

Till föreningarna

CIRKULÄR 7/2014

Vasa 4.9.2014

Friskvårdsdag i Botniahallen

Seniorernas friskvårdsdag i Botniahallen ordnas i år måndagen 22.9 kl. 10–15. En fartfylld dag med program för seniorer, specialgrupper, anhöriga, vårdpersonal och andra intresserade.

Målet med friskvårdsdagen är att förebygga hälsa och välbefinnande med motion och att ge goda kostråd. Deltagarna får också prova på olika vårdmodeller.

Plock ur programmet: hälsoföreläsningar, tester och prova på-punkter, hörselhörna, anpassad motion, sång och musik, mat- och kaffeförsäljning. Kom med!

Höstmötet 2014

Regionens höstmöte hålls 5.11 i Lappfjärd. Stadgeenlig kallelse samt möteshandlingar kommer att sändas ut senare. Busstransport till Lappfjärd kommer att ordnas med start från Karleby och rutten går längs riksväg 8. På mötet behandlas stadgeenliga höstmötesärenden. Som gästtalare till höstmötet har vidtalats kommunutredningsman Jan-Erik Enestam.

”Folkets Dagblad” 21.11 och 27.11 på Wasa Teater



Lediga platser finns ännu kvar till matinéföreställningarna av ”Folkets dagblad” på Wasa Teater. 21.11 finns i skrivandes stund 50 biljetter kvar och 27.11 finns det 70 lediga platser. Skynda att beställa. Mera information om föreställningarna finns i cirkulär 4/2014, [>> Läs mera.](#)

PangSÅNGFest 2015



Det smäller i Esbo i februari 2015. Då ordnar nämligen Svenska Pensionärsförbundet en sångfest för alla pensionärskörer i Svenskfinland. Evenemanget går under det sprakande namnet PangSÅNGFest och som namnet antyder blir det mycket pensionärer, mycket sång och mycket fest.

Sångfesten hålls helgen 7-8 februari och är öppen för alla intresserade pensionärskörsångare. Det utlovas program från morgon till kväll under lördagen den 7 februari och på söndagen den 8 februari kommer den stora sångfestkören att ta ton i några gemensamma sånger.

Inom pensionärsförbundet verkar det i många klubbar ute i bygderna större eller mindre pensionärskörer. I många andra körer finns också en stor mängd pensionärer. Alla är välkomna att delta i PangSÅNGFesten i Esbo. Festplatsen är det stiliga kulturcentret i Hagalund med den ståtliga Tapiolasalen som huvudscen för festligheterna. Sångfestprogrammet är just nu under intenstivt arbete och redan nu är det klart att festen kommer att bygga på tre centrala teman.

Det kommer att bjudas på intressanta och innehållsrika verkstäder, med aktuella ämnen kring bl a körsångens hälsobefrämjande inverkan, andningsteknik och och tonbildning för äldre sångare samt en djupdykning i aktuell repertoar för pensionärskörer. Den andra viktiga faktorn är konserter, både allsångskonsert, kavalkader och festkonsert. Deltagarna kommer att erbjudas möjlighet att själva uppträda eller att enbart ta del av andras musicerande. Det tredje och kanske viktigaste elementet är den sociala gemenskapen kring körsång. Att komma samman i musikens tecken, att träffa gamla vänner från runt om i Svenskfinland, att skapa nya vänskapsband, det erbjuder PangSÅNGFesten 2015.

Som konstnärlig ledare och inspiratör för festen fungerar Håkan Wikman och som värdkör står pensionärskören Furorna i Esbo. Sångfesten siktar på att samla omkring 500 sångare till en unik upplevelse i sångens och musikens tecken. En sångbok innehållande den gemensamma repertoaren distribueras till de anmälda deltagarna under hösten 2014. Programmet för PangSÅNGFesten släpps i början av hösten 2014. Notera gärna redan nu tidpunkten för sångfesten i era kalenderar och möt upp i Esbo 2015.

Sök understöd för deltagande i PangSÅNGFesten

För de österbottniska föreningskörerna blir det extra kostnader för deltagandet i sångfesten, bland annat resorna. Därför lönar det sig att aktivt söka bidrag för deltagande i tillställningen. Varifrån det lönar sig att söka understöd är till

exempel de lokala Sparbanksstiftelserna ([>> Läs mera](#)) samt Svenska Österbottniska samfundet ([>> Läs mera](#)).

Aktuellt

- 09.09. Kurs för smågruppsledare [>> Läs mera](#)
17.09. Regionens endags höstresa till Ikalis Badhotell [>> Läs mera](#)
18.09. Starka äldreråd, Sitras seminarium i Karleby (på finska)
[>>Läs mera](#)
22.09. Seniorernas friskvårdsdag i Botniahallen kl 10-15.
08.10. Regionstyrelsemöte. Tema: Träff med ledningen för Vasa sjukvårdsdistrikt
31.10. Pidrotturnering i Oravais
05.11. Regionens höstmöte i Lappfjärd
12.11. Starka äldreråd, Sitras seminarium i Vasa (svenskspråkigt)
[>>Läs mera](#)
20.11. Förbundets höstmöte i Tammerfors
21 & 27.11. Wasa Teater, matinéföreställning kl 14: Folkets Dagblad
[>> Läs mera](#)
19-20.12.2014 Regionens resa till musikalen Mamma Mia! [>>Läs mera](#)
v. 50 Regionstyrelsemöte. Tema: Träff med ledningen för Svenska Österbottens Förbund för Utbildning och Kultur (SÖFUK)

Hälsningar

SPF Österbotten r.f.

Patrick Ragnäs
ombudsman
e-post: patrick.ragnas@spfpension.fi
telefon: 020 7288818
web: osterbotten.spfpension.fi