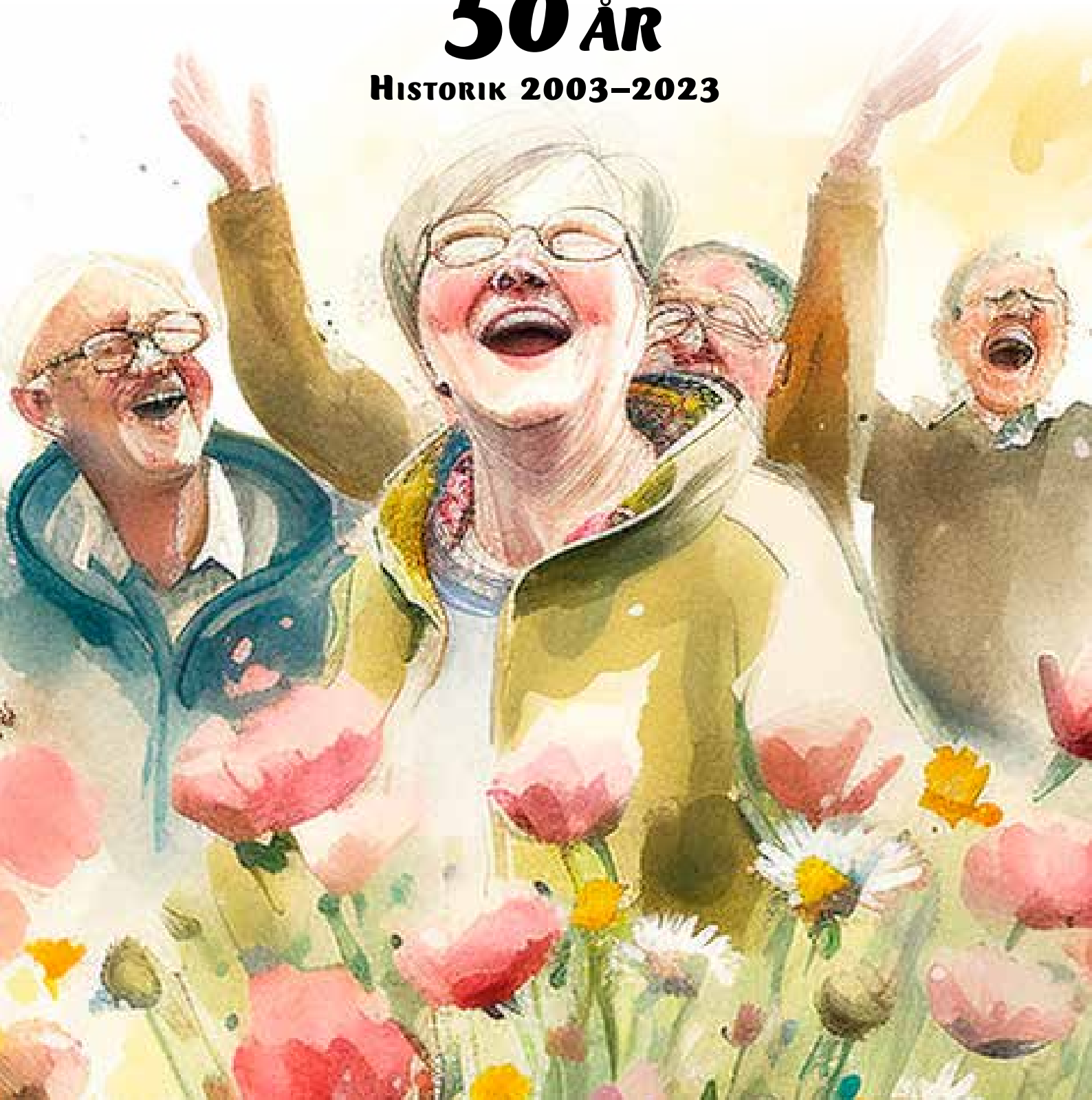


ÅBO SVENSKA PENSIONÄRSKLUBB R.F.

50 ÅR

HISTORIK 2003–2023





Styrelsen 2023: Fr.v.: Maj-Len Henriks-Eckerman, sekr., Gunveig Jörkell, Bengt Sandell, ordf., Inga-Lill Karlsson, viceordf., Ralf Westerén, Barbro Sipilä, Margita Vainio, Carita Isaksson, skattm. och Leena Sjöblom medlemsansvarig och resekoordinator.

Lystringssånger

Mel.: Glada vi till skolan gå
Text: May Lindfors

**Glada vi till klubben gå, glatt vi le och sjunga.
Här vi vänner träffar på, här är alla unga.
När bekymren hopas ibland
får man här en hjälpande hand.
Här vi knyter vänskapens band.
Vandrare på jorden.**

Mel.: Vi gå över daggstänkta berg
Text: Greta Enman

**Till klubben vi vandrat idag, fallera
med tanken att vår dag ska bli så trevlig och glad.
Där träffar man vänner
de flesta man känner
här trivs vi med dem nu ett tag, fallera.**

Utgivare: Åbo Svenska Pensionärsklubb r.f.

Redaktion: Bengt Sandell, huvudansvarig; övriga bidragsskribenter: Marianne Blom, Henning Grönroos, Carita Isaksson, Inga-Lill Karlsson, Jan-Peter Kullberg, Gunvor Sandström, Leena Sjöblom, Bengt Stenlund och Margita Vainio.

Pärmbild: AI-bild "Glada seniorer" skapad av Andreas Höglund, Carita Isaksson och Leena Sjöblom.

Layout & ombrytning: Mikael Syrjälä, AboGraf Åbo

Tryck: Printteri Oy, Åbo 2023

Åbo Svenska Pensionärsklubb r.f. 2003–2023

Så började det hela... ..	4–5
Åren som gått 2003–2023	6–11
Tretton år med klubbens klubba.....	12
Fredagsträffar	13
Seniormotion	14–17
- Stavgångarna	
- Petanque	
- Tävlingsverksamhet	
- Seniordansarna	
- Övrig motion	
Kulturmotion numera Kulturgruppen	18
Samtalscafé	19
Pensionärsklubbens kör	20
Seniorbio.....	21
Vinvännerna	22
Pubträff	23
Resor, utflykter och teater	24–28
Klubbens IT-verksamhet.....	30–31
Gamla rävar, grå pantrar (och Flower-Power)..	32–33
Äldrerådet i Åbo	34
Svenska pensionärsförbundets jubileumsbudkavle...35	

Pensionärsklubbens 50 år

Ordföranden

Bengt Carpelan	1973
Erik Limnell	1975
Greta Lindroos	1980
Maud Hasselblatt	1982
Ulla Norrman	1985
May Lindfors	1989
Carin Åminne	2000
Carl-Bertil Tauler	2013
Tore Ahlbäck	2014
Inga-Lill Karlsson	2015
Carita Isaksson	2021
Bengt Sandell	2022

Hedersmedlemmar

Bengt Carpelan, Greta Ertman, Maud Hasselblatt, May Lindfors, Richard Andersson, Anja Björkfelt, Margareta Hellman, Disa Ismark, Bror Borgar, Hans Johansson, Christina Ståhlberg, Carin Åminne, Inga-Lill Karlsson, Göran Långstedt, Birgitta Gammals.

Åbo Svenska Pensionärsklubb r.f. (ÅSP)
Svenska Pensionärsförbundet rf (SPF)
Svenska Folkskolans Vänner rf (SFV)
Arbetets Vänner i Åbo r.f. (AV)
Åbo Svenska Teater (ÅST)



Så började det hela ...



Ordf. Bengt Sandell

BEHOVET AV FÖRENINGAR uttryckligen för pensionärer, verkar ha uppstått samtidigt i många delar av det svenska Finland, eftersom många svenskspråkiga pensionärsföreningar bildades i början av 1970-talet.

I slutet av år 1972 tillsatte Åbo Svenska Föreningsråd en arbetsgrupp med representanter för marthorna, Åbo svenska församling, Röda korset och några initiativrika pensionärer. Gruppen bestod av 12 entusiaster, nämligen: Maud Hasselblatt, Greta Ertman, Clara Björk, Margit Hammarström, Inger Berg, Inger Holmberg, Marianne Holmberg, Bengt Carpelan, Carin Johns, Paul Lindblom, Karin Samulin samt Micka Carlsson som representant för Föreningsrådet.

Arbetsgruppen uppgjorde ett betänkande över hur den svenska pensionärsverksamheten i staden skulle bedrivas. I betänkandet står bl.a. att verksamheten skall bestå av regelbundna veckoträffar, varje fredag eftermiddag, vid vilka program av olika slag bjuds, lätt motionsgymnastik, allsång, dans och samvaro runt en kopp kaffe. Programinslaget skulle få ta högst 45 minuter, vilket senare visade sig vara svårt att få till stånd varje vecka.

Föreningsrådet utlyste ett möte den 19 januari 1973 på Gillesgården för intresserade pensionärer och 107 medlemmar skrev in sig vid detta första möte.

Vid ett senare tillfälle samma vår beslöt klubben att registrera sig och bli en av föreningarna i SPF.

En styrelse tillsattes, aktiviteterna var många och under det första året finns 28 protokollförda möten antecknade.

I nummer 4 av medlemstidningen God Tid, som utkom den 15 december 1973 kan vi läsa följande:

”Åboföreningen inregistrerad”

”Åbo Svenska Pensionärsklubb har äntligen fått sina stadgar godkända av Justitieministeriet och den 9 november införts i Föreningsregistret. I de nya stadgarna sägs att föreningens valmöte skall hållas inom november månad. Detta har även skett ity att ett sådant möte den 23.11, i vilket inte mindre än 160 medlemmar deltog, till ordförande omvaldes magister Bengt Carpelan. Till medlemmar i styrelsen omvaldes Greta Ertman, pol. mag. Margit Hammarström, fru Maud Hasselblatt, fru Karin Jovhans och direktör Erik Linnell, medan i stället för fru Micka Carlsson, som flyttar till annan ort, och rektor Per Erik Lundberg, som en stor del av året kommer att vistas utom Åbo, i styrelsen invaldes ingenjör Walter Hedberg och fröken Karin Samulin.

I övrigt har verksamheten fortsatt med träffar varje fredag besökta av mellan 100 och 150 medlemmar och med trevliga program, ofta inledda med en 5 minuters motionsgymnastik under ledning av fru Edit Grönmark”.

Pensionärsklubben fick alltså en god start och medlemsantalet i slutet av år 1973 var 247 för att år 1979 nå upp till 400. I övrigt varierade antalet medlemmar under klubbens första trettio år mellan 301 och 406.

Under de senaste tjugo åren har medlemsantalet i regel legat några tiotal under 400 men en markant ökning skedde år 2022, då klubben fick 67 nya med-

lemmar och antalet medlemmar uppgick till 419. År 2023 har 32 nya medlemmar redan antagits och i skrivande stund har klubben 442 medlemmar. Detta bådär gott för klubbens utveckling!

Närmare uppgifter om klubbens första 30 år finns i publikationen Åbo Svenska Pensionärsklubb r.f. 1973–2003, som finns att tillgå elektroniskt i pdf-format (på klubbens hemsida abo.spfpension.fi) och som i kronologisk ordning beskriver klubbens verksamhet och baserar sig på uppgifter i klubbens informationstidning Fredagsnytt.

Den nu föreliggande historiken följer inte genomgående kronologisk ordning, utan fokuserar på klubbens olika aktiviteter under de senaste 20 åren.

50 år är ingen lång tid för en förening, men utvecklingen under de åren har varit enorm. Klubbens första styrelsemedlemmar var födda alldeles i slutet av 1800-talet eller under 1900-talets första årtionde, de hade sett Finland bli självständigt och genomgått tre krig. Sannolikheten för deras årsklasser att överhuvudtaget nå pensionsåldern var låg och det präglade säkert deras syn på pensionsverksamhet.

Många av dagens unga pensionärer är vid god hälsa och aktiva på många håll i samhället. De har därför svårt att direkt efter sin pensionering identifiera sig med pensionärsklubbens verksamhet och klubben har därför satsat på nya aktiviteter för att locka också nyblivna pensionärer. Satsningarna tycks ge utdelning. Medelåldern för nyantagna, som år 2020 var 73 år, har år 2023 sjunkit till 67 år. Medelåldern för samtliga medlemmar är idag 78 år. ■

Åren som gått 2003–2023

– plock ur tidningsartiklar (2003–2015) och årsberättelser

19.1.1973 skrev de första 107 pensionärerna in sig i Åbo Svenska Pensionärsklubb.

Under de 20 år denna historik behandlar har klubben fortsatt sina ordinarie program bestående av bl.a. fredagsträffar, julkryssningar, vår- och julfester, motionstillfällen och olika samlingar samt deltagande i förbundets vår- och höstmöte. Utförlig rapportering finns i protokoll. Av utrymmesskäl begränsar vi oss här till exempel på minnesvärda händelser. Nya bestående program noteras när de införs. Fredagsnytt utkommer fortsättningsvis. Denna del av historiken är resultatet av ett skrivarsamarbete där åren 2003–2015 speglas främst via artiklar i ÅU medan de efterföljande åren baserar sig på verksamhetsberättelserna.

2003

- 30 år sedan klubbens grundande firas i januari, Carin Åminne är ordförande!
- Vi vårfestar även i år med Gubbhemmets pensionärer, Johan Ludvig Runeberg (Börje Lång) med makan Fredrika (Kerstin Mustelin) uppenbarar sig i den fina jugendsalen.
- Otium – radioprogram för äldre, Radio Vega i samarbete mellan de åboländska pensionärsföreningarna. Det nya lagspelet petanque blir en del i klubbens program

2004

- Motion; investering i eget välmående! Vårpromenaden öppnas av Sari Essayah på Paavo

Nurmi-stadion. Storsamling i Konserthuset med åboländska pensionärsföreningar. Program med andra pensionärsföreningar i Brandkårshuset, bl.a. modevisning.

- För att få fart på den gemensamma sången vid pensionärsträffarna inspelas en cd-skiva med sånger från vår sångbok. Nu finns en hel orkester för vår gruppkaraoke.
- Pensionärsklubben startar en kör med namnet 60+. Stort antal dockor tillverkas för Unicef. Seminarium om att bli äldre i samarbete med Folkhälsan i Åboland. Infopunkten Poiju för äldre öppnas och femte Lillajulskryssningen till Stockholm ordnas.

"Mellan broarna" tillsammans med Vanhustyön neuvottelukunta.



Äldrerådets kaffeträff i Poiju.



2006–2007

- Artikel om de aktiva pensionärerna i Åbo-guiden 2006. Åboländskt samarbete fortsätter med informella träffar. Två samtalsgrupper har redan tidigare bildats och nu startar den tredje. Åboklubben motionerar mest bland svenska pensionärer relaterat till medlemsantalet. Seger i frågesportsfinalen i samband med förbundets höstmöte.
- Vår egen digipilot Kaj Kivinen hjälper åbopensionärerna när TV:s digisändningar börjar och Mona Lehtonen blir ombud för Svenska Pensionärsförbundet i Åboland.
- Åbolands pensionärer inför två sommarfester; en i Nagu för föreningarna från Nagu, Korpo, Houtskär, Pargas samt Åbo och en i Kimito för föreningarna från Kimitön.

2008–2009

- Vi firar pensionärsklubbens 35 år med öppna dörrar, kaffe och tårta. En tavla gjord av eftisbarn inköps och doneras till Sabinahemmet. Vi antar 33 nya medlemmar. Var femte Åbobo är pensionär. Klubbens medlemsantal är nu ca 300. Pensionärerna är attraktiva och välinformerade konsumenter. Våren 2009 inleds utbildning av IT-handledare i Åboland. Första IT-kursen för medlemmar startar vid Arbis på hösttermin.

2010–2011

- "Hotbild kontra faktauppgifter": Teknologiedoktor Jalle Ahlbeck gästar ÅSP:s fredagsträff och berättar initierat och livfullt om vår miljö och vårt klimat i framtiden. - "Kvinnor hjälper kvinnor", stort antal koltar tillverkas ivrigt åt barnen i Etiopien
- Fortsatt IT-undervisning för våra medlemmar i Gillesgården.

2012–2013

- Vår uppskattade ordförande Carin Åminne håller i ordförandeklubban för 13:e och sista året. Lillajulskryssningen hör till våra populäraste program. Årets kryssning är redan den tolfte i ordningen. Åbopensionärer programfestar gärna, denna gång med temat "En trygg ålderdom". Vid vårfesten är Hertig Johan vår celebra gäst.



Praktisk övning under Första hjälpen -kurs.

2013–2014

- ÅSP, uppskattad och samhällsorienterad, firar 40 år med Carl-Bertil Tauler som nyvald ordförande efter att Carin Åminne avgått. Taulers ordförandeperiod avslutas redan efter ett år och Tore Ahlbäck, tidigare överbibliotekarie vid Åbo Akademi, ställer sig till förfogande som ordförande för ÅSP. I smågrupper motionerar, diskuterar, sjunger och dansar man.

2015

- Efter Tore Ahlbecks korta period tillträder Inga-Lill Karlsson som klubbens ordförande. Vid den tredje konserten med Silverkören firar vi att det förflutit 150 år sedan Sibelius respektive 275 år sedan Bellman föddes. Vanhustytön neuvottelukunta, nu med närmare femtio pensionärsföreningar, fyller fyrtio, ÅSP är en av de grundande 11 föreningarna. Gemensam fest i Rosenkvarteret. Delegationen ordnar även motionsprogrammet



Guidad rundtur på Åbo gamla begravningsplats under pandemitiden.

”Mellan broarna – mitt i Åbo”, hela 600 ivriga pensionärer deltog.

- Seniorsurfedagen är en nationell dag med fokus på äldre och IT. Den firas i år i oktober i Åbo och Pargas. Förbundet för de gamlas väl leder IT-kampanjen.

2016

- Äldrerådet ordnar en svensk dag vid verksamhetspunkten ”Poiju” och ett svenskspråkigt seminarium på Kvartersklubben, som fylls av publik. Därtill ordnar ”Nämnden för språkliga minoriteter i sjukvårdsdistriktet” informationstillfället ”Vård på svenska” Även detta år firar vi vårlunch med AV. Klubben har vidare infört ett ambitiöst utflykts- och teaterprogram, här nämns teaterresa till Fallåker och ÅST-besök ”Kungens tal” samt utfärder till Visavuori och Villnäs-Gullranda.
- Våra smågrupper detta år är IT-kurserna, Kulturgruppen (teater, utställningar), Samtalsgruppen, motionsgruppen och seniordansarna. Fredagsträf-

farna är fortfarande tretton, bland programinslagen ingår bl.a. den viktiga intressebevakningen.

2017

- Bland Äldrerådets program noterar man information om ”service respektive boende för seniorer” samt en seniorvecka. I reseprogrammet ingår konsertresa till Lahtis ”Ella Fitzgerald 100 år”, teater i Harparskog ”Okänd soldat” och Tammerforsresa till ”Cats”. I Åbo ser 50 medlemmar succén ”Edit Piaf – Jag ångrar ingenting”. IT-kurserna lockar ett hundratal medlemmar, kultur- och motionsgruppen gör åtta besök som förutom teatrar och resor innefattar en utställning av arkitekt Gustaf Nyström.
- Stavgångarna hävdar sig med vandringar varje tisdag (inte sommartid), gymträningarna effektiveras och vi får en introduktion i vattenlöpning. Kören 60+ har nu ett tjugotal sångare och besöker servicehus och åldringshem och uppträder vid ÅSP:s festtillfällen.

2018

- Äldrerådet uppvisar stor aktivitet med sex olika aktiviteter, bl.a. Poijus svenska dag, finsk "Super-seniorvecka" och det svenska infotillfället "Vem tar hand om mig". På Fallåker ser vi "Åttan" och 15 medlemmar reser till Estland. De åboländska pensionärsföreningarnas sommarträff ordnas i Houtskär. 16 ÅSP:are ser "Jane Eyre". på ÅST. Den nya gruppen Handalaget startar med handarbetscafé och keramikkurs. På nio fredagsträffar får vi bl. a. höra om social- och hälsovårdsreformen som skall träda i kraft 2023, lära oss mera om testamenten och vårdvilja, bli undervisade i cellbiologi och uppleva en högtidlig parentation.

2019

- Vi ser "Chess" på Svenska Teatern i Helsingfors. Vårresan riktar sig till Nystad där vi besöker konstnärsvillan Pilvilinna och upplever det säregna Bonkmuséet. Raseborgsföreställningen är "Jorden runt på 80 dagar" och på hösten ser vi "Kalevala" på svenska. En spännande nyhet i klubben är projektet "Gamla rävar, grå pantrar" igångsatt med medlemskraft, en aktivitet som väcker uppmärksamhet och lockar nya medlemmar. Handalaget fortsätter med sitt hantverk och frågesporten i förbundet aktualiseras.

2020

- Trots kommande Covidbegränsningar hinner två fredagsmöten ordnas; i stället är det nätbase-rad information som finner sin plats såväl på vår webbplats som på den nya Facebook-sidan. Genom vår digra IT-utbildning utses vi av SPF till "Årets IT-förening". Vi har vårt arkiv på Google Drive, via Desky sköts medlemsregistret och bok-föringen handhas via Briox.
- Ett femtontal aktiviteter ordnas inom "Gamla rävar, grå pantrar". Vi ser "Ringaren i Notre Dame" i Tammerfors och två pjäser i Åbo. Vi gör en "smakresa" till Kimito och ett besök vid Nya Valamo. Ärkebiskop emeritus John Vikström presenterar sin senaste bok "Det handlar om frihet". Efter fem år i ledningen avgår Inga-Lill Karlsson och ÅSP väljer Carita Isaksson till efterträdare fr.o.m. 2021.

2021

- Under året påverkades vi av begränsningar men kan trots detta ordna en omfattande verksamhet, delvis på distans. Vårmötet sköts sålunda på distans men glädjande nog kunde höstmötet arrangeras som vanligt i Alexandrasalen med ett sjuttiotal deltagare. Carita Isaksson önskar avgå. Ett enhälligt möte valde Bengt Sandell till ny ord-förande fr.o.m. 2022.



- Även detta år etablerar vi nya aktiviteter. I juli samlas vi till den första Pub-träffen som karaktäriseras av fri samvaro och bl.a. frågesport. Också julfesten kunde firas och 115 deltagare glädde sig åt att diplom överräcktes till Inga-Lill Karlsson, utsedd till hedersordförande och till Birgitta Gammals och Göran Långstedt, valda till hedersmedlemmar. Tack vare de under året lättade begränsningarna infördes även biobesök som en ny verksamhetsform. Den första föreställningen arrangeras speciellt för ÅSP av Finnkino i september. I januari 2023 visas den elfte filmen.

2022

- Komprimerad information om klubbens aktuella verksamhet ges i foldern "Nötskalet". Medlemsantalet stiger kontinuerligt, vi får hela 67 nya medlemmar och antalet är vid årsslutet 419 varav 312 var kvinnor.
- IT-kurserna är sju till antalet och styrelsen får specialutbildning under tre olika kurser. Förbundets IT-utbildare arrangerar en utbildningsdag för styrelsen. Aktiviteterna växer kraftigt, stavgångarna rapporterar 41 vandringar och Petanquegruppen samlas hela 47 gånger såväl inom- som utomhus. Samtalscaféet är aktivt, Pubträffarna fortsätter i likhet med Seniorbion som lockar 811 åskådare. Även detta år får vi uppleva nya aktiviteter, Vinvännerna samlas till tio träffar med totalt 160 deltagande och "Yoga på distans" er-



bjuder 20 träffar med 400 deltagare. Dansarna har 28 träffar med totalt 252 deltagare.

- Bland resorna och besöken noteras utflykt till Nagu och Korpo med 26 deltagare. Samma antal deltagare lockade resan till Türi blomstermarknad och vidare till Tartu och Pärnu. Som vanligt besöktes Raseborg där vi såg "Elvis" och Själo lockade 41 deltagare medan tre åboteaterbesök inklusive julkonserten drog hela 162 seniorer.



2023

- När klubben fyller femtio år ser man en klart positiv utveckling av verksamheten. Tillströmningen av nya medlemmar fortsätter, ett trettital har anmält sig under tiden januari–mars. Klubbens fyra lag deltar med framgång i uttagningen till frågesportsfinalen och det är vår klubb som representerar Åboland i den nationella finalen på Kåren i april. När detta skrivs i mars har klubben redan gjort ett uppskattat musikalbesök i Tam-

merfors där vi såg "Anastasia", ordnat information för sina nya medlemmar, effektiviserat sin motionsverksamhet och arrangerat tre fredagsträffar, varav en besöktes av rekordantalet 140 medlemmar. Seniorbion i februari besöktes av 150 personer, Pubträffen lockade ett tjugotal och vinträffen ett trettital medlemmar. Vi firar utvecklingen vid den kombinerade vår- och femtioårsfesten på Kåren i maj och höjer en skål för fortsatt framgång för ÅSP. ■



Tärna i havet i Pärnu 2022.
Alster producerade vid Handalaget.



Tretton år med klubbens klubba

ÅR 2000 VALDES den då nyblivna pensionären Carin Åminne till ordförande för ÅSP. Hon efterträdde May Lindfors, som innehaft posten sedan år 1989. Valet av Carin till ordförandeposten var självklart, hon var känd som en handlingskraftig, idérik, engagerad och aktiv person som inte drog sig för nya utmaningar.

Att leda en stor förening som ÅSP är ett arbetsdrygt uppdrag och kräver organisationsförmåga och beredskap att ta itu med arbetsuppgifter av många olika slag. Möten skall ordnas, kontakter till sammanslutningar och organisationer ska knytas och uppehållas, resor ska planeras och genomföras, det gäller att ha alla föreningens aktiviteter under kontroll. Allt detta och mera därtill skötte Carin med fast och säker hand.

Med ett aktivt ordförandeskap följer även andra uppgifter och åtaganden. Carin Åminne har varit engagerad i SPF:s verksamhet och där innehaft olika förtroendeposter. Hon har varit invald i förbundets arbetsutskott, i redaktionsrådet för God Tid samt i valberedningen. I förbundsstyrelsen har Carin suttit som medlem.

I Åbo har Carin innehaft ett antal förtroendeuppdrag, hon har varit medlem i Åbo stads äldreråd, i Vanhustyön Neuvottelukunta – en organisation som omfattar ett 60-tal pensionärsföreningar med ÅSP som den enda svenska. Hon har varit vår representant i organisationen Varsinais-Suomen eläkeläispiirijärjestöjen neuvottelukunta som utgjordes av några finska, politiskt bundna pensionärsföreningar och ÅSP.

Uppdragen var i det närmaste oändliga och säkert tröttande ibland, men när Carin ser tillbaka på sin tid som ordförande säger hon med glädje i rösten att det var en rolig tid.

För sina insatser pensionärsklubben och SPF till fromma har Carin, som hittills enda ÅSP medlem tilldelats förbundets förtjänsttecken i guld.

Åbo svenska pensionärsklubb har utnämnt Carin Åminne till sin första hedersordförande.

År 2013 avgick Carin som ordförande och efterträddes av Carl-Bertil Tauler.

Ett stort och varmt tack säger vi till Carin för det omfattande, gedigna arbete hon gjort! ■



Fredagsträffar

EN CENTRAL ROLL i verksamheten vid ÅSP spelar fredagsträffarna, som ordnas i Alexandrasalen en gång i månaden. Till dem bjuder vi in intressanta gäster för att höra om och diskutera exempelvis hälsa, kultur, IT och bevakning av pensionärsfrågor. Då dricker vi också kaffe med tilltugg och umgås i glatt samspråk med varandra. Under pandemitiden var verksamheten så gott som obefintlig men nu då alla spärar har tagits bort har deltagarna på fredagsträffarna varit 100–130 deltagare.

Vårterminen avslutas med en vårfest och höstterminen med en julfest som båda under de senaste åren firats på Kåren.

Föreningen ger ut informationsbladet "Fredagsnytt" som utkommer till vår- och julfest och innehåller en genomgång av terminernas program och kommande aktiviteter. ■



Några av våra föredragshållare:

Ulla Achrén

Malin Ahlbeck

Ville Hupa

Inga-Lill Karlsson

Riko Eklundh

Ulf Lindroos

Marcus Rosenlund

Siv Sandberg

John Vikström

Seniormotion

SÅ LÄNGE KLUBBEN EXISTERAT har motionen utgjort en viktig verksamhetsform. Ur protokoll från tiden före den nu aktuella historiken noterar man bl. a. tisdagspromenader till Runsala, pensionärsdans på Fojan, Folkhälsans årliga motionskampanj samt seniordansen som hör till klubbens tidiga motionsformer. Anteckningarna är inte många och läsaren får själv skapa sig en bild av kontinuitet, kvalitet och kvantitet. Klart är att man i anteckningarna kan skönja konturerna till det som bl. a. Stavgångarna och Seniordansarna står för. I det följande beskrivs de motionsformer som mest intresserar och där klubben har engagerat sig som organisatör.

Stavgångarna

Under 2000-talet har Pensionärsförbundet allt oftare och tydligare gått ut med budskapet att pensionärerna bör röra på sig mera, motionera, för att må bra och hållas friska. Inom pensionärsklubben började budskapen realiseras hösten 2015, då Birgitta Gammals startade det hon kallade stavgången. Avsikten var att en dag i veckan samla hugade medlemmar till gemensam rask promenad – med eller utan stavar – ca en timme på olika för ändamålet lämpliga plat-

ser runtom i Åbo. Den första promenaden ägde rum 8.10.2015 och samlade tre deltagare: Man promenerade från Björkas mot Katrinedal och tillbaka. Antalet deltagare ökade snabbt och 3.11. var man redan 11 som promenerade från Domkyrkan till Hallisbron och tillbaka på andra sidan ån.

Sedan starten och till och med början av mars 2023 har Stavgångarna samlats totalt 266 gånger och deltagarna har sammanlagt promenerat nästan ett halvt varv runt jorden (vid ekvatorn). Under åren har Stavgången engagerat inalles ett 40-tal deltagare. Bara sex av dem har varit herrar. Som mest har antalet gångare varit 17 och som minst två. Medeltalet för hela perioden ligger kring 10 gångare. Med eller utan stavar.

Rekordhållare bland damerna är Gunvor Sandström som deltagit 216 gånger, medan Evald Adolfsson hör till de aktivaste herrarna. Under åren har flera utgångspunkter för vandringsarna blivit bekanta för deltagarna bl.a. Björkas, Domkyrkan, Idrottsparken, Runsala (olika), Hallis, Katrinedal, Tuorla och St Karins idrottsplan. Birgitta Gammals fungerade som Stavgångarnas ledare från starten 2015 till och med våren 2021. Från Hösten 2021 leds Stavgångarna



Foto: Patrik Edman

Glada stavgångare framför Dombron nångång hösten 2015. Fr v Bengt Stenlund, Kerstin Stenlund, Carin Åminne, Mona Blok, Inga-Lill Karlsson, Gun Söderholm, Birgitta Gammals, Britta Selenius, Evald Adolfsson, Gun-Britt Haataja.

– från idealism till engagerad aktivism

av Mona Blok. Den sociala biten har haft en central roll under och efter promenaderna. Promenaderna avslutas med att koppla av vid en kopp kaffe med dopp.

Petanque

Petanque, eller boule som kulspelet också kallas, har med tiden blivit ett mycket populärt spel bland pensionärer – så också i Åbo. Det var i slutet av 1900-talet som några entusiaster inom föreningen samlades för att utöva det ädla spelet petanque. Man inledde spelandet i maj och spelade alla regnfria måndagar invid Kuppis-paviljongen. I början spelades enligt hemgjorda regler på grusunderlag. Några gånger under början av 2000-talet försökte man spela inomhus i Folkhälsans utrymmen. Folkhälsan tillhanda höll läderklot för innespel. Men att kasta läderklot fyllda med sand på trägolv blev ingen succé.

Till måndagsträffarna infann sig sedermera spelare som tyckte att spelet skulle spelas mera enligt de regler som gäller för seniorer. En av dem var Jan-Peter Kullberg, som flyttat till Åbo från Åland, där han kommit i kontakt med petanque. Vid den här tidpunkten bestod gruppen av 7–8 spelare. Flytten till nya banor i Kuppis och spel enligt gällande regler och anvisningar innebar ett kvalitets- och kvantitetsmässigt uppsving. Ganska snart var den potentiella spelargruppen hösten 2017 uppe i 11–12 spelare. En stor nyhet för den fortsatta utvecklingen var att vi genom samarbete med Turun Petanque-seura fr.o.m. senhösten 2019 fick möjlighet att spela inomhus på grusbanor som anlagts i gamla Hellasfabriken. Halva april till halva oktober spelas ute, resten av året inne. Intresset har vuxit, mars 2023 upptar listan 26 namn. Innesäsongen har fr.o.m. 2019 samlat 6–12 aktiva spelare och de individuella färdig-



Foto: Henning Grönroos

Klubbkamp mot Korpo pensionärer i juni 2022 på Korpos fina banor. Korboborna i gula t-tröjor.

heterna har utvecklats. Utesäsongerna har samlat flera spelare till måndagsträningarna och som mest har vi varit uppe i 18 deltagare.

Tävlingsverksamhet

SPF har sedan medlet av 2010-talet, arrangerat förbundsmästerskap i boule/petanque. ÅSP:s ivriga petanquegrupp ansåg sommaren 2019 tiden mogen att anmäla sig till förbundsmästerskapet som spelades i Västanfjärd. Man deltog med två tre-mannalag. Framgången uteblev dock. Följande år gick mästerskapet i Jakobstad och klubben deltog med två lag, som blev 50:e och 57:e av totalt 64 lag. Sensommaren 2022 arrangerades förbundsmästerskapen i Jomala på Åland och ÅSP hade två lag på plats.

Hösten 2019 tog ÅSP initiativ till att spela om ett åboländskt mästerskap. Efter pandemin i september 2021 genomfördes mästerskapet på banorna i Kuppis med ÅSP som arrangör. Ett lag från Korpo tog

hand om vandringspriset. Korpo och Västanfjärd tog hand om de första platserna och bästa åbolag kom på 7:e plats av 16 deltagande lag. Som ett led i förberedelserna för det första åbolandska mästerskapet genomförde ÅSP:s och Korpopensionärernas petanquegrupper den första klubbkampen på Kuppisbanorna i Åbo redan i augusti 2021. Korpoborna delade då de tre första platserna. Följande klubbkamp utkämpades i Korpo 6 juni 2022. Korpo vann, ett åbolag placerade sig som 2:a av totalt tio lag. Klubbkamperna fortsätter 2023.

2022 spelades det åbolandska mästerskapet i Västanfjärd och Korpo tog täten och bästa lag från Åbo blev 14:e av 26 deltagande lag. Att spela petanque innebär att man får motion, lättare visserligen men ändå. Under de två timmar långa spelpassen varar rör man sig många gånger av och an på spelplanen. Det är inte ovanligt med över 1000 steg under spelet. Ett viktigt inslag i gruppens verksamhet



Petanque i Västanfjärd i ösregn

har alltid varit att avsluta övningarna med att samlas över en kopp kaffe. Det sociala inslaget är viktigt och ger möjlighet att skaffa nya vänner. Som ledare och instruktör fungerar Jan-Peter Kullberg.

Seniordansarna

Seniordansarna är ett gemensamt projekt med Folkhälsan. Över 90% av dansarna är medlemmar i ÅSP. Seniordansarna uppträdde 2001 på den allåboländska lillajulskryssningen, år 2002 på en fredagsträff och i konserthuset vid Vanhustyön Neuvottelukuntas årliga storsatsning. Dansarna leddes då av Anna-Lisa Henriksson. Sedan ett tiotal år tillbaka leds gruppen av Ragni Höglund

Dansarna samlades först i Svenska Gårdens utrymme, men senare har man flyttat till Folkhälsans utrymmen på Henriksgatan. Mellan 9 och 15 dansare har regelbundet deltagit i aktiviteten. År 2016 samlades man 18 gånger och i medeltal deltog 14 dansare.

Under pandemiåret mars 2020 till februari 2021 var man tvungen att pausa verksamheten mars–september och december–februari. Trots det hade man 13 aktiva dansare på listan och 8 dansare deltog per gång på de tiotal danstillfällen som hölls. Under år 2022 samlades gruppen hela 28 gånger och i medeltal 9 dansare deltog. I danserna ingår line-dance, gammeldans och andra danser som ger lämplig motion.

Övrig motion

Under de senaste åren har vi också erbjudit våra medlemmar Yoga på distans 10 gånger per termin, där ett tjugotal deltagare varit aktiva. Därtill gymnastiserar två seniorgrupper på Hemmet varje torsdag. Såväl Yogan som gymnastiken leds av Ann-Mari Backman. ■



Seniordansarna svänger om, sannolikt hösten 2016. Fr v Maj-Britt Heikkonen, Tua Rosenberg, Synnöve Hagström, Solveig Basilier, Margó Storm, Birgitta Gammals.

Kulturmotion numera Kulturgruppen

KULTURMOTION INLEDDE sin verksamhet hösten 2016 på initiativ av några stavgångare som tyckte att de gärna skulle gå på kulturevenemang, men de ville inte gå ensamma för då blir det inte av att gå. Om någon ordnar och kommer med förslag på evenemang är det lättare att komma iväg.

Sagt och gjort kulturgruppen var ett faktum.

Den 22 oktober 2016 gick 12 pensionärer till Åbo svenska teater på konserten "Känslornas ton" med musik av Erna Tauro. Efter konserten gick vi på kaffe till cafe Fontana för att diskutera våra upplevelser.

Vi har gjort 39 besök på 20 olika platser. De mest besökta är Åbo svenska teater (8), Åbo konstmuseum (8), Wäinö Aaltonens museum (4) och Åbo konserthus (4). Bland övriga besöksmål kan nämnas Casagrandes leksaksmuseum, Vattenverksmuseet, Humanisticum (arkitekt Gustaf Nyström Fem byggnader och fem berättelser), Botaniska trädgården och Biologiska museet. Av enskilda besök är Jacob Hashimotos utställning i Maaherran makasiini värd att nämnas. Vi hade tur då konstnären själv var på plats, vi hade möjlighet att prata med honom och få veta hur han gör sina unika verk. Ett annat besök som inte kan förbigås är Kusta Saksis utställning "Ryor och gobelänger" på Aboa Vetus Ars Nova, fantastiska arbeten. Kusta Saksi är finländsk konstnär, som är verksam i Amsterdam. Konstnärsparet Greta Hällfors-Sipilä och Sulho Sipilä bekantade vi oss med på Åbo konstmuseum. En utmärkt guide presenterade utställningen.

Deltagarantalet har varit 8–15 per evenemang. Sammanlagt har 35 pensionärer deltagit i kulturgruppens aktiviteter. De flesta av dem som var med första gången är fortfarande mycket aktiva. Den flitigaste deltagaren har varit med 30 gånger följande 28, 25, 24 och 19. Båda ledarna Gunvor Sandström och Mariannne Blom har varit med nästan alla gånger och alltid har en ledare varit på plats och tagit hand om gruppen.

Det är intressant att notera, att det är samma personer som varit flitigast med både i kulturgruppen och stavgångarna. Undantag finns dock, två av de flitigaste i kulturgruppen är inte stavgångare.

Verksamheten fortsätter och målet är fyra evenemang på hösten och fyra på våren. ■



Kulturgruppen 31.3.2023 såg Jan-Erik Anderssons utställning på Aboa Vetus

Samtalscafé

SOMMAREN 2001 PRESENTERADES i God Tid idén om samtalscaféer inom pensionärsförbundets föreningar. En avsikt och ett hägrande mål var att hjälpa minnet på traven skrev Håkan Rönnback i en artikel i God Tid år 2003. Minnesstuga var ett annat namn för samtalscaféet. Ett tag tyckte man från förbundets sida att verksamheten skulle ha ett trendigare namn, man ville kalla den Snackbar, men det slog aldrig riktigt rot i Åbo.

SPF ordnade kurser för intresserade, den första hölls i Lehmiranta kursgård hösten 2001 med utmärkta föreläsare och inspirerande diskussioner.

Inom Åbo Svenska Pensionärsklubb startade de första caféerna så gott som omedelbart, sexton damer anmälde sitt intresse och två grupper bildades, en för höstterminen och en för vårterminen. Grupperna verkade som studiecirklar inom Svenska studieförbundet.

Tanken är att varje sammankomst skall ha ett visst tema som diskussionerna rör sig om. Det handlar om minnen från barndom och ungdom, kultur, aktualiteter i samhället, vardagshändelser i nutid – ämnena är i det närmaste outsinliga. Även om ett

givet tema är utgångsläget vid diskussionerna, så är det minsann inte förbjudet att vika in på sidospår, associationerna ger fart åt samtalen.

I början var möteslokalen för caféerna Röda korsets "Hörnan", men många andra utrymmen har man samlats i under åren. Gillesgården har erbjudit sitt styrelserum, Källarsalen och Källarsalens kök. Man har mötts i Svenska Folkskolans Vänners trivsamma vardagsrum och i Fingerroos' stiftelsens utrymmen vid Universitetsgatan. För tillfället sammankommer samtalscaféet i Café Arts kabinett vid Västra Strandgatan. Kaffet med tilltugg har varit och är en viktig ingrediens vid mötena.

Många av pensionärsklubbens medlemmar har varit aktiva i verksamheten kring samtalscaféerna: Håkan Rönnback, Gretel Andersson, Marita Sandelin, Anja Björkfelt, Marjatta Karlsson, Rita Nordström och Inga-Lill Karlsson för att nämna några.

Att sitta tillsammans och över en kopp kaffe samtala om allvarliga och mindre allvarliga ting gör gott för själen och skapar en otvungen och avkopplande stämning. ■



Pensionärsklubbens kör

VARJE PENSIONÄRSFÖRENING med självaktning håller sig med en egen sångkör. Så tänkte också ÅSP och i början av 20-hundratalet startade kören 60+ på initiativ av dåvarande, nyvalda ordföranden, Carin Åminne. I en förening med nästan fyrahundra medlemmar finns det garanterat gamla körsångare, som med lite rostiga röster kanske inte längre anser sig platsa i sina tidigare körer, men som har sångarlusten kvar.

Kören satte igång med ett tjugotal medlemmar med Kalervo Kantola som inspirerande dirigent. Han var en mångkunnig körledare som komponerade, arrangerade och vid behov till och med författade nya strofer, allt enligt körens behov. En av hans visor börjar med orden "Vi som är sexti plus, vi har det så bra" och sålunda fick kören sitt namn – 60+.

Kalervo Kantola flyttade från orten och det gällde att hitta en ny dirigent. Man lyckades engagera Harry Dahlström, yrkesmusiker, organist och diplomsångare, så kören var i verkligt goda och kunniga händer.

60+ drogs med samma problem som de flesta blandade körer, d.v.s. "karabrist". Det fanns goda mansröster, men de var ganska få, så under de kommande åren sjöngs det i huvudsak trestämmiga sånger. Harry Dahlström införskaffade från Gehrman's förlag i Sverige två ytterst användbara sånghäften med trestämmiga arrangemang av Tommy Fabricius: Tre stämmor kring vår och sommar och Tre stämmor kring jul. Dem hade kören mycken nytta och glädje av!

Men ingen lycka varar beständigt och den 16 december 2016 avtackades Harry Dahlström som avgående dirigent.

Han gav över taktpinnen till en annan yrkesmusiker, Folke Forsman, som i sin tur överräckte den till nästa yrkesmusiker, Anne-Marie Taulio.

Kören existerade som 60+ ända tills pandemin covid 19 satte punkt för verksamheten. Körens sista dirigent blev Alisa Nyström.

När körsången kunde blåsas liv i igen efter de bedrövliga tysta åren etablerades inom ÅSP ett fruktbart samarbete med en annan seniorkör, Argentum (grundad år 2011). De två körerna hade redan tidigare samarbetat kring gemensamma jul- och vårkonsert. En stor del av koristerna sjöng i båda körerna och småningom uppgick 60+ i Argentum och de två blev ett. Argentum startade under Kurt-Erik Långbackas ledning och dirigeras numera av Henrica Lillsjö.

Under den tid 60+ existerade hade kören en viktig roll vid olika evenemang – vårfe스터, julfe스터, man uppträdde på de allåboländska lillajulskryssningarna och kören hade under en lång tid status som en av stadens fadderkörer. Många var uppträdandena på Runosbackens Sabinahem som var vårt fadder-servicehem, och där vi alltid mottogs med glädje och tacksamhet.

Båtfolk brukar säga att inget utom att segla är nödvändigt. Som körsångare kan man modifiera detta och säga att inget utom att sjunga är nödvändigt. ■



Seniorbio

DÅ PANDEMIN SÅ SMÅNINGOM började släppa sitt tag och våra medlemmar började längta efter att komma ut bland folk igen blev bioföreställningar ett nytt alternativ bland pensionärsklubbens verksamhetsformer. Initiativet togs av Margita Vainio som också tagit hand om arrangemangen. Den första föreställningen ordnades i september 2021. Bio har visat sig vara ett populärt sätt att tillsammans med vänner och bekanta njuta av och uppleva kulturer, relationer, kärlek och konflikter på vita duken. Fram till januari 2023 såg vi elva filmer börjades med "The Father" och "Tove" och efter det blev det rysk tågresa, italienska tryffeljägare, svenska utvandrare, franska rosor, katalanska persikor, irländska romanser, franska vulkanister, engelska promenader och buthanska elever.

Filmföreställningarna har ordnats en gång per månad i samarbete med Finnkino i Åbo som specialföreställningar med specialpriser för ÅSP. Även andra seniorer än medlemmar i pensionärsklubben har kunnat delta och pargaspensionärer har vi sett bland besökarna. Filmerna visade sig också vara en god inkörspport till medlemskap i ÅSP. Fram till januari 2023 har arrangerats 11 seniorbioföreställningar med sammanlagt ca 1300 besökare. ■

KVALITETSTID PÅ BIO

Som pensionär får du upp till
30% rabatt på biobiljetten



Finnkino

Finnkino Kinopalatsi
Köpmangatan 11, Åbo
Finnkino Luxe Mylly
Myllynkatu 1, Reso



Vinvännerna

DEN SENASTE NYKOMLINGEN i klubbens programutbud är vinprovningen, som tillkom på initiativ av Marica Saloranta. Hennes motto är att vin fröjdar människans hjärta och hon är övertygad om att, likasom ett äpple om dagen håller doktorn borta, så har några glas vin då och då samma effekt.

Efter en hel del funderingar kom man till att invännerna skulle samlas den sista torsdagen i månaden på restaurang The Tasting Room vid Auragatan, där värdinnan på svenska presenterar vinerna på ett sätt som välkomnar både nya vintresserade och dem som är mera insatta i viner-
nas spännande värld.

Vinprovningen är öppen för alla och man kan delta när det passar och man har lust. Man smakar på två eller tre viner, allt hur man själv vill. Till vinerna serveras en tallrik med delikata smakbitar så att deltagarna kan prova kombinationen av vin och olika maträtter. Som extra bonus träffar man trevliga människor och vid träffarna har många av klubbens medlemmar fått tillfälle att lära känna

varandra bättre. Den sociala samvaron under avslappnade former lockar många lika mycket som vinerna.

Under det första året träffades invännerna tio gånger och uppslutningen varierade mellan sex personer i augusti och 26 i november, i medeltal 16 personer. Vinprovningens dragkraft tycks bara öka. De två första träffarna år 2023 lockade båda 30 personer. ■



*”Vin och vänskap
smaka gott
då de gamla blivit”*

Pubträff

PUBTRÄFF ÄR EN TÄMLIGEN senkommen aktivitet. Den första träffen var i juli 2021 och då skedde det i Skärgårdsbaren. Det är fråga om avslappnad tillvaro med bekanta och andra medlemmar utan prestationskrav i PUB-miljö. Deltagarantalet varierar mellan 15–30 och de senaste träffarna har frekventerats av över tjugo medlemmar.

Under sammankomsterna kan något slag av lättsamt program förekomma; hittills har det mest bestått av frågesport, men också diskussioner om bruket av finlandismer i Sverige. Det är fritt fram för deltagarna att framföra egna lätta program.

Sammankomsterna är inte regelbundet återkommande, utan blir till allt efter hur det tidsmässigt passar in i klubbens övriga verksamheter och hur det anses finnas vettigt ”program”. 3–4 gånger årligen förefaller vara ett lämpligt antal.

Utöver Skärgårdsbaren, där det ordnats två gånger, har man haft träffar i bl.a. Restaurang Koulu (3 gånger) då både utom- och inomhus, men också i Olkku, Skaal och Proud Mary, alltså ställen i Åbo centrum. Pensionärsklubben består ingen traktering, utan deltagarna betalar själva för vad de konsumerar. ■



Resor, utflykter och teater 2003–2023

DET HAR VARIT FORTSATT LIVLIGT på utflykts- och teaterfronten under de senaste 20 åren. Den världsomfattande pandemin Covid-19 satte stopp för många aktiviteter under året 2020–2021. Idag har vi lärt oss leva med den nya sjukdomen även om många fortfarande är tveksamma till att delta i evenemang där deltagarantalet är stort och man inte känner människorna sedan tidigare. Här är ett litet axplock från rese- och teaterutbudet under åren.

Resor och utflykter både i Finland och utomlands 2003–2018

Den årligen återkommande utflykten till Vepsarn tillsammans med de finska pensionärerna och lunchkryssningen med Rudolfinna tillsammans med AV har varit något man såg fram emot på våren.

Lillajulskryssning med deltagare från hela Åboland har varit ett fint avslut på årets reseutbud.

Vi har även rest utomland, alltid med ett inslag av kultur i programmet. Estland har varit ett populärt utflyktsmål under åren och vi har upplevt både Kameliadamen och Csardasfurstinnan på Estonia-teatern i Tallinn. Hapsal, Dragör, Viljandi samt en hälsoresa till Pärnu är några av målen som har besökts. Påskresan till Ungern med Sandor Toth som guide och reseledare gav en fin inblick i den ungerska kulturen.

Många minns säkert ännu försöken att nå Gamla Valamo. Vid första försöket år 2006 hindrade stormen färden över Ladoga. När stormen hindrade sjöresan från Sordavala till Valamoarkipelagen erbjöds i stället ett oförglömligt besök i konstnären, träsnidaren Kronid Gogolevs museum inne i staden och i den av Veijo Rönkkönen skapade Patsaspuisto i Parikkala. Gogolevs fantastiska, folkloristiska sniderier och Rönkkönens bisarra, humoristiska, fantasifulla betongskulpturer gav full kompensation för det inställda klosterbesöket.

Två år senare gjordes ett nytt försök och den här gången lyckades man nå Gamla Valamo via Viborg och Kexholm. Kommentarer från den resan har varit "mycket lyckad". Och den tredje resan till Va-

lamo kloster, den nya i Heinävesi den här gången, gjordes under den korta perioden vi hade möjlighet att resa mellan coronavågorna 2020.

Teater 2003–2018

Under åren 2003–2015 har Johan Mullo ordnat mycket uppskattade teaterresor till Stockholm. På repertoaren har varit såväl "Chess" och "Mamma Mia" som Brechts "Tolvskillingsopera". "La Cage aux Folles" med Loa Falkman lämnade säkert ingen oberörd.

Åbo Svenska Teaterns föreställningar har varje år intresserat pensionärsklubbens medlemmar. På repertoaren har varit allt från komedier i stil med "Annie Mästerskytten" till gripande föreställningar såsom "Les Misérables", "Evita" och "Stormskärs Maja".

Att besöka Fallåker Teater i Esbo har varit en tradition under åren 2003–2018. Av Fallåkeruppsättningarna kommer man säkert särskilt väl ihåg "Spanska flugan", "Lorden från gränden" och framför allt "Cabaret".

Där ordnades alltid lotteri och ett tag kom vi åbabor hem med tre av vinsterna, tre kassar fyllda med godsaker av olika slag.

Matiné med Povel Ramel på Åbo Svenska Teater är det säkert många som minns.

Resor, utflykter och teater under åren 2019–2022 2019

Bussen var full (50 personer) då vi åkte till Helsingfors för att se "Chess" på Svenska Teatern 23.3.2019. Rollen som Florence axlades av skådespelerskan och sångerskan Maria Ylipää. Alexander Lycke spelade Anatolij och Glenn Edell tolkade rollen som amerikanen Freddie.

I maj gjorde vi en utflykt till Nystad. Raija Nokkalas hem Pilvilinna just utanför Nystad gör ett lika oförglömligt intryck varje gång man besöker det. Hennes naivistiska hus och konst utstrålar en positiv energi och gör en bara glad. I Alinas skoaffär, en av de största och kanske mest välkända i sydvästra Finland gjorde många bra fynd. Bonkmuseet bidrog

till att göra utflykten lite speciell och hela utflykten avslutades med en utmärkt lunch på Gasthaus Pooki.

Behovet av teaterupplevelser på lite närmare håll fylldes via "Kalevala" på ÅST och "Jorden runt på 80 dagar" på Raseborgs sommar-teater. En guidad tur i Ekenäs och lunch i den för många av deltagarna så välbekanta restaurangen Knippan före föreställningen fullbordade en lyckad teaterresa.

Vid besöket i Tammerfors hantverkermässa fick de handarbetsintresserade sitt lystmäte fyllt.

Den traditionella Lillajulskryssningen med Viking Line avslutade årets reseprogram. Hela 42 personer var med från Åbo Svenska Pensionärsklubb.

2020

Året 2020 präglades av pandemin som till sist stängde hela Finland. Vi blev uppmanade att hålla oss hemma och många av de planerade resorna och teaterföreställningarna blev inhiberade. Innan coronan slog till hann vi dock med en teaterresa till Tammerfors där vi såg "Ringaren i Notre Dame". Bussen med plats för 50 personer var fullsatt.

Den andra stora höjdpunkten på resefronten under pandemiåret var säkert vår resa till Järvisydän och Valamo kloster i Heinävesi tillsammans med Pargasiterna. Stor vikt hade lagts på säkerheten under resan. Vi var mer eller mindre instängda i en "bubbla" utan kontakt med människor utanför vår egen grupp. Resultatet var, att ingen blev smittad under resan.



HakoApaja, Järvisydän. I glatt samspråk före middagen i Järvisydän.
Tv. Nya Valamo kloster i Heinävesi.
Lunch i Kenkävero.



Så gott som all annan verksamhet upphörde på grund av pandemin. Bland annat blev vi tvungna att inhibera vår teaterresa till Vasa där vi även skulle ha träffat medlemmar från vår vänförening VIPS. Även resan till Utö för att ta emot flyttfåglarna fick strykas. I skarven mellan pandemivågorna fick vi dock ändå inklämt ett par teaterföreställningar, "Kärleksbrev" och "Hemåt över isen" på ÅST och en minimalistisk smakresa till Kimito med Launokorpi. Ingen Lillajulskryssning det här året. Även den satte pandemin stopp för.

Mekaniska Musikmuseet i Varkaus.
Maskerade pensionärer på smakresa i Kimito.

2021

Början av året fortsatte i pandemins tecken med inhiberade tillställningar och resor.

Men i maj kunde vi äntligen göra den mycket efterlängtade resan till Finlands sydligaste ö Utö tillsammans med Pargasiterna. Guidade turer på ön varvades med berättelser om Park Victorys förlisning julafton 1947.

Efter sommaren kunde den ordinarie verksamheten så småningom återupptas. Utflykten Sju kyrkor med guiden Jouni Elomaa blev mycket uppskattad. Hela 38 personer ville se "Morbror Vanja" på ÅST och 20 personer vågade sig på en bussresa till Raseborgs sommartheater för att se "Peter Pan".



Lillajulskryssningen drog 35 personer från Åbo. Deltagarantalet blev dock mindre än normalt då man fortfarande var tveksam till att röra sig där det fanns mycket folk.

2022

2022 har nästan varit ett normalt år med mångsidig verksamhet på både teater- och resefronten. ”Dra-

Th. Jouni Elomaa, 7 kyrkor.

Vid Kärleksstenen, Utö.

Bönehuset, Utö.

Strandspegling, Utö hamn.

Konsthantverk gjord av strandfynd.



cula” har spridit skräck på ÅST och minioperorna ”Cavalleria Rusticana & Pajazzo” har förtjusat på samma scen. Den Elvis-inspirerade musikalen ”All shook up” på Raseborgs sommarteater stod i bisarr kontrast till pjäsen ”Själarnas ö” på Svenska Teatern i Helsingfors.

Även om Türi blomstermarknad i Estland höll på att regna bort kompenserades den mer än väl av besöken i Tartu och Pärnu med vår utmärkte guide Katrin.

Endagsutflykten till Sjalö i augusti väckte oväntat stort intresse. Vi var till slut 41 personer, som i strålande sommarväder steg ombord på m/s Norrskär vid Aura å. Vår utmärkte guide berättade såväl om öns unika natur som om hur det var att leva på ön. Ön har ju en dyster historia från att ha varit Finlands mest kända leprasjukhus på 1600- och 1700-talen till att ha varit ett mentalsjukhus ända till 1962 då Skärgårdshavets forskningsinstitut vid Åbo universitet tog över byggnaderna.

Det Wetterhofska handarbetshuset i Tavastehus var en ny upplevelse för många av deltagarna. Och det guidade besöket i Hattula kyrka med dess otroliga väggmålningar fick ett fint avslut med medeltida musik spelad på tidsenliga instrument av vår guide.

Den lyckade Allåboländska lillajulskryssningen med sammanlagt 250 fullbordade årets reseverksamhet. ■



Intresserade åhörare på Sjalö 2022.
Under syrenbersån.



Ovan. Hela gänget i Pärnu 2022.
Tartu by night från hotellfönstret



Viking Line

tackar Åbo svenska pensionärsklubb
för det goda samarbetet
och önskar
er många trivsamma resor framöver
på de Röda båtarna.



Östersjöns mest prisvärda resor



184-åringen gratulerar 50-åringen!
Ni är våra trogna, glada och härliga
vänner!

ÅBO
SVENSKA
TEATER



TAXI på svenska



Christjan Brander 045 172 8840

Boka i förväg utan extra kostnad!



LAUNOKORPI

Beställningstrafik & Resor
www.launokorpi.fi
sedan år 1926

Jag kan handha hela proceduren – layout,
ombrytning och tryckning av allehanda publi-
kationer – inbundna, stiftade, wirebinding...
– med 30 års erfarenhet.

Historiker, årsböcker, tidskrifter, kataloger,
kalendrar ... fråga mera!

Mikael Syrjälä 050 516 8512

mikael@abogرافي.fi • www.abogرافي.fi

AboGرافي

Painotoimisto - Tryckbyrå

Klubbens IT-verksamhet

ETT AV KLUBBENS FRÄMSTA kännetecken är den digra IT-kursverksamheten. Den startade redan kring senaste sekelskifte under ledning av Greta Stenberg, föreningens pionjär inom datorutbildning. Hon var tidigare matematiklärare i Munksnäs där hon bl.a. undervisade blivande nobelpristagaren Bengt Holmström. Hennes material Datorns ABC är grunden till de handböcker som SPF ger ut och delar ut i hela Svenskfinland. Vår klubb deltog sedan i det grundläggande nationella IT-projektet för pensionärsföreningar 2010–2015. Ledande personer med åboplagning var DI Eric Jansson och ombudsman Mona Lehtonen. Klubben fortsatte sin egen utbildning i samarbete med Folkhälsan 2014. Den pågick i två år under ledning av medlemmarna Jan-Henrik Strandell och Göran Långstedt.

Föreningens medlemmar presenterade sina problem vid en mottagning i Folkhälsans utrymnen och fick lösningar av kursledarna. Intresset var betydande och ledde till att klubben beslöt ordna egentlig kursverksamhet med stöd av Svenska Folkskolans Vänner i SFV:s lokal i Åbo.

Stor betydelse för IT-utbildningen fick det statliga studiecirkelstödet som uppgick till 20 € per föreläsningstimme. Via pensionärsförbundet fick ÅSP kontakt med IT-experten Pasi Holmberg. Han har hållit i stort sett alla föreläsningar sedan starten. Tack vare statsstödet kunde deltagaravgiften fastställas till 30 € för en kurs på nio timmar. Pasi Holmberg har omfattande erfarenhet av IT-utbildning vilket har varit till stor fördel då elevernas IT-kunnande varierar i betydande utsträckning.



ÅSP har sedan 2016 regelbundet ordnat 4–5 IT-kurser per termin. En del är grundkurser i att använda smarttelefon, surfplattor och datorer. Andra kurser är för längre hunna som redan behärskar grunderna. Utbildningen har omfattat en mångfald kurser på olika nivåer med olika teman. Deltagarna har visat sin uppskattning genom att återkomma till nya kurser med sina frågor och problem. Göran Långstedt skötte omsorgsfullt alla arrangemang i samband med kursverksamheten. År 2022 övertogs ansvaret av Tom Nybom. Pandemin stoppade kursverksamheten våren 2020 (SFV stängde sina lokaler), men hösten 2022 fortsatte verksamheten med fyra allmänna kurser och två kurser för styrelsen. Pasi Holmberg fortsatte som uppskattad instruktör. Styrelsens IT-utbildning har bl. a. lett till att klubben idag har sitt arkiv i "molnet" via Google Drive. Detta gör det lättare för styrelsemedlemmarna att samla information och hålla sig uppdaterade. Föreningen har också bokföring och medlemsregister i pensionärsförbundets molntjänst (Briox och Desky). Förbundets personal utbildar fortsättningsvis styrelsen i utnyttjandet av molntjänsterna. ÅSP har därtill en

egen webbplats (www.abo.spfpension.fi) och sprider även information via Facebook.

Parallellt med IT-utbildningen genomfördes en betydande utveckling av föreningens webbplats. Nya rubriker och områden infördes och en konsekvent rapportering av fredagsmöten infördes samtidigt med övrig uppdatering. Varje område illustrerades med en betecknande bild från föreningens bildarkiv. Under åren 2017–2020 skötte uppdraget av Bengt Stenlund. Han efterträddes huvudsakligen av Henning Grönroos.

När Svenska pensionärsförbundet år 2020 för första gången utsåg Årets it-förening föll valet på Åbo svenska pensionärsklubb med följande motivering: Åboklubben har under flera år bedrivit ett konsekvent, systematiskt och ambitiöst utbildningsarbete bland sina medlemmar. Under de senaste fyra åren har cirka 500 pensionärer besökt kurserna som handlar om allt från hur olika smarttelefoner fungerar till hur man kan spara energi i hemmet och hur man kan förebygga, förhindra och åtgärda kapade konton på nätet. ■

Tv. Göran Långstedt och Pasi Holmberg och ivriga kursdeltagare.
Nedan. Robert Riska och Andreas Höglund berättar om IT-kurserna.



Gamla rävar, grå pantrar (och flower-power)

Åbo Svenska Pensionärsklubb r.f.s projekt 2019–2021

ATT BLI PENSIONÄR är att börja ett nytt skede i livet. För en del uppnås äntligen friheten att bestämma över sig själv och sitt liv, för andra kan det vara svårt att hitta det meningsfulla innehållet i livet. För en del kan det till och med innebära en djup kris och sökande efter en ny identitet. Processen har inslag av såväl sorg och vemod som tillfredsställelsen av att hitta en ny balans, nya relationer, roller och möjligheter. Utmaningarna kan bland andra handla om att aktivt förhålla sig till frågor om hälsa, välmående, ensamhet, ekonomi och juridik. Att våga och vilja ta tag i drömmar och farhågor om framtiden är centrala men ofta också känsliga ämnen.

Utgående från ovanstående tankar startade en diskussion bland enskilda personer och representanter bl. a. för ÅSP, Åbo svenska arbetarinstitut, SFV, Centret för livslångt lärande vid Åbo Akademi (CLL), Röda Korsets åboavdelning, Villa Vinden vid Stiftelsen Hemmet och det lokala försäkringsbolaget Veritas och en referensgrupp tillsattes med Margita Vainio som ordförande och därefter projektledare och Mona Lehtonen från SPF som sekreterare.

Projektet riktade sig i första hand till personer som inom en kort tid kommer att pensionera sig och till nyblivna pensionärer men var också öppet för andra intresserade.

I oktober 2019 startade projektet med en kick-off som samlade över 60 deltagare. Det stod klart att det fanns intresse och förväntningar på projektet. Positiv feedback från potentiella finansiärer förstärkte förhoppningarna om projektets förverkligande. Efter en del byråkratiska hinder och administrativ ovilja stod det klart att Eschnerska stiftelsen blev den huvudsakliga och mest generösa sponsorn.

I november 2019 bjöd projektet på ett teaterbesök och fortsatte under 2020 med samtal och diskussioner, föreläsningar, seminarier, studiebesök, skrivareverkstäder mm under teman BERÄTTA OCH SKRIV, PENGAR OCH EKONOMI, NÄRHET OCH ENSAMHET, DIGITALISERING, HJÄRNAN OCH MINNET och VIKTIGT ATT VETA OM JURIDIK. Inom varje tema ordnades 2–4 evenemang. Uppslutningen och intresset var över förväntningarna och samlade sammanlagt närmare 500 deltagare och andra medverkande.



Den 12.3.2020 stoppades dock projektet och alla evenemang på grund av pandemin och i synnerhet äldre personer uppmanades strängt av regering och hälsovårdsmyndigheter att skydda sig för sociala kontakter. På projektets facebookside diskuterades restriktionernas ändamålsenlighet. Många pensionärer isolerade sig helt.

Under hösten 2020 upptogs verksamheten med ett författarsamtal och ett välbesökt seminarium om anhörigvård samt ett flertal andra evenemang för att sedan igen p.g.a pandemin stoppas i oktober. Möten och verksamhet övergick till zoom på internet och bl.a. ordnades i maj 2021 en sexdelad serie med utfrågningar av kommunalvalskandidater. På hösten inleddes seniorbioföreställningarna som togs väl emot bland projektets intressenter. Seniorbion blev för många en inkörspport till medlemskap i ÅSP.

För projektet gjordes en egen logo och informationen och diskussionen om verksamheten fördes på projektets facebookside. Press och media uppmärksammade projektet i glädjande hög grad bl.a. gjorde svenska Yle ett reportage om projektets mål

och mening. Som en kuriositet kan nämnas att alla föreläsare och inledare avtackades med sockor i projektets färger stickade av frivilliga projektmedarbetare.

Projektet, som skulle ha omfattat åren 2019–2020 men förlängdes på grund av pandemin, avslutades 31.12.2021 varefter verksamheten inkluderades i ÅSP med framförallt seniorbio som aktivitet under 2022. ■



Äldrerådet i Åbo stad

ÄLDREÅRÅDET ÄR ETT LAGSTADGAT kommunalt organ som har till uppgift att delta och påverka planeringen och beredningen inom kommunens/stadens olika organ i frågor som är av betydelse för den äldre befolkningens välbefinnande, hälsa, delaktighet, livsmiljö, boende, rörlighet eller möjligheter att klara av de dagliga funktionerna med tanke på den service som den äldre befolkningen behöver. Till äldrerådets uppgifter hör bl.a. också att ta initiativ och lämna in motioner och ge utlåtanden samt att främja samarbetet mellan stadens myndigheter och de föreningar som representerar seniorer. Stadsstyrelsen väljer för sin mandatperiod ett äldreråd med 15 medlemmar varav 8 representerar organisationer och 7 förtroendevalda.

ÅSP har i äldrerådet representerats av Carin Åminne, Carl-Bertil Tauler, Leif Westerén, Per-Olof Nordin, Margita Vainio

Äldrerådet i Åbo har aktivt strävat till att påverka den äldre befolkningens välbefinnande genom utlåtande och ställningstagande då det gällt hemvården, tillgängligheten, trafiklösningar, hälsovårdsservice etc. Ett återkommande tema har varit frågor kring

hur äldreomsorgslagen förverkligas i staden och avsaknaden av den äldreomsorgsplan som lagen förutsätter. Äldrerådet har arrangerat ett flertal publika tillställningar, seniorparlament, studieresor och bl.a. Poiju-dejoureringar och caféträffar där äldre invånare i Åbo kan träffa äldrerådsmedlemmar och framföra frågor och förslag.

Under pandemin begränsades möjligheterna till att delta och ordna öppna möten. Äldrerådets möten (inklusive arbetsutskottets möten) hölls på distans och den stora frågan var på vilket sätt de äldres isolering påverkade det psykiska och fysiska välbefinnandet och vilka åtgärder som kunde vidtas för att minska på problemen.

Äldrerådets funktion och uppgifter förändrades från och med den 1.1.2023 då Egentliga Finlands välfärdsområde övertog äldreomsorgen.

ÅSP och Äldrerådet ordnade den 6.4.2022 tillsammans ett seminarium om boendeservice för svensk- och tvåspråkiga seniorer i Åbo under rubriken:

- Var ska vi bo? Hur ska vi ha det?
- Vad ingår i hemvården?
- Från hemmaboende till serviceboende
- Passar ett gemenskapsboende för mig?
- När blir en flytt till ett serviceboende aktuellt?

Som inledare hade engagerats experter från såväl de offentliga som privata boendeserviceutbudet i Åbo. Seminarieledare var Margita Vainio. I seminariet deltog ett åttiotal svenska seniorer från Åbo. Behovet av information om boendemöjligheter på svenska var uppenbart.

Pensionärsklubbens representation i Äldrerådet är av stor betydelse då den svenska servicen i Åbo blivit allt mer undanskymd. ■



Svenska pensionärsförbundets jubileumsbudkavle

UNDER JUBILEUMSÅRET 2022 framförde SPF och medlemsföreningarna sina tankar om framtiden åt beslutsfattarna i form av en budkavle. Genom budkavlen ville man synliggöra förbundet och påverka beslutsfattare på lokal, regional och nationell nivå.

Också vår klubb deltog i evenemanget den 30 mars 2022 då Bengt Sandell och Margita Vainio överräckte vår budkavle (skrivelse) till Åbo stad, som representerades av borgmästaren Minna Arve, biträdande borgmästaren Elina Rantanen och styrelsemedlemmen Ulla Achren.

Budkavlen överräcktes också till ombudsman Mona Lehtonen för att vidarebefordras till SPF.

I budkavlen betonades betydelsen av att få kommunicera på svenska i frågor som berör både per-

sonliga behov och allmän invånar- och boende-problematik. Vidare framfördes ett önskemål om en koordinerad svenskspråkig service i form av koordinator/rådgivare och utvecklad svensk service på internet.

Klubben uttryckte också sin vilja att bistå staden inom ramen för ett strukturerat samarbete/kompanjonskap.

Pensionärsklubben fick den 14 november 2022 stadens svar på skrivelsen. Enligt den ställer sig staden positiv till klubbens förslag och idéer, men inga konkreta åtgärder framgår av svaret och klubben fortsätter därför uppföljningen av skrivelsen. ■



Hemmet i Åbo
Gemenskap, vård och trygghet på svenska sedan 1886!

www.hemmet.fi

STIFTELSEN HEMMET ÅBO 1886

Nio späckade nummer av

GOD TID

kommer hem till dig som är medlem i Åbo Svenska Pensionärsklubb



Välkommen med på
Rekreationsdagar
för seniorer & daglediga!

27-29.10.2023
Senaps lägergård

Mer info:
Diakon Nenne Lappalainen
040 3417 467
nenne.lappalainen@evl.fi



- Tillsammans genom livet -



Fest på kommande?

Lokaler och
catering till alla
dina evenemang.
Vi hjälper med allt
från planering till
servering.

KÅREN

RAVINTOLA ||| RESTAURANG

karen.fi



”
Hemtrevligt,
aktivt och tryggt
boende med
beaktande av
individens behov,
önskemål och
levnadsvanor.

Barkbacken
BARKBACKENS SERVICEHUS

barkbacken.fi | 0400 279 986

I HJÄRTAT AV ÅBO.