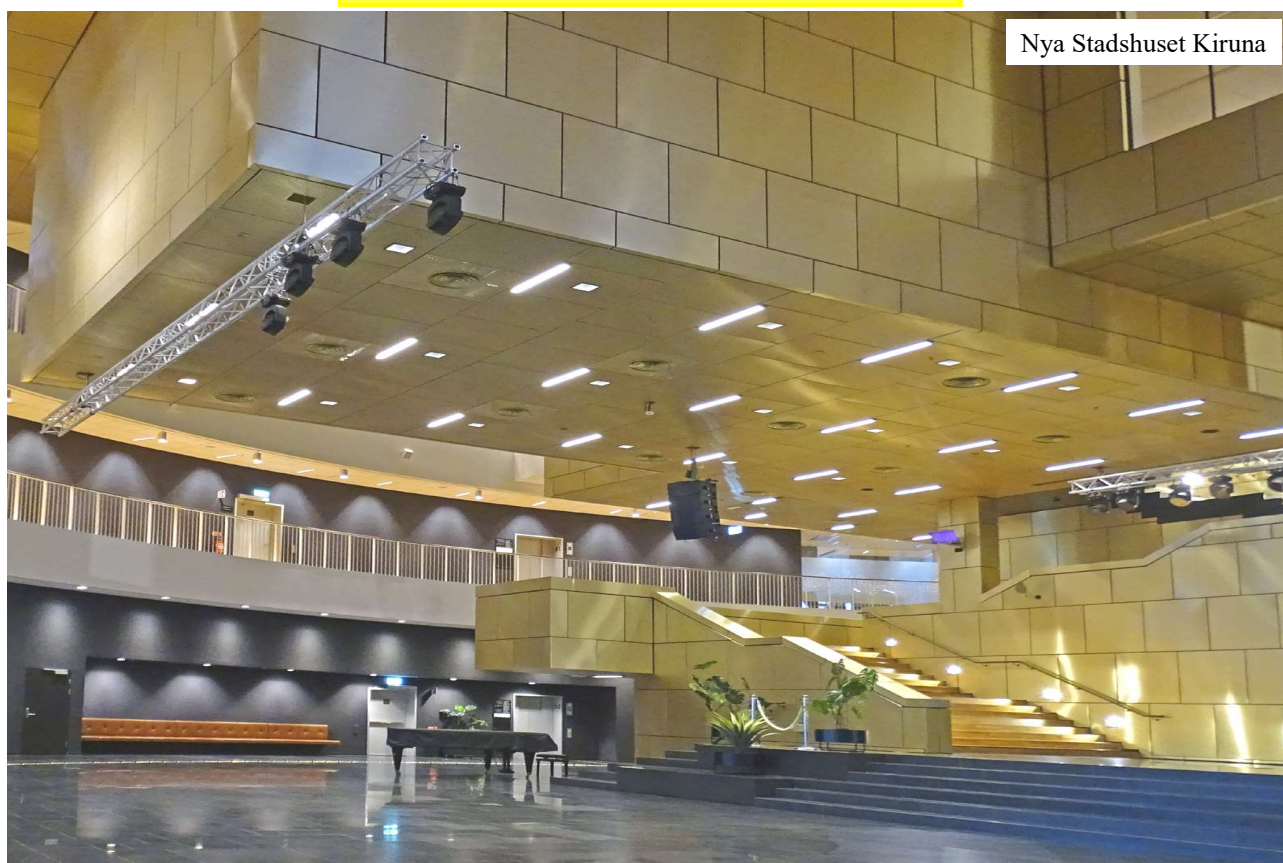
SKPF
pensionärerna

**Boden
Avd 220**

Aktivisten nr 20

**Den aktiva tidningen för medlemmar i
SKPF pensionärerna
Boden Avd 220**

Våren 2020



Vi presenterar vårens program för studiecirklar, resor, radiosändningar, månadsträffar samt annan nyttig information för Dig.

Vill Du veta mer om vår förening?

På vår hemsida www.sprfavd20.se finner Du alltid det senaste.

Vi har öppet hus i föreningslokalen måndagar 13.00-14.00.

Vår e-postadress är: boden.avd220@skpf.se

Boden avd 220 Styrelsemedlemmar valda vid årsmötet 2019-02-19



Ordförande
Per-Ulf Sandström



Vice ordförande
Mona Ahlström



Sekreterare
Lisa Forslund



Kassör
Carin Johnson



Ledamot
Hans B Nilsson



Ledamot
Ragne Holmström
Studieorganisatör



Ledamot
Eila Hämäläinen



Ersättare
Britt Hedberg



Adjungerad
Rose-Marie Flodström



Ersättare
Bo Strömbäck



Ersättare
Bo Engström



Boden Avd 220

Styrelsemöten 2020

Plats: Föreningslokalen. Tid: 09.00 - 12.00

2020: 7 jan, 4 febr, 10 mars, 7 april, 5 maj, 2 juni, 1 sept, 6 okt, 3 nov, 1 dec

Faktaruta SKPF pensionärerna Boden Avd 220

Besöksadress: Drottninggatan 21 E

Tel: 0921-12374

Postadress: Drottninggatan 21, 961 35 Boden

Plusgiro 48 21 17—9

Orgnr: 897001-8886

Hemsida: www.sprfavd20.se

I AKTIVISTEN:s redaktion ingår: Lisa Forslund, Håkan Nilsson, Ragne Holmström, Britt Hedberg och Mona Ahlström . Grafisk form och layout: Maud Jacobson.

