

PRO informerar mars 2021#2

Välkommen till mars månad med PRO. Tillsammans möter vi våren och påsken.

Redaktörer: Eva Risberg & Anneli Nygårds.

Bilder: Mostphotos, Aktiv senior, ABF, PRO Folkhögskola, Anneli Nygårds, Maj-Britt Norlander
PRO Hudiksvall, Stig Ålund PRO Klippan.

Nästa nummer av PRO informerar

Nästa utgivningsdag är 20 april.

Det senaste om Harald mars 2021 #2

Utbetalningar av medlemsavgift till föreningar och distrikt

Vi har genomfört en grundlig kontroll av underlaget för utbetalningarna och har hittat några felaktigheter som åtgärdas inom kort. Vi hoppas på att göra utbetalningarna under nästa vecka.

Ekonomirapporter i Harald

Under året har vi inte haft möjligheten att uppdatera betalinformationen i Harald. Detta ska nu vara löst och inom en snar framtid kommer rapporterna vara i fas.

Ärendehanteringssystem

Vi kommer implementera ett ärendehanteringssystem inom en snar framtid. Det kommer att hjälpa oss hålla koll på våra olika supportärenden och ge en bättre service gentemot våra förtroendevalda och medlemmar. Vi kan ta fram statistik på olika ärendetyper vilket hjälper oss att utvärdera vilken typ av information som vi behöver bli bättre på.

Community

Membersites Community kommer att läggas till i år. Där kan vi dela information och dokument med varandra baserat på vilket uppdrag eller vilken del av organisationen vi tillhör. I nuläget väntar vi på en demovisning och efter det kommer vi ta beslut om när vi vill implementera denna lösning.

Samlingsfakturer för hedersmedlemmar

Vi tittar på olika lösningar.

Gode män

Vi kommer att kontrollera mallarna för våra avier till gode män och rätta till den information som framgår på avierna.

Mer tillgänglig information

Vi kommer att skapa en plats där vi lägger upp information och nyheter, tex vilken utveckling vi prioriterar i de olika systemen och när nya funktioner släpps m.m.

Information om kongressen 2022

PRO-kongressen äger rum 17-19 juni 2022. Planeringen är i full gång och en arbetsgrupp har bildats på riksorganisationens kansli.

Information om kongressen kommer att finnas på pro.se under en "kongressida".

Bilaga 1: Kongressinformation

Dagsaktuell lista över medier där PRO omnämns

PRO syns dagligen i lokala, regionala och nationella nyhetsmedier. Ibland får vi frågan från medlemmar hur man gör för att ta del av alla sammanhang där PRO syns. Tidigare har det inte funnits något enkelt sätt.

Numera finns det på PRO:s hemsida en lista som visar alla sammanhang där PRO omnämns i media, med möjligheten att klicka sig vidare för att läsa själva nyheten. Listan uppdateras var 15:e minut. Sprid gärna information om att listan finns och var man hittar den.

Länk till listan: <https://pro.se/pro-i-media>

Det går även att klicka sig vidare från sidan <https://pro.se/pro-i-media>

Nyhetsbrev från NSK – Nordiska samarbetskommittén

Läs mer om PRO:s nordiska samarbete i det senaste nyhetsbrevet.

Länk till nyhetsbrevet

Bilaga 2: Nyhetsbrev NSK

Informationsbrev från Polisen angående vaccinationsbedrägerier

Nu är det många som vill vaccinera sig mot covid -19 och det utnyttjar bedragare. Varje vecka får polisen in anmälningar om bedrägeriförsök, som ofta sker via telefon. Bedragarna hittar hela tiden nya tillvägagångssätt som de anpassar efter omvärlden, men det finns två saker du ska komma ihåg om någon tar kontakt med dig angående vaccination:

1. Det kostar ingenting att vaccinera sig. Om någon vill ha betalt handlar det om bedrägeri.
2. Ingen från vården kommer oväntat att ringa upp och be dig identifiera dig med din bankdosa eller bank-id, oavsett anledning.

Bilaga 3: Polisen informationsbrev (Sprid gärna detta informationsbrev!)

Aftonbladet: om bedragarna som erbjuder vaccination och stjälar dina pengar

Längtan efter vaccin är stor. Det vet bedragarna som siktar in sig på pensionärerna.

- Vaccinbedrägerierna ökar alltefter större grupper blir erbjudna vaccin, säger brottsförebyggaren Lotta Mauritzson på polisens Nationella bedrägericenter.

