

PARENTESEN

Januari 2025 nr 1

www.pargas.spfpension.fi



”Isvidd”

Foto: Gusse Lauren, Fotoklubben

Nytt År !!

Så här i början av ett verksamhetsår, och då många helgdagar hopar sig, har man chansen att fundera över **var** man kunde lägga en eventuellt befintlig energipust.

Det känns riktigt intressant att försöka med nya upplägg och sträva efter att vända gamla planer och tankar till nyare upplagor. En liten twist av vardagen.

I en aktuell tankesmedja befinner sig **hobbygruppen i foto** just nu. Vi försöker i gruppen fundera vad vi vill syssla med, vad vi vill uppnå och hur vi kunde göra det.



Fotogruppens blivande medlem.

Amatörfotograferna i gruppen tar fina bilder och en del publiceras i Parentesen, en del finns till påseende på föreningens hemsida. Men vad vill vi mera? Vad **vill** vi lära oss, vad **kan** vi lära oss, vad vill vi **ännu uppnå**?

Kom gärna med och planera och dela med dig av fotografiska tankar och idéer. Det finns rum för flera i gruppen.

Jag tror att även de andra hobbygrupperna kunde anslå någon träff till att diskutera hur man kunde förnya innehållet i gruppen. En del grupper kanske automatiskt förnyas sig då träff följer på träff och några nya medlemmar sällar sig till gruppen.

Men ett **aktivt nytänk** tror jag skulle gynna alla grupper och enskilda individer.

Kungstanken är att alla skall trivas, ha trevligt och känna att sysselsättningen har betydelse. Då välfärdsområdena bildades och Varha dök upp i vårt samhälle visste ingen av oss vad vi skulle tro och förvänta oss. Litet kaos blev det nog. Vi vet inte så mycket nu två år senare heller. Begreppet **spara** har fått fotfäste och kanske sparar vi snart bort oss själva.

Som pensionärsförening är osäkerheten störst gällande hur det kommer att gå för vår ekonomi och hurdana utrymmen som står till buds för oss att träffas i. Föreningen är helt beroende av ekonomiskt understöd från staden och förbundet. De utrymmen vi nu har fått använda, främst i Seniorpunkten, är utmärkta och har gett oss möjlighet att utveckla vår verksamhet med många träffar för många hobbygrupper. Seniorpunkten är ett hyresutrymme. Hyran betalas av Varha.



Träff i Seniorpunkten

Staden skall enligt lagen svara för största delen av ”förebyggande verksamhet” för seniorers hälsa. Via förebyggande åtgärder hålls seniorer friska och alerta längre. Dyrare vårdåtgärder blir färre för friska seniorer.

Aktiviteter ordnade av pensionärsföreningen är förebyggande vård om någonting!!

Vi hålls friskare då vi är i gång med både fysisk- och hjärnträning – och det är just precis vad vi håller på med. Måtte stadens styrande inse sitt ansvar att ge oss och föreningen möjligheten att hålla oss aktiverade.

Allt gott för hela vintern!

Gunnel

Till glädje för seniorerna

Under året 2023 hade Pargasiterna fått pengar för understöd av seniorers sociala aktiviteter och samvaro. Det lokala företaget Paroc Oy Ab var donator, vilket vi är tacksamma för. Vi kunde bereda glädje åt flera hundra seniorer med dessa pengar.

Stadens kultursektor ordnade Seniordagen i augusti i Piugen, Dagen lockade närmare 350 besökare, som alla trakterades med kaffe och semla. Seniordansen i september på Brankis lockade något färre seniorer, ca 50, och även här kunde vi sköta trakteringen.

Donationspengarna tycktes ha varit välsignade då vi ännu framför jul funderade på nästa målgrupp.



Styrelsen beslöt att använda de resterande pengarna till julkaffe på seniorboenden i Pargas.

Vid alla dessa evenemang sponsrade vi trakteringen både för klienterna som för personalen.

Det som gjorde störst intryck på