Foto: Håkan Nilsson och Maud Jacobson. Ansvarig utgivare: Per-Ulf Sandström

Tryck: PR/Rit o Reklam, Boden. Typsnitt :Times New Roman. Upplaga 1200 ex.

Ordföranden har ordet...

Det går inte en dag utan att vi kan läsa och höra om kommunernas dåliga ekonomi. 8 av 10 kommuner visar på underskott i sina verksamheter. Bodens kommun är inget undantag. Samma sak gäller Region Norrbotten.

Konstateras kan att Bodens kommun inte någon gång under året kunnat leva upp till serviceförklaringen om att den som ansöker om särskilt boende ska få plats inom skälig tid, det vill säga inom tre månader. I höstas fanns ett 90-tal personer som väntade på boendeplats, många med en väntetid på 9 månader.

Vi kan alldeles säkert förvänta oss fortsatta nedskärningar inom äldreomsorgen och ökade kostnader för sjukbesök. Mot den bakgrunden är det naturligtvis viktigt att vi som intresseorganisation för de äldre bevakar att åtgärder för att minska kostnader inte ensidigt drabbar våra grupper, de med störst behov.

Även det ekonomiska stödet till pensionärsorganisationerna är ifrågasatt. Vår röst behövs.

Ett nytt begrepp har dykt upp i den allmänna debatten, nämligen försörjningskvot. Med det menas hur många mellan 20-64 år som arbetar "försörjer" de under 20 och de över 65 år.

Vi över 65 år skulle alltså vara försörjda av 20-64-åringarna. Det är naturligt-

vis inte sant. Vi har själva arbetat ihop vår pension och fortsätter att betala in skatt till de allmänna utgifterna som exempelvis äldreomsorg och sjukvård. Kom ihåg: Vi är som grupp inte tärande utan närande!

Studier visar att tandlossning kan vara en bidragande orsak till hjärtinfarkt. Det pågår andra studier i världen där forskarna undersöker samband mellan tandhälsa och andra sjukdomar som till exempel diabetes, ledgångsreumatism och vissa cancerformer. Medan forskningsresultaten allt tydligare pekar på sambandet med munhälsa och övrigt hälsotillstånd, hänger inte försäkringssystemet med.

Det är fortfarande betydligt dyrare att gå till tandläkaren än att gå till "vanlig" läkare vilket i sin tur leder till att en del får avstå från tandvård för att de inte har råd helt enkelt.

Det är så stor andel som 20 procent som känner sig tvingade att avstå från tandvård på grund av kostnaden.

Tänderna är en del av kroppen. Vi ska därför fortsätta att kämpa för att tandvård ska ingå i det "vanliga" sjukförsäkringssystemet.

Testa Pendeltåget till Luleå

Vi har gjort en överenskommelse med Pendeltåget om en provtur för våra medlemmar. Åk gratis t o r Boden-Luleå 23/1 2020. Samling i resecentrum kl 08.13 för avresa kl 8.30. På tåget blir du bjuden på fika och du får en returbiljett för hemresa 23/1. Tid för hemresa väljer du själv. **Ta med ditt medlemskort i SKPF.** Begränsat antal platser (80). Anmäl dig senast 17.1 till Eila, tel 070-390 36 18.

Info för nya medlemmar

Medlemsförmåner.

- Ett omfattande cirkelutbud.
- Spännande resor.
- Intressanta aktiviteter.
- Ett bredare socialt kontaktnät.
- Tidningen AKTIVISTEN.
- Smart Senior kort.
- Medlemsförsäkring.
- Rabattavtal med företag i Boden.
- Du blir informerad

För aktuell informtion

www.sprfavd20.se

Eller ring 0921-12374 så får Du veta mer.

Värva Nya medlemmar!

SKPF Avd 220 Boden är en stor pensionärsförening, ca 1300 medlemmar, med stora påverkansmöjligheter.

För att vi ska förbli en stark förening, måste vi värva ett hundratal nya medlemmar varje år.

DU är vår bästa värvare när du berättar om allt vad SKPF Avd 220 Boden har att erbjuda av arrangemang och gemenskap.

Ring Mona Ahlström

0921 52773 så hjälper hon Dig.

ÖPPET HUS

Alla är välkomna
att besöka oss i
föreningslokalen torsdagar
13.00-14.00

Där träffar Du våra medlemmar och där kan Du ta upp frågor och synpunkter som Du har.

Ta gärna med en vän!



Tidningen AKTIVISTEN.

Du som har något att berätta eller har ett förslag till ett ämne, hör av Dig till redaktionen!

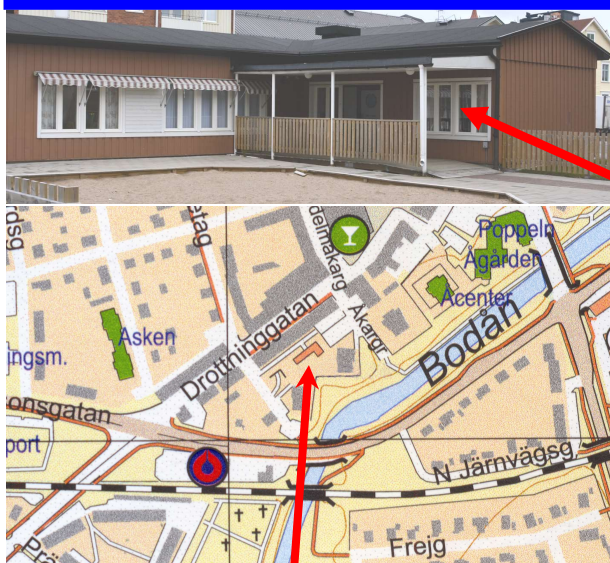
Vi hjälper Dig med formuleringar med mera.