Läs artikeln i Aftonbladet: https://mcusercontent.com/f5bacc9da7bca49833236651e/files/6cb4bc55-6c05-45ea-b458-042343c35a50/Aftonbladet_de_erbjuder_vaccin_och_stjal_dina_pengar.pdf

Post- och telestyrelsen – webbsända tematräffar

Post- och telestyrelsen (PTS) har fått ett särskilt uppdrag "Bryt isoleringen" från regeringen. Med anledning av coronapandemin ska extra insatser genomföras som underlättar för äldre att använda sig av digitala tjänster för kommunikation och vardagsärenden.

En av insatserna är Digitalhjälp som vi skrev om i januari - med vägledning och tips för en enklare vardag. På hemsidan finns stödmaterial, instruktionsfilmer och vägledningar.

Länk till Digitalhjälp: <https://www.pts.se/digitalhjalpen>

En annan insats är att arrangera nätverksträffar för de aktörer som vill vara med och bidra med lösningar. Nätverksträffarna har föregåtts av tre öppna webbsända tematräffar med rubrikerna Behoven, Besluten och Byggandet.

- Behoven - hur ser behovet av digitala tjänster och verktyg ut för äldre under coronapandemin?
- Besluten - från idé till handling.
- Byggandet - nya lösningar och samarbeten

De inspelade tematräffarna kan ses i efterhand på PTS hemsida, även i textade och teckenspråkstolkade versioner. Länk till PTS hemsida:

<https://www.pts.se/sv/bransch/internet/anvandbarhet-och-tillganglighet/om-pts-uppdrag-och-roll-in-om-digital-delaktighet/regeringsuppdraget-bryt-isoleringen/>

PRO Hälsosam flyttar ut – uppdaterat inspirationsmaterial för föreningar och distrikt

I år genomförs PRO:s nationella friluftsdag 22 september. Inför premiären förra året tog PRO:s riksorganisation fram ett material med tips på aktiviteter och idéer för genomförandet. Det är nu uppdaterat för att kunna användas när som helst – som stöd för att komma igång med friluftsdagar inom PRO under alla årstider. Förutom tips om friluftaktiviteter finns även information om hur man bör förhålla sig till pandemin. Det är av stor vikt att aktiviteterna före, under och efter, friluftsdagen genomförs på ett säkert sätt med tanke på risken för covid-19. I materialet finns flera aktivitetstips för föreningar som vill hitta på något nytt och spännande. Från att testa naturupplevelser för alla i "PROva på naturen" till att plocka skräp tillsammans i form av ploggning eller en skräpbingo.

Materialet kan du läsa här:

https://mcusercontent.com/f5bacc9da7bca49833236651e/files/f2057bc6-208e-4ef3-9956-b830007bd753/Nationell_friluftsdag_2021_2.pdf

Inte ensam – nytt material om att vara ambassadör

Nu finns ett nytt material tillgängligt för gratis nedladdning i PRO:s webbutik. Materialet beskriver vad det innebär att vara Inte ensam-ambassadör, med syfte att tillsammans med andra bidra till minskad ensamhet och isolering bland äldre. Projektet Inte ensam är ett samarbete mellan PRO, SKPF pensionärerna och SPF seniorerna. Länk till projektets hemsida

De två materialen Liv i coronans tid och Handbok för meningsfull telefonkontakt kommer inom kort att finnas både i tryckt och nedladdningsbar form i butiken.

Här kan du beställa materialet: <https://pro.shop.strd.se/category/0/0/0?search=inte+ensam>

Aktiv senior-utbildningen snart igång!

Utbildningen Aktiv senior genomförs som studiecirkel i samarbete med ABF. I dagarna är den färskva studiehandledningen färdig. En enkel handledning som ligger till grund för hur utbildningen kan läggas upp. När studiehandledningen är klar sprids den till alla avdelningar inom ABF och då är det bara att kontakta er avdelning för att starta en cirkel i föreningen. Cirklarna kan genomföras både digitalt och genom fysiska träffar – så länge ni håller er till de gällande rekommendationerna runt covid-19.

Digitala cirklar

Intresset för att delta i en digital cirkel har varit stort. Ett trettiotal PRO:are har anmält intresse och nu återstår att sammanföra deltagarna med de ABF-avdelningar som ska hjälpa till att få igång cirklarna. Vi kommer att med stort intresse följa de digitala cirklar som kommer igång och om möjligt berätta om hur det går framöver.

Om du är den enda i föreningen som vill gå utbildningen, eller om ni är för få för att starta en cirkel, kan du anmäla intresse att gå en digital cirkel med deltagare från olika föreningar runt om i Sverige. Det gör du via e-postadressen aktivsenior@pro.se dit du även kan vända dig om du har frågor om utbildningen.

Läs mer om Aktiv senior samt om vilken nytta din förening kan ha av utbildningen. Länk till Aktiv senior på PRO:s hemsida: <https://pro.se/aktiviteter/halsa-och-friskvard/aktiv-senior.html>

Repris: Det digitala smörgåsbordet

I förra nyhetsbrevet berättade vi om flygbladet med det digitala smörgåsbordet - med korta beskrivningar och länkar till Digitalhjälpen, Seniorsurfarna ochHandledningen för meningsfull telefonkontakt.

Hjälp till att sprida flygbladet med det digitala smörgåsbordet!

Syftet med flygbladet är att samla information och länkar till flera olika initiativ i ett gemensamt dokument – för att kunna sprida dem till så många PRO-medlemmar som möjligt. Dessutom är smörgåsbordet ett perfekt underlag att plocka ifrån till en studiecirkel där man tillsammans lär sig nytt. Flygbladet kan spridas till medlemmar via e-post eller med utskrifter på papper. Kontakta ABF för att starta en cirkel i din förening. Digitalt eller fysiskt när pandemiläget tillåter.

Bilaga 4: Ett digitalt smörgåsbord för dig som vill lära dig mer

Nytt nummer av PROpensionären ute nu

I PROpensionären nr 2/21 tipsar vi om olika metoder för avslappning – hur du finner lugn och ro i vardagen.

Dessutom: Tre PRO:are som haft covid-19 berättar om sina erfarenheter, Allt om PRO:s prisundersökning, Digitala trygghetslarm – en källa till oro?, Guide till rabatter för pensionärer – bland dem dina medlemsförmåner i PRO Mervärde, Köksprylar vi minns, Tyst hjärtinfarkt – tecknen du ska se upp med, Påskpyssel – och mycket mer.

Nästa nummer av PROpensionären, nr 3/2021, utkommer den 7 maj.

Ny webbredaktör/redaktionsassistent på PROpensionären

PROpensionären har anställt en webbredaktör som ska ha hand om tidningens kommande webbsida, som ska lanseras under året. Hon heter Cecilia Corfitsen, är utbildad journalist och har flera års erfarenhet av att arbeta som webbredaktör, skribent och radioreporter. Cecilias anställning började den 15 mars, och fr o m den 1 april kommer hon även att ta över de arbetsuppgifter som tidningens nuvarande redaktionsassistent, Ursula Lindblom, ansvarat för i hela tolv år. Ursula kommer att gå vidare till en tjänst på PRO Riks enhet Medlemsservice. Vi som jobbar på redaktionen vill passa på att tacka Ursula för det fantastiskt bra arbete hon utfört på tidningen, och för all rolig samvaro under de år då vi haft förmånen att få jobba tillsammans med henne. Vi önskar Ursula varmt lycka till, och säger ett likaledes varmt välkommen Cecilia!

Behöver föreningen hjälp med annonser som ska produceras lokalt?

Kontakta PRO:s grafiska formgivare Anneli Nygårds för tips och hjälp. Maila anneli.nygards@pro.se

PRO Folkhögskola

De inplanerade Seniorkollona på folkhögskolan flyttas fram till juli för att öka chansen för att kunna genomföra dem. Läs mer om folkhögskolans kurser i nyhetsbrevet.

Bilaga 5: Folkhögskolan

Intresseföreningen PRO:s Folkhögskola i Gysinge

Intresseföreningens uppgift är att stödja PRO Folkhögskola ekonomiskt. Bland annat genom att bidra till mervärde för kursdeltagarnas trivsel, utrustning och material till kurserna. Om din förening inte är medlem – bli gärna det genom att betala in 2 kr/medlem till PG 96 24 08-1.

Bilaga 6: Intresseföreningen PRO:s Folkhögskola

Gysinge Herrgård

Gysinge Herrgård bjuder in alla PRO-medlemmar till sitt Påskpaket, 1-4 april. Arrangemanget genomförs i enlighet med rådande restriktioner. Gysinge herrgård är utsedd till en så kallad Safe to Visit-anläggning. Läs mer om Påskpaketet, uppställning av husbil eller husvagn och om dagens lunch i informationsbrevet.

Bilaga 7: Gysinge Herrgård

PRO Mervärde

Fynda vårmode på Ellos till 20 % rabatt

Vi går sakta men säkert mot varmare och ljusare tider. Vad passar inte bättre än att se över sin garderob så att man är redo när solens varma strålar visar sig.

Genom PRO Mervärde får du som medlem 20 % rabatt på Ellos egen modekollektion för både damer och herrar. Ta del av erbjudandet via PROmervarde.se

Med Mastercard blir ditt medlemskort ännu bättre!

Ett av dina medlemserbjudanden är att du kan ansöka om att uppgradera ditt medlemskort till PRO Mastercard – utan årsavgift. Kortet ger dig bland annat en köpförsäkring som ger ett extra skydd vid inköp av till exempel vitvaror, elektronik och resor.

Ansök här: <https://pro.se/medlemsformaner/bli-medlem/promervarde.html>

Kåseri med Gunilla "lilla fruntimret" Dahlgren

Marie Reifelton, PRO Östergötland, har varit med och spelat in detta kåseri med Gunilla Dahlgren som är nybliven medlem i PRO. Sune Johansson, Söderköping, har producerat inspelningen.

Kontakta Marie Reifelton, marie.reifelton@ostergotland.pro.se, om du är intresserad av att köpa Gunillas senaste bok.

Länk till Youtube-filmen med Gunilla Dahlgren: https://www.youtube.com/watch?v=4k_lbHZvjsw

PRO-föreningarna i Sollefteå kommun bjuder in till digital musikglädje

Fem tisdagar (med repris på torsdagar), med start vecka 12, kommer PRO att sända musikglädje i radio. Är du intresserad av att delta? Här kan du läsa om hur du lyssnar:

Bilaga 8: PRO i Sollefteå musikglädje

Goda exempel från PRO:s påhittiga föreningar

I **PRO Hudiksvall** pågår en mängd aktiviteter av olika slag. I och med det månatliga medlemsbladet hålls medlemmarna uppdaterade om vad som sker i föreningen. Man är också flitig med att berätta om verksamheten i lokaltidningen vilket gläder dem som inte har möjlighet att vara med på aktiviteter. Utöver till exempel boulespel, gå-bingo och stadsorientering med företagsbesök utomhus använder man motionskort där medlemmarna efter att ha kryssat tio gånger får en skraplott. Hälsar Maj-Britt Norlander, ordförande.

I våras tvingades **PRO i Klippan** ställa in alla sina träningspass vilket ledde till både ensamhet och stillasittande. Nu har de ställt om och 30-talet PRO:are tränar utomhus i stället vilket gör gott för både kropp och själ. Hälsar Gitt Wall, gympaledare, Lena Elg, friskvårdsansvarig och Stig Ålund, ordförande.

Samorganisationen PRO i Sandvikens kommun bjuder närmare 500 personer som bor på särskilda boenden på tårta i påsk. De gör det i denna pandemi tid för att önska glad påsk och stöttar samtidigt de lokala småföretagen.

Teletal - en kostnadsfri tillgänglighetstjänst

Vill ni hjälpa till att sprida kunskap om förmedlingstjänsten Teletal?

Teletal är en helt kostnadsfri tillgänglighetstjänst som Post- och telestyrelsen finansierar. Man hoppas på större användning och fler kunder till tjänsten. Dela gärna Teletals Youtube-instruktionsfilm på era kanaler och hemsidor.

Länk till Teletals Youtubefilm: <https://www.youtube.com/watch?v=XO1xZG0P7vI&feature=youtu.be>

Kunskapslunchen 25 mars – ett seminarium om äldres konsumtion, mat och handel

Coronapandemin har drastiskt förändrat livet för alla och allra mest för äldre. Flertalet fortsätter att gå till matbutiken, men på nya tider och en del får hjälp av andra att handla mat. Hur upplever äldre sina nya matinköp? Vad kan handeln göra för att underlätta och göra matinköpen mer inspirerande? I Sverige är ca 1,6 miljoner människor 70 år eller äldre och intresset för denna grupp, som kommit att kallas silvermarknaden, växer inom handeln och i andra branscher.

På Kunskapslunchen presenterar Ulrika Holmberg, Lena Hansson och Anna Post forskning om konsumtion, mat och handel. Ulrika och Lena är forskare och universitetslektorer i marknadsföring och Anna är forskare och universitetslektor i kostvetenskap. De är alla verksamma vid Centrum för konsumtionsforskning och Centre for Retailing på Handelshögskolan vid Göteborgs universitet.

Tid: torsdag 25 mars kl 12:00 - 13:00

Plats: Zoom webinar, länk skickas via e-post senast 24 mars

Anmälan: senast 24 mars genom att klicka här:

<https://www.gu.se/evenemang/handla-mat-under-pandemin-inblickar-hos-aldre-konsumenter>

Information om covid-19

Viktiga telefonnummer:

- Ring 1177 om du har träffat någon som du vet bär viruset och du själv känner symtom.
- Ring inte 1177 för allmänna frågor.
- Ring 113 13 för allmänna frågor om coronaviset som inte är symtom- eller vårdrelaterade.

Detta är ett nationellt informationsnummer för stora olyckor och kriser.

- Ring alltid 112 vid akuta nödsituationer när det är fara för liv.

Viktiga webbplatser:

- krisinformation.se
- folkhalsomyndigheten.se (till allmänheten för att hindra smittspridningen)
- www.msb.se (för att bromsa smittspridningen)

Viktig information på olika språk:

- 1177.se
 - folkhalsomyndigheten.se
-

Tack för att ni håller kontakten med varandra!