



Information till dig som är aktiv inom pensionärsföreningen

Våren har varit fullspäckad, både i föreningarna och här på förbundet. Vi håller på med ett omfattande strategiarbete som kommer upp på tvådagarshöstmötet 11-12 november i Tammerfors. Det blir också ordförandeval, spännande! Nu gäller sommarlov men också mycket aktiviteter, såsom utfärder, boule och golf. Önskar dig en fin sommar!

Hälsningar från Mona Lehtonen, ombudsman

* **Boulemästerskap 8.7**

SPF Åbolands boulemästerskap ordnas onsdagen den 8 juli i Kuppis (Åbo). Vi hoppas alla föreningar vill skicka tremannalag till tävlingen. **OBS! Sista anmälningdag** för deltagande lag är 8.6.2026. Pris per lag 15 euro. Mer info på webbsidan https://aboland.spfpension.fi/tavlingar_och_motion/boule/

* **Golfmästerskap 13.8**

Vårt åboländska golfmästerskap avgörs 13.8 på Archipelagia golf i Pargas. Anmäl dig senast 8.8 med blanketten som finns på SPF Åbolands webbsida. I dagsläget har det kommit in 21 anmälningar.

https://aboland.spfpension.fi/tavlingar_och_motion/golfmasterskap/ Välkommen!

* **Spänst i benen 9-11.9**

Har din förening behov av nya idéer när det gäller motionsverksamheten? SPF ordnar kursen Muskelstyrka och balans inom Spänst i benen-helheten. Kursen som är gratis ordnas 9-11.9.2026 på Lehmira i Salo. Deadline 5.8. Välkommen! [Anmälningblanketten finns på förbundets webbsida.](#)

* **SPF Åbolands resa till Norge 30.8 - 6.9**

Det finns ännu några platser kvar till vår bussresa till södra Norge med intressanta besöksmål. Resan blir alltså av. Anmälningar tas emot av Anna-Lisa Rosenqvist i Dragsfjärds Pensionärer. Resans pris är 1695 € /person i delat dubbelrum. Tillägg för enkelrum är 320 €. Välkommen! [Läs mer om programmet på webbsidan.](#)

* **Lillajulskryssningen 23-24.11**

Det är långt till november men tryggt att veta att Lillajulskryssningen ordnas som förut i slutet av månaden. Passa på att ta med dansskorna för det är Tommys som står för dansmusiken ombord. På vår egen julfest är det Susann Sonntag och Teddy Granroth som underhåller. Det blir glögg, julsånger och kanske ett intressant föredrag, vem vet? Passa på att köpa julklappar på VIP shopping i TAXFREE. Vårt experiment med a la carte alternativet lyckades bra ifjol så i år fortsätter det. Man kan alltså välja mellan middag i bufférestaurangen eller i a la carte (max 85 platser). Föreningarna tar emot anmälningar enligt tidigare modell. Deltagaravgiften är mellan 103 euro/person (om man är 4 i en Inside Four hytt) till 196,00/person (om man är ensam i en Premium hytt) och allt däremellan. [Mer info och prisuppgifter på SPF Åbolands webbsida.](#)

* **Andra resor 2026**

Hjärtligt välkommen på resor i glatt åboländskt sällskap. Dessa är aktuella före nyår:

20-22.8 Kryssning till Visby med M/S Viking Gabriella

1-6.12 Tyska julmarknader och Bückeburgs slott

* SPF Åbolands vårmöte 8.4

SPF Åbolands vårmöte i Pargas hade besök av Tom Kankkonen från Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto VALLI ry. Vi fick bra info om uppsökande verksamhet i Finland och vår region. Tack till alla som kom! Vårmetet godkände verksamhet + bokslut för 2025 samt gav styrelsen ansvarsfrihet. Med på mötet var 17 delegater från 8 föreningar samt 9 observatörer.

SPF Åboland hade en omfattande verksamhet 2025. Här är länken till [verksamhetsberättelsen](#).

* Skiftets pensionärsparlament 18-20.5

Vi var 22 åboländska deltagare med på Skiftets pensionärsparlament på Lemböte lägergård på Åland. När man åker över Skiftet ser man inte med blotta ögat var gränsen mellan Åboland och Åland går. Vi ser inte heller stora skillnader mellan pensionärsföreningarna och deras medlemmar. Vi har mycket gemensamt och därför är det viktigt att träffas, lära sig av varandra och umgås. Parlamentet lyckades dela kunskap, utmana fördomar och stärka oss i vårt engagemang.

Under dagarna arbetade resolutionsutskottet med uttalandet **Äldre är en resurs - inte ett problem**.

[Klicka här om du vill läsa det.](#)

I år var det Mariehamns pensionärer och Norra Ålands Pensionärer som ordnade Skiftets pensionärsparlament. Nästa år ordnas evenemanget av SPF Åbolands med sina nio föreningar och platsen är Åbolands skärgård. Hoppas du kommer med!



* Europeiskt påverkansarbete i Age Platform

Age Platform Europe (som SPF är medlem i) har sitt årliga möte 9.6 i Bryssel. Man kan delta gratis online. Building on **AGE's 25 year-legacy**, it will connect older people's voices and lived experience with concrete commitments by regional actors to support the new **UN Convention on the Rights of Older Persons'** development and implementation. [Man kan streama om man registrerar sig här.](#)

* Kom ihåg SPFs IT-tips och utbildningar!

På Youtube finns förbundets pedagogiska material. De kan användas privat eller i grupp. Nyaste materialet är bl.a. om smarttelefonernas funktioner, trygghet på nätet, Instagram mm. Alla tips hittas här: https://www.youtube.com/channel/UC5yy3N1-Uk-DBOYoiqc_cGQ/featured?view_as=subscriber



Varma sommarhälsningar

Mona (på semester 14.7-9.8)