Skicka gärna Ditt förslag till
boden.avd220@skpf.se

Enda sättet att få en vän är att vara en

Vår föreningslokal.

Vi har vår föreningslokal på Drottninggatan 21E, inne på gården. Samlingssal och kök delas med PRO. En stor fördel med lokalen är att den är tillgänglig även för den som har rollator eller rullstol. Parkering sker lämpligast på Drottninggatan eller på Sadelmakaregatan.



Här ligger vår föreningslokal

E--post: boden.avd220@skpf.se

Rabattavtal för medlemmar i SKPF Avd 220 Boden.

Rabattavtalet gäller endast mot uppvisande av SKPF medlemskort

<u>BEIJER</u>	Byggmtrl m.m kundnr:121028 Rabatten kan variera beroende på köp	
<u>BIXZ</u>	Arbetskläder, skor m.m. Ejendals/Jalas, Fristads, Övrigt sortiment Blåkläder, Sievi	10 % 15 %
<u>BOBUTIKEN</u>	Hela sortimentet	10 %
<u>BODENKONTORET</u>	Kopieringspapper, fotopapper, datatillbehör	15 %
<u>BYABODEN</u>	Hela sortimentet tills vidare	20%
<u>CAROLAS MODE</u>	Damkläder	10%
<u>CLEAN CAR</u>	Bilrecond Nylandsvägen 5	10 %
<u>COLORAMA I BODEN</u>	Färger, Tapeter, tillbehör mm	7 - 16%
<u>DARAS THAI&GRILL</u>	Dagens rätt	75 kr
<u>Din hälsa i Boden</u>	Oljor och krämer för hela kroppen	10 %
<u>FAGERNÄS TRÄDGÅRD</u>	Hela sortimentet	10 %
<u>GILLA</u>	Hela sortimentet	10 %
<u>GLASJOURN</u>	Glas, ramar (Ej försäkring o garanti)	10 %
<u>HELENAS med stil</u>	Kläder	10%
<u>KONTEX</u>	Allt, ej lågprisprodukter ex standard-pärmar, kollegieblock, papper 80 g m.m	15 %
<u>LAITIS</u>	Biltillbehör, maskiner, kemikalier m.m Ange kundnummer Fö 008	5-15 %
<u>LIDBERGS TRÄ</u>	Byggmaterial,m.m	10 %
<u>LÅSSMEDEN</u>	Varor	15 %
<u>OJANPERÄ</u>	Reservdelar, tillbehör. Ej oljor Sturegatan 16	5-30 % Ange kundnummer 70096
<u>SELMAS style for you</u>	Inredningsprodukter, kläder, smycken	10 %
<u>SKOSPECIALISTEN BOTEN</u>	Skor och inlägg	10%
<u>Stadins Glas</u>	Inramningar inkl mtrl	15 % NY
<u>Sy och Barnvagnsbutiken</u>	Hela sortimentet	10%
<u>Team Sportia</u>	Hela sortimentet	10 % NY
<u>UTMÄRKT</u>	Kläder och presenter, med eller utan tryck	15 %
<u>ÖNSKA</u>	Hela sortimentet. EJ elektriska artiklar	10 %
<u>ÖRJANS</u>	Kläder	10 %

Kirunaresan

Fredagen den 11 oktober steg vi på bussen som skulle ta oss ut på en två-dagars utflykt. Första besöket gjordes i Porjus. När man 1910 tog beslutet att bygga Porjus kraftverk fanns här bara en fast boende och ingen väg ledde hit. Man fick bära de första omgångarna med utrustning från Gällivare. Delar av det ursprungliga kraftverket finns kvar som museum och används även för forskning. Besöket där var mycket intressant. I dag har vattenkraftverket en fallhöjd om 60 m och kan leverera upp till 480 MW. Medelvattenföringen är 274 m³/sek.

Färden fortsatte till Kiruna där vi besökte det nya stadshuset. Där kan man konstatera att arkitekten inspirerats av det gamla. När man kommer in där känner man igen den stora bankettsalen med stengolv, de ljusa träslagen och trappan. Dörrhandtagen är utformade som en trolltrumma och kommer från det gamla huset och klockstapeln är flyttad. Ett imponerande bygge!

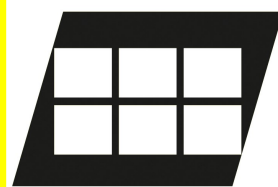
Det var därefter dags att besöka Kiruna kyrka. En mycket säregen byggnad både exteriört och interiört. Arkitekten Gustaf Wickman fick uppdraget att rita en kyrka som ser ut som en lappkåta. Altartavlan är ett verk av prins Eugen. Den uppfördes åren 1909 till 1912. Nu är det beslutat att kyrkan ska flyttas med början omkring 2025.

