



Här kommer årets andra informationsblad, fullt av nyttigheter. Detta skickas till alla ordförande som i sin tur ansvarar för att sprida informationen vidare i sin förening eller samorganisation.

## **Ordförande har ordet**

**– Vad gör vi inom PRO?**

**Nationellt påverkansarbete.**

PRO sätter pensionärernas intressen på den politiska dagordningen. Flera gånger om året träffar PRO-företrädare ministrar i regeringen för att framföra organisationens åsikter. Fyra gånger om året deltar PRO i möten med regeringens pensionärskommitté. Dessutom har vi möten med oppositionspartierna i riksdagen och svarar regelbundet på remisser.

I det nationella arbetet ser vi även till att våra frågor syns i media.

Vi driver olika kampanjer, påverkansprojekt och gör regelbundna undersökningar.

### **Regionalt och lokalt påverkansarbete**

Varje dag arbetar PROare runt om i Östergötland med att driva pensionärernas intressen i kommuner och regionen. PRO har ledamöter nästan i alla kommuner och regioners pensionärsråd (KPR och RPR) De arbetar med i stort sett alla frågor som beslutas i kommuner och regioner, även om vård och omsorg ofta hamnar i fokus.

Andra viktiga frågor är bättre kollektivtrafik, boende m.m.

Vill ni ha mera information om de olika pensionärsråden går det bra att kontakta ledamöterna i KPR via varje kommuns samorganisation och RPR via PRO stergötland.

<https://pro.se/Distrikt/Ostergotland/Opiniom--Paverkan/Opinion-paverkan/>



Curt Karlsson, Distriktsordförande

Tel: 0738-16 08 40

E-post: [curt.karlsson@ostergotland.pro.se](mailto:curt.karlsson@ostergotland.pro.se)

## Resor, resor resor....

PRO Östergötland har flera fina samarbeten med olika researrangörer tex Viking Line och Birka Cruises som gör att alla medlemmar har förmånen att åka ut på Östersjön till ett förmånligt pris.



[www.birka.se](http://www.birka.se) kod FORENG

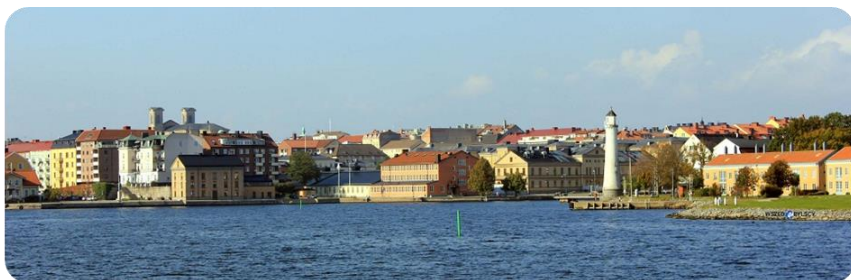


[www.vikingline.se/senior](http://www.vikingline.se/senior)

Andra trevliga samarbeten är med [www.vikingbuss.com](http://www.vikingbuss.com) och ABF Östergötland



## Läs & Res 2019 Blekinge - underbara vatten



**Viking**  
BUSS & FLYG  
RINGARUMS

Det finns fortfarande platser kvar till vår resa till Blekinge. Ta chansen att göra en trevlig tripp till Blekinge med allt fantastiska som finns att uppleva där. Resan går att åka med på även om man inte deltar i en studiecirkel. Det mesta är inkluderat i priset, du behöver bara ha med lite fickpengar och ett glatt humör. Resan bokas direkt hos Vikingbuss 013 14 15 16

Läs hela programmet på [www.pro.se/ostergotland](http://www.pro.se/ostergotland)



### Nytt samarbete med Vikingbuss!

På begäran erbjuder PRO Östergötland och Vikingbuss ett antal platser på en resa med direktflyg från Norrköping till Dubrovnik

**2 oktober 2019**

**Dubrovnik Sol och bad med spännande utflykter  
eller**

**Bosnien & Hercegovina med Dubrovnik**

Medelhavets pärla Dubrovnik med sina ringlande gränder och häftiga ringmur är en upplevelse att strosa runt i. När andan faller på kan man ta härliga dopp i det kristallklara vattnet.

På vår soliga resa passar vi också på att göra många intressanta och roliga utflykter. Kanske en båttur till Elafitiöarna eller besök i Montenegro och Mostar lockar.

Följ med oss till Kroatien och upplev Medelhavet när det är som bäst. Vi bor på strandnära Valamar Club\*\*\* i Dubrovnik i sju nätter där vi har all -inclusive light.

**PRO-pris: 12 190 kr** (ordinarie pris 12 490 kr)

Erbjudande: **1000 kr i rabatt** på ordinarie pris vid bokning före 31mars

## IT

Under det kommande året är det av yttersta vikt att alla föreningar och samorganisationer ser över sina hemsidor. Se till att ha en aktuell sida och korrekta kontaktuppgifter. Använd er förenings e-postadress, inte någon personlig adress till en förtroendevald. Det finns en mening med att alla föreningar har en egen adress, dels är PROs e-post krypterad så att man inte riskerar att få böter för brott mot GDPR-lagen, och dels för att föreningen inte ska vara strandsatt om en person slutar att vara kontaktperson. Vi måste nu hjälpas åt att vara uppdaterade så att nya medlemmar hittar oss och får kontakt med oss på ett enkelt vis.

Det fungerar utmärkt att kontakta PROs kostnadsfria datasupport via tel: 0771-171 171  
Kom ihåg att samorganisationerna kan arrangera PROsIT-utbildningar genom att återuppta kontakten med ABF. Distriktets IT-grupp som gärna hjälper till som cirkelledare om det behövs.

Kontaktuppgifter: <https://www.pro.se/Distrikt/Ostergotland/Om-distriktet/IT-grupp/>

## Nu öppnar 15 nya centrum i olika kommuner för att lära ut digital kunskap, vilket finansieras av regeringen och Internetstiftelsen, ISS.

En halv miljon svenskar använder inte internet alls, eller i väldigt liten utsträckning, visar de årliga mätningarna som ISS gör. Det nya projektet DigidelCenter är tänkt att få fler att lära sig och få nytta av alla digitala tjänster och möjligheter som finns. Projektet finns utspritt över landet i olika kommuner, i Östergötland är det i Norrköping, vanligtvis inrymt i bibliotek eller medborgarkontor. För mer information vänder du dig till projektets hemsida. [www.digidel.se](http://www.digidel.se)  
DigidelCenter är fysiska platser för lärande för både digitalt erfarna och för nybörjare. De kan kombineras med mobila aktiviteter och enheter för att nå flera. I ett DigidelCenter samverkar olika aktörer och verksamheter som till exempel föreningar, myndigheter, förvaltningar och organisationer för att erbjuda service och aktiviteter. Det är en arena där producenter av digitala tjänster kan ha dialog med användare för att utveckla mer tillgängliga tjänster. Projektet ska till att börja med pågå i två år finansierat av 10,4 miljoner kronor från regeringen och Internetstiftelsen. Läs mer här om projektet: [Mer information finns även på Internetstiftelsens hemsida.](#)



**Exempel på vad du kan lära dig:** Digital kompetens, funktioner i dator samt Bank-ID och appar.

## Erbjudande om IT-stöd på landsbygden

Om världen gör oss mer och mer beroende olika digitala kanaler för att klara av vardagen  
Tex betala räkningar, beställa varor och tjänster, nyhetsförmedling och boka läkartider osv.

Via ABF Östergötland och Coompanion Östergötland erbjuds en möjlighet för grupper på landsbygden att kostnadsfritt starta upp en studiecirkel i detta ämne. Det ni behöver göra är att bilda en grupp och utse en studiecirkelledare. Gruppen bestämmer själv vad som är viktigt för att lära mer om, och lägger upp ett studieprogram utifrån det. ABF Östergötland förser er med studiematerial och utbildar cirkelledare. Coompanion koordinerar insatserna och kan täcka kostnader för lokal och fika men även andra behov som kan uppkomma tex Wi-fi åtkomst, inspirationsföreläsningar eller studiebesök.

Allt ska kommuniceras med Pia Tingvall via [pia.tingvall@coompanion.se](mailto:pia.tingvall@coompanion.se) eller tel: 0706-38 00 82



## Vad ska sparas?

Östergötlands Arkivförbund erbjuder en kostnadsfri grundläggande kurs i arkivkunskap för föreningar. Kursledare är länsarkivarie Albin Lindqvist.

**Tisdag 2 april kl 18-20**

Vattengränden 14, Norrköping

Fika och kursmaterial ingår i kurs

Anmälan till Östergötlands Arkivförbund senast 27 mars

Tel: 011-12 28 90 eller [ingela@ostergotlandsarkivforbund.se](mailto:ingela@ostergotlandsarkivforbund.se)

## Årsmötestider

Handlingar till distriktsårsmötet är på väg och ska vara i alla postlådor senast 1 april

Kom ihåg att rapportera in uppgifter från era föreningsårsmöten

Registrera alla personer med styrelseuppdrag och ansvarsområden i vårt medlemsregister *Hjördis* och till [sylvia@ostergotland.pro.se](mailto:sylvia@ostergotland.pro.se)

Observera att det är viktigt för oss att få veta vilka som är KPR-ledamöter

## Trippelskrapslotteriet

PRO Boxholm är en av många föreningar som säljer trippelskrapslotter i Östergötland. Det är just därför som det är fest i Boxholm ikväll. lottförsäljningen har gått över förväntan, hela 520 lotter under första kvartalet 2019 har sålts! Ikväll börjar Arne Samuelsson ordförande i PRO Boxholm att sälja nästa bunt med ytterligare 520 lotter.



- Vi brukar ha knytkalas men denna gång bjuder föreningen på allt för att det har gått så bra med lottförsäljningen berättar Arne medan kassören Gunborg Adebratt och ledamoten Inger Person nickar.

Kvällens fest, som börjar kl 17 pågår tills alla gått hem, innehåller tipspromenad och andra aktiviteter, PRO Boxholm bjuder på smörgåstårter med dryck samt kaffe och kaka. En som hoppas på att få dansa är Bertil Svensson, 94 år som dansar på PRO-dans någonstans i Östergötland minst en gång per vecka.

- Alla i föreningen har hjälpt till med lotteriet på olika vis, både som köpare och säljare ska ha nytta av den förtjänst vi gör på lotterierna säger Arne. Vi har fått in drygt 4000 kr i förtjänst hittills i år och håller det på så här har vi snart fått ihop till lokalhyran för hela året fortsätter Arne med ett brett leende.

Alla hjälps åt att sköta föreningens sysslor i PRO-lokalen som är ett gammalt bankkontor inne i kommunens fritidsgård. När banken flyttade ut fick PRO behålla möblerna vilket gör att det är mycket fint möblerat i rummet som används både som kansli och som mötesrum.

Varje torsdag kl 9.30–11.30 är det öppet hus och PRO Boxholm bjuder på fika. Givetvis säljs det Trippelskrapslotter! Just idag hade Rosa Johansson turen att skrapa fram 1000 kr i vinst.

Jubel utbröt och man hörde folk ropa:

- Har du fler lotter Arne?

På så vis fortsatte samtalet och tro det eller ej men det skrapades fram en 10 000 kr vinst på festen!

- *Stort Grattis till den vinnaren!*



## Vi ses!

Under våren kommer PRO Östergötland att delta i två olika mässor.

- News55 Seniorevent "Det goda livet" 3 maj kl 10-16 Konsert & Kongress, Linköping
  - Aktiv fritidsdagen "Cykel- och scooterdag" 22 maj kl 11-18

Sodexo hjälpmedelsservice Östergötland, Vimarkagatan 9 Linköping

Båda mässorna har fri entré

En affisch om 3 maj finns som bifil, skriv gärna ut och sätt upp på lämpliga platser. Om ni vill ha affischer i A3 storlek kommer det att finnas på kansliet för avhämtning.

## PRO Östergötland tar ansvar genom "plogging"

**Tisdag 8 oktober kl 13** gör vi en gemensam aktivitet i hela länet

ALLA som kan och vill klär sig efter väder och går ut och promenerar eller joggar efter sin egen lust och förmåga. Samtidigt passar man på att plocka upp skräpet man hittar ute i naturen. Genom att vi är många som går ut och plockar skräp syns vi och vi rör på oss, gå så långt du vill, det viktiga är att du deltar för att skapa en bättre miljö och ett friskare liv.

Vi gör en insats för miljön och vi kan på detta vis få fler som blir intresserade av PRO.

Distriktsstyrelsen ägnar sitt styrelsemöte åt "plogging" denna dag genom att utgå gemensamt från föreningshuset Fontänen kl 13. Kom och gå med dem om du vill!

Under hösten kommer det att finnas reflexer, plockverktyg och olika PRO-prylar som gör att vi syns hämta på kansliet. Mer information kommer efter sommaren.

Skriv in dagen i din kalender redan nu!

## Distriktsmästerskap 2019

Inbjudningar och anmälningsblanketter skickas i separat utskick inför varje tävling till ansvarig person.

- 2 april PROvetarna delfinaler i Norrköping, Ringarum, Linköping och Mantorp
- 21 maj PROvetarna Distriktsfinal i Linköping
- Juni (dag ej fastställt) ORIENTERING
- 10 juni GOLF
- 31 Juli BOULE
- 28 augusti BANGOLF

## Övriga aktiviteter april- augusti 2019

- 3 april sekreterarkurs
- 4-5 april grundkurs i medlemsregistret *Hjördis*
- 10 april Distriktsårsmöte
- 16 april friskvårdskonferens
- 24 april konferens KPR/RPR
- 24 april Konferens kontaktombud
- 9 maj konferens rese- och studieansvariga
- 15 maj ordförandekonferens
- 28 maj konferens trafik & säkerhet

## Nya stadgar och handlingsprogram

Beställ stadgar och handlingsprogram av [sylvia@ostergotland.pro.se](mailto:sylvia@ostergotland.pro.se)

Vårt paketpris är: 35 kr inkl frakt  
(vi vill helst att ni hämtar dem på kansliet)



### Tänk på att:

- Respektera sista anmälningsdag till resor, kurser och konferenser
- Undvik parfym och starka dofter. Det är besvärande för många
- Det är viktigt att man deltar på hela kursen/konferensen
- Du hittar uppdaterat kalendarium på hemsidan
- Du är viktig för oss andra

### Aktuellt från Ombudsman

Som alla ser har blåsipporna börjat visa sig och det känns som våren är på gång även i år. Därför finns en bild på Ombergs blåsippor, fotograf är Camilla Linusson, Hästholmen. Under första kvartalet av detta år har jag besökt många föreningar och samorganisationer. Det har varit många olika möten med varierat antal deltagare.

Fantastiskt att få komma ut till er alla runt om i Östergötland och få prata om mig själv, mina arbetsuppgifter, om distriktets verksamhet och om kongressbeslut som fattades i juni allt utifrån önskemål från era respektive föreningar. Jag har känt mig välkommen både hos föreningar och av distriktsstyrelsen och inte minst i föreningshuset Fontänen. Jag har fått mycket stöd och hjälp med alla rutiner av Sylvia på kansliet och jag känner att PRO är min hemmabana nu. Redan nu, i vår, har det gått 1 år sedan jag kom till PRO Östergötland. Det har gett mig mycket att få ta del av ett verksamhetsår i "gamla hjulspår" för att kunna utveckla verksamheten och skapa nya rutiner och traditioner. Tipsa gärna mig om ni har tankar på hur vi kan utveckla verksamheten och locka fler att bli medlemmar i PRO och kom ihåg "plogging" 8 oktober kl 13.

Marie Reifelton, Ombudsman

### Kansliet

Känn er varmt välkomna till PRO Östergötlands kansli, Västra vägen 32, Linköping

Vi har öppet måndag-torsdag kl 9-14 (lunch 12-13) samt fredag kl 9-12

Obs kansliet har semesterstängt 1 juni-2 augusti



Marie Reifelton



Sylvia Magnusson