Vi tog sedan in på hotell Ferrum. Ett

hotell som ska rivas. Ett nytt har börjat byggas och ska tas i bruk 2021.

Efter välbehövlig sovmorgon styrdes kosan mot Jukkasjärvi. Besöket av is-hotellets område blev kort. Besöket av kyrkan blev betydligt längre. Även detta är en mycket intressant byggnad. Den uppfördes i början på 1600-talet och byggdes om 1726. Altartavlan, som är gjord av Bror Hjort, glömmes man inte i första taget.

Så anträdde resan hem. En resa utan longörer och resenärerna var mycket nöjda. Ett stort tack till Eila som organiserade den!



**stadins
glas ab**
stadinsglas.se

Kommunala Pensionärsrådet (KPR)

KPR är ett organ för överläggningar, samråd och ömsesidig information mellan pensionärsorganisationerna och kommunen.

Pensionärernas synpunkter ska beaktas i styrelser, nämnder och förvaltningar.

Vi driver frågor tillsammans med övriga pensionärsförbund i KPR (PRO och SPF).

I KPR har vi möjlighet att aktivt arbeta för förändringar i den kommunala verksamheten.

Vi kan informera om och ge förslag till lämpliga anpassningar av det serviceutbud som berör våra möjligheter till en god livskvalitet.

Tyvännär går en del i långbänk, till exempel frågan om utrustningen i samlingsalen vid ÅC. Det är en lokal som pensionärsföreningarna använder för träffar med medlemmarna.

Vi får inte förtröttnas!

Swish

Swish är en metod för att göra betalningar med hjälp av sin mobil.

Metoden innebär att du använder appen Swish och mobilt bank-ID för att göra betalningar med mobilen.

För att använda den här tjänsten ska du börja med att ladda ner appen Swish. Den hittar du på exempelvis Google Play.

Därefter skaffar du ett mobilt bank-ID Sedan ska du koppla ditt bankkonto till Swish.

Det här verkar kanske lite krångligt, men det är inte så svårt.

Du kan göra det själv via din internetbank alternativt be banken att hjälpa dig med det.

Sedan ska du öppna appen och ange telefonnumret du kopplade till bankkontot.

Nu kan du börja använda den här betalningsmetoden.

När du ska betala, öppnar du Swish, anger mottagarens telefonnummer och beloppet samt skriver eventuellt ett meddelande.

När du trycker på betala, öppnas ditt mobila bank-ID. Där ska du ”skriva under” genom att ange koden för ditt mobila bank-ID.

Här visas även betalningsmottagarens namn. När du tryckt på ”knappen” Signera får du en bekräftelse på att betalningen är klar.

Om du ska betala till en förening eller ett företag, brukar de ha ett anslag med det telefonnummer som du ska ange.

Tjänsten är gratis för privatpersoner. Föreningar och företag får dock betala en avgift (ofta 2:-) per transaktion.

Du kan nog betrakta Swish som en säker metod. Swish använder man oftast för att betala mindre belopp.

När du kopplar ditt Swish till ditt bankkonto, anger du ett högsta belopp som kan betalas ut per dygn.

Om du sätter den gränsen någorlunda lågt, blir du rimligen inte ruinerad om någon kommer över både telefonen och koden till ditt bank-ID.

Det är den som går vilse som finner de nya vägarna..

Utbud av studiecirklar våren 2020

Cirkel	nr	Ledare	Telefon	e-post	Starttid	Plats
Bakning/matbröd	01	Ragne Holmström	070 690 57 27	ragne44@hotmail.com	e.s.o	Bagarstugan
Ekonomi för pensionärer	02	Per-Ulf Sandström	070 574 44 71	per-ulf.sandstrom@telia.com	e.s.o	SKPF-lokal
Engelska nybörjare	03	Laila Olovson	076 133 41 69	laila.olvson@gmail.com	2020-01-24-10.00	SKPF-lokal
Foto i dator	04	Åke Wasikkaolja	0921-53508	ake.wasikkaolja@egonet.se	e.s.o	SV Almgatan 4
Franska / konversation	05	Leo Medioni	070 686 94 68	leo.medioni@gmail.com	2020-01-23-10.00	SV Almgatan 4
Social samvaro Hälsa simning	06	Lisbeth Bohm	070 675 97 74	Bohm.lisbeth@gmail.com	2020-01-09 10.00	Nordpoolen
Friskvård/stavgång	07	Ragne Holmström	070 690 57 27	ragne44@hotmail.com	e.s.o	Kvarmängen
Gymnastik	08	Else-Maj Sundqvist	070-359 83 25		2020-01-13 -09.00	Sandenskolan
Gymnastik	09	Britt-Marie Sundqvist	070 550 18 49	britt-marie_sundqvist@hotmail.com	2020-01-13 - 09.00	Sandenskolan
Handarbete/stickning	10	Ulla Röding	070 555 71 40	ulla.rodning@telia.com	e.s.o	Hobbylokal
Körsång	11	Karin Hansson	070 602 37 11	Karin.hansson47@gmail.com	2020-01-14—100	Åcenter
Kulturcafé	12	Ragne Holmström	070 690 57 27	ragne44@hotmail.com	2020-02-27 - 13.00	Björken
Körsång	13	Göta Björk Jonsson	070 608 52 42	Gta.bjorkjonsson@gmail.com	2020-01-14 - 14.00	Åcenter
Matlagning	14	Ragne Holmström	070 690 57 27	ragne44@hotmail.com	e.s.o	SKPF-lokal
Mediateknik/föreningsinformation	15	Maud Jacobson	070 615 59 50		2020-02-10—10.00	SV Almgatan 4
Minnesträning/tankeutveckling	16	Margareta Vikström	070 332 95 96	marvik37@hotmail.com	2020-01-16 - 13.00	SKPF-lokal
Slöjd/knivar	17	Ingemar Bertilsson	070 316 12 72		e.s.o	Björken
Säkerhet i vardagen	18	Berättarcafé	070 250 87 97	bergenstrale@telia.com	E.s.o	SV Almgatan 4
Tennarbete	19	Bo Engström	070 302 23 01	bo-engstrom@telia.com	e.s.o	SKPF-lokal
Office	20	Eva Larsson	070 692 49 15	eva.lo.larsson100@gmail.com	2020-01-17 - 0900	SKPF-lokal
	21	Håkan Nilsson	070 591 68 30	milssonfhv@gmail.com	e.s.o	SV Almgatan 4
Bättre måltider för äldre	22	Margareta Bergenstråle	070 456 48 59	kamargareta@telia.com	e.s.o	SKPF-lokal

∞

Studieorganisateur Ragne Holmström 070 6905727
Alt e-post ragne44@hotmail.com

E.s.o = Besked lämnas vid anmälan till cirkeln

Utbud av studiecirklar våren 2020

Cirkel	cnr	Ledare	Telefon	e-post	Starttid	Plats
Italienska Nybörjare 700 kr	23	Guhn Nordberg SV	0921-17190	Guhn.nordberg@sv.se		SV Almgatan 4
Spanska fortsättning 700 kr	24	Guhn Nordberg SV	0921-17190	Guhn.nordberg@sv.se		SV Almgatan 4
Grundkurs släktforskning 600 kr	25	Guhn Nordberg SV	0921-17190	Guhn.nordberg@sv.se		Kvällskurs
Grundkurs släktforskning 600 kr	26	Guhn Nordberg SV	0921-17190	Guhn.nordberg@sv.se		Dagkurs
OrigamKonst för alla 700 kr	27	Guhn Nordberg SV	0921-17190	maria.hussami@sv.se		SV Almgatan 4

OBS!

Cirkel 23 tom 27 har deltagarkostnad då extern cirkelledare genomför studiecirkele.

Unna dig en Spa- och hälsoresa 13-16 aug 2020,

En minisemester som skämmer bort både kropp och själ.

För grundpriset 6 545 kr/person bor du på 4,5-stjärnigt SPA-hotell i Litauen, flyger från Luleå, får transfer till hotellet, halvpension, träning, 12 SPA-behandlingar och reseledare.

Enkelrumstillägg 1 500 kr. Boka senast 13 mars och få rabatt, 500 kr. Mer information om resan och vilka behandlingar som tillhandahålls får du via Axess Resebyrå tel 0921-565 40. Anmäl dig till Eila. Se även skpf eller sprf avd hemsida.

Det livslånga lärandet

Lärandet avser vår förmåga till anpassning under nya omständigheter. Det första man tänker på är mer fakta-kunskaper!

Man lär så länge man lever är en vedertagen sanning. Vardagslärandet sker spontant, omedvetet som en sidos-effekt av andra aktiviteter.

Detta betyder att vi inte är medvetna om att vi lär oss något, när vi utbyter tankar och erfarenheter med andra människor.

Att följa med i nyhetsrapporteringen gör att vi hänger med och kan reflektera över omvärlden.

En god bok bidrar till vår förmåga att fantisera och lösa fiktiva problem.

Att vara med i en läsecirkel är berikande för själen och umgänget.

Som sagt, studiecirkel i alla dess former är en guldgruva för det fortsatta lärandet.

Det nyfikna jaget ger positiva tankar, en god livslust och en ökad självkänsla.



Våldet går inte i pension

Det finns en bild av äldre som snälla och svaga. Det är svårt att tänka sig att någon kan slå en äldre person – eller att äldre själva slår.

Dessvärre är det inte ovanligt att äldre utsätts för våld. I eget hem, av partner, av ett barn eller barnbarn.

Våld är inte bara sparkar och slag - hot och kränkningar, ekonomiskt utnyttjande, sexuella övergrepp och vanvård är också våld.

Våld mot äldre kan börja i samband med sjukdomar eller funktionsnedsättningar, eller vara en fortsättning på det våld som pågått länge – ibland under ett livslångt äktenskap.

Kom ihåg att ingen har rätt att kränka, utnyttja eller slå dig.

Vad kan du göra om du själv utsätts för våld eller misstänker att en äldre person i din omgivning utsätts för våld?

Du kan med förtroende vända dig till socialtjänsten i Boden.

Under kontorstid ringer du 0921-629 99 där du får tala med en erfaren socialarbetare.

Du får prata om dina bekymmer i lugn och ro.

Det finns också en nationell stödtelefon; Kvinnofridslinjen 020-50 50 50 dit du kan vända dig dygnet runt.

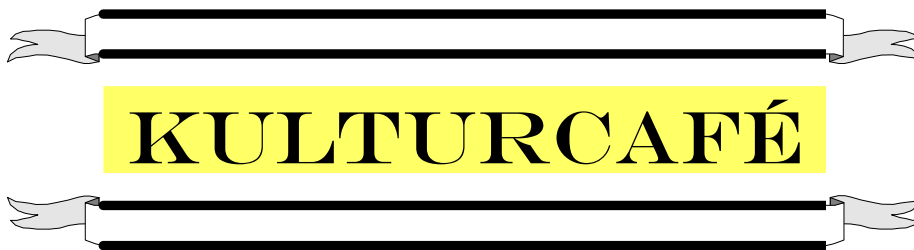
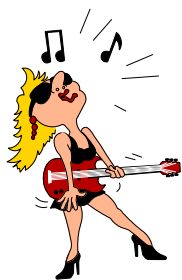
Samtalet kostar ingenting och syns inte på telefonräkningen.

Där arbetar sjuksköterskor och socionomer som är vana att möta människor i kris.

De har tystnadsplikt och du kan vara anonym.

Ha nolltolerans mot våld mot äldre!

Våld får aldrig ursäktas med att förövaren ”inte menar något illa” eller att det är för sent eller besvärligt att agera.



Film

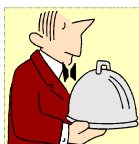
Allsång

Fika

Berättelser



Välkommen!



Kulturcafé anordnas under 2020 vid flera tillfällen.

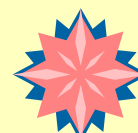
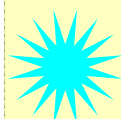
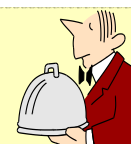
Plats: Björken, Pelarsalen

Torsdagar 13.00 – 15.00

Datum: 27 febr, 19 mars, 16 april, 14 maj.

Kaffe med bröd serveras för 20 kr.

Välkommen!



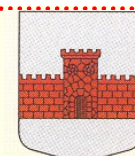
SKPF:
pensionärerna

Boden Avd 220

Svenska kyrkan



I BODEN



Bodens
kommun

Besöksverksamheten.

Kontaktpersoner finns hos Röda Korset på Drottninggatan 15.

Telefontiden är måndagar och torsdagar 10.00 — 11.00.

Telefon 0921-14470.

Välkommen!

Fredagsmys med SKPF Avd 220 Boden.**Daras thai/grill (Fd OII)****Läs BODEN extra för mer info.**

**Där kommer Fredagsmys att presenteras i detalj.
Dessutom erbjuds SKPF Avd 220 medlemmar dagens rätt
för 75 kr, mot uppvisande av giltigt medlemskort.**



Smart Seniorskortet ingår i medlemsavgiften till SKPF.

För att kunna logga in **måste du** aktivera ditt Smart Seniorsmedlemskap.

Gå in på SKPF:s egen sida hos Smart Senior på adressen www.smartsenior.se/skpf
Välj SKPF i rullisten och fyll i dina uppgifter. Du får en bekräftelse till din e-postadress.

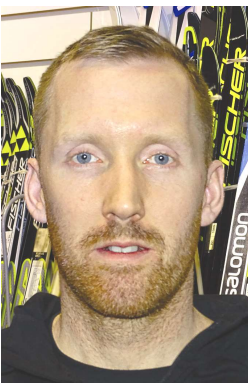
Om du vill ha personlig hjälp ska du ringa Smart Seniors medlemservice, 08-410 426 10. Ha ditt SKPF medlemskort tillhands. Ditt medlemsnummer kommer att efterfrågas.

OBS!**Medlemskortet 2020**

Inbetalningsavi, 145 kr för oss, ska komma från förbundet i januari.

OBS: På fakturan sitter en **gul klisterlapp där det står 2020.**

Se till att klistra lappen på det medlemskort du har sedan tidigare (det vita kortet).

TEAM SPORTIA®

Team Sportia har sin butik på Kyrkgatan 43. Patric Nordin är butikschef. Affären har funnits knappt 10 år här i Boden. Här erbjuder man ett brett sortiment av kläder och annan utrustning för sport och aktiv fritid samt arbets- och skyddskläder. Affären ligger i gatunivå och har sitt utbud på ett plan.

Vi behöver fler cirkelledare.

Du som är intresserad av att leda cirklar framförallt i

- data
- konsthantverk
- Eller något nytt som Du tycker är trevligt

Ring till Ragne Holmström**Tel: 070 690 57 27****eller maila: ragne44@hotmail.com****Då hjälper han Dig att komma igång.**

**Cirkelledarträff genomförs i samverkan med
Studieförbundet Vuxenskolan under
våren 2020**

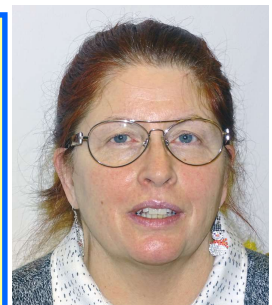
Förvara Ditt SKPF medlemskort säkert så att Du inte förlorar det!

Carolans Mode.

Affären togs över efter Elsa Lindström.

Där säljs damkläder, nattkläder & accessoarer.

Bra kvalitet av märkena Nanso, Damella och Signal.



**10% på hela sortimentet.
Välkommen
Carola!**

Motioner till kongressen 2020

SKPF har sin kongress i juni. Avdelningen har skrivit fem motioner.

Namnbyte

Vi anser att SKPF; Svenska KommunalPensionärernas förbund behöver ett nytt namn för att nya pensionärer inte ska tro att man måste ha varit medlem i fackförbundet Kommunal eller arbetat i kommun eller region för att kunna bli medlem. Ett namnbyte är komplicerat, bl a berörs förbundets stadgar. Vi har därför föreslagit kongressen att frågan om namnbyte ska utredas och att förslag till namnändring samt nödvändiga stadageändringar presenteras vid kongressen 2023.

Utveckling av demensvården

Vi yrkar att SKPF ska driva frågan om utveckling av demensvården i hela riket. För närvarande är demensvården ojämlig i landet.

Det digitala utanförskapet

Vi yrkar att SKPF ska driva frågan om ett nationellt IT-lyft liknande det kunskapslyft som genomfördes under 1990-talet. Det digitala utanförskapet är stort. Ca 500 000 pensionärer använder inte internet.

Prostata-screening

Vi yrkar att SKPF ska driva frågan om att prostata-screening ska erbjudas alla män över 50 år. Varje år diagnosticeras omkring 10 000 män med prostatacancer och omkring 2400 avlider årligen då cancer upptäckts för sent.

Medlemskap via nätet

Vi yrkar att den som anmäler sig som medlem i SKPF via nätet ska välja avdelning, inte bara ort. I dagens läge hamnar alla i Boden i avdelning 40, vilket krånglar till det när avsikten var att hamna i avdelning 220. Återstår att se vilka beslut som fattas på kongressen!

Samstämmiga politiska löften för åren 2019 till 2022.

Inför valet 2018 inbjöd pensionärsorganisationerna i Boden in till en hearing. Inbjudna var de lokal politiska partierna som finns företrädade i fullmäktige. Träffen var välbesökt. Alla partierna ställde upp med sina ledare. Frågorna de fick var många och åhörarskaran var stor.

Vi som var där fick bland annat besked om hur politikerna ställer sig till vissa, för oss äldre, angelägna frågor. Sådant som vi vill ha förverkligat under den kommande mandatperioden.

Samtliga politiska ledare för C, KD, L, M, Mp, S, SD ,SJVP och V lovade samstämmigt följande:

1. Trygghetsboende ska realiseras
2. Pensionärer ska åka gratis med lokaltrafiken.
3. Gratisparkering ska utökas från 2 till 3 timmar.
4. Ytterligare 1 nytt äldreboende ska tillkomma (utöver det nya boende som öppnar november 2019).

Så, oavsett vilka partier som styr och ställer kommer det att finnas möjlighet att flytta till trygghetsboende den dag vi behöver det.

Vi följer utvecklingen.

Busskort för pensionärer

Fr o m 2020-07-01 kan pensionärer köpa årskort på lokalbussen . Kortet gäller kl 10—14 samt efter kl17.00.

Kostnad 500 kr

Björknäsgården

Björknäsgården är det nyuppförda äldreboendet i Boden. Huset rymmer 126 lägenheter. I öppningsskedet var allt redan fullbelagt. Det berodde på att Midgårdarna och Å-center lades ner.

På Björknäsgården är det ljust, fräscht och inbjudande. Det är ett biståndsbedömt boende, dit hyresgäster med störst behov av vård och omsorg kommer. Ansvaret för vården har det privata vårdföretaget Norlandia.

Deras ambition är att kunna anställa runt 100 personer, med lägsta utbildning undersköterska. I detta Europas modernaste äldreboende (enl. PEAB) finns bl a café, gemensam matsal, bibliotek och spa-avd. med särskilt solrum. De allmänna utrymmena känns mycket trivsamma!

Däremot är den egna "enrummaren" trång och erbjuder liten plats för egna möbler, det som i den närmaste omgivningen ger en viktig hemkänsla.

Norlandias målsättning är att utforma verksamheten efter den enskildes behov och önskemål. Man eftersträvar att alla boende ska få uppleva "Ett gott liv, varje dag".

Önskar man flytta till ett biståndsbedömt boende vänder man sig till Bistånds-enheten på socialförvaltningen i kommunen för en ansökan.

Vid förfrågningar, kan man även kontakta Björknäsgårdens verksamhetschef Hanna Malmström, tfn 072 155 96 84. e-post:

hanna.malmstrom@norlandia.com.

Medlemmar i SKPF Avd 220 Boden erhåller 500 kronor i rabatt på samtliga av **AXESS** arrangerade gruppresor. Se Sid 16.

Handlingsplan mot kränkningar.

SKPF distrikt Norrbotten och vår avdelning 220 har antagit en handlingsplan mot kränkningar.

Oberoende av ursprung, nationalitet, religion och trosuppfattning, kön, könsöverskridande identitet eller uttryck, sexuell läggning, funktionsvariation, ålder eller politisk tillhörighet ska allas lika rättigheter och skyldigheter betonas och förmedlas.

Hos oss är alla lika mycket värda.

Mångfald berikar vår verksamhet. Det gynnar vår verksamhet, våra medlemmar samt våra utåtriktade relationer. Diskriminering är inte tillåten i vår verksamhet.

Mobbing eller otillbörligt beteende tolereras inte.

Detta omfattar **alla** som deltar i vår verksamhet.

Vad är medborgarservice?

Medborgarservice tar om hand dina ärenden, inte bara via telefon utan även vid besök. Målet är att göra det enklare för dig som medborgare att få hjälp på ett snabbt och effektivt sätt.

Öppettider: Helgfri vardag 0800-1700.

Telefon: 0921-62 000

Mail: medborgarservice@boden.se

Adress: Stadshuset, Kyrkgatan 24

På landsbygden heter det:

Servicepunkter som i dag finns i **Gunnarsbyn** och **Harads** och ska fungera som en dynamisk serviceinrättning som anpassar sig efter de lokala behoven.

www.boden.se/bodensare/landsbygd/servicepunkter

Ny boendeform för äldre

Från 1 april 2019 har en ny boendeform införts i Socialtjänstlagen. Det är en form av särskilt boende för äldre och benämns "Biståndsbedömt trygghetsboende". Bodens kommun är, om inte först, så bland de första att införa boendeformen.

I biståndsbedömt trygghetsboende får man ansöka om hemtjänst i den mån man behöver hjälp av personal. Man kan också få hemsjukvård under samma förutsättningar som när man bor i vilken annan bostad som helst i det ordinarie bostadsbeståndet.

Tanken är att den som klarar sig med hemtjänst men känner sig otrygg i sin lägenhet eller villa ska passa för boendeformen. Aktiviteter för de boende erbjuds, ibland dagtid, ibland kvällstid och ibland även under helger. Natttid finns en "nattvakt" tillhands ifall det t ex uppstår brand i fastigheten.

Biståndsbedömt trygghetsboende är inrättat i f d äldreboendet ÅC på Färgaregatan. (De som bott där tidigare har flyttat till annat äldreboende). De gemensamma ytorna på samtliga våningar har rustats upp och inger en "hotellkänsla". I matsalen finns köksutrustningen kvar, spisar, frysar, kylskåp, microugnar och ett antal "matplatser"/sittgrupper har ordnats. Det finns även en TV.

Lägenheterna har fått en uppfräschning med målarfärg och tapeter. De har stora rymliga badrum och trinettkök.

Vad kostar det att bo där? Det varierar med lägenhetsytan och hemtjänstbehovet. Den största lägenheten är 39,5 kvm och hyran är drygt 5.000 kr/månad.

Den som vill flytta till biståndsbedömt trygghetsboende vänder sig till Bistånds-enheten på socialförvaltningen för en ansökan

Torsdagen den 5 december samlades 101 hungriga medlemmar till det årliga julbordet. Förväntningarna var högt ställda, och infriades. Allt som brukar finnas på bordet fanns där och tillgången var riklig. Som vanligt var det Ros-Marie som höll i taktpinnen. Naturligtvis hade hon ett antal medhjälpare. Även de gjorde en insats som applåderades.

Under och efter måltiden underhölls vi av levande musik. Bordet pryddes av små konstverk gjorda av hönsnät, lav, grankvistar och med fötter av valnöt.

**NIX MOBIL.**

Ring 077 228 00 00 för att NIX:a mobil för telefonförsäljning.



**Studieförbundet
Vuxenskolan**

Almgatan 4 961 64 Boden
0921-17190



Träffar våren 2020



Månadsträffar

9 jan månadsträff
20 febr årsmöte
12 mars månadsträff
2 apr påskfest.
7 maj månadsträff
11 juni sommarfest



Träffarna börjar kl 14.00 på Å-Center om inte annat anges i annons. Läs mer i BODEN extra. I en **blå** ruta finner Du **SKPF Avd 220** annonser om vår verksamhet med aktuella tider samt eventuellt ändrade datum.

Kallelse till Årsmöte

SKPF avd 220 årsmöte 2020-02-20 Tid: 14.00 Plats: Å-center Färgaregatan 1

Vid årsmötet ska styrelsens verksamhetsberättelse, revisorernas berättelse, motioner till avdelningen samt fråga om ansvarsfrihet behandlas.

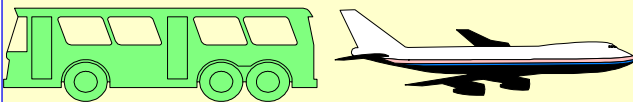
Val till olika uppdrag, samt val av 2 revisorer och ersättare för dessa ska förrättas.

Motioner ska vara inlämnade till avdelningen senast den 20 januari.

Årsmöteshandlingar finns tillgängliga på lokalen, måndagar. från den 10 februari.

Vi bjuder på enklare förtäring.

Resor betalas till plusgiro 48 21 17—9 i samband med anmälan, som är bindande.



Resor med övernattnig

April rundresa Västerbotten
Aug 13-16 Spa o hälsoresa till Vilnius
Anmälan till:
Eila Hämääläinen
tel 070 390 36 18

Se även hemsidan: sprfavd20.se
för mer information.

Dagresor



7 febr Jokkmokks marknad

Maj IKEA

Soppteater i Luleå

NOLIA i Piteå i augusti

Kontakta Eila Hämääläinen

tel 070 390 36 18

Se hemsidan: sprfavd20.se för mer information.



Jag ser fram emot att få många förslag från **Dig** vart vi skall åka på trevliga resor.

Reseledare

Eila Hämääläinen 070 390 36 18

**Vår samarbetspartner
vid planering av resor**



Axess
Resebyrå

Drottninggatan 12, 961 35 Boden

Telefon: +46 921 565 40

Mail: info@axessresebyra.se • Web: www.axessresebyra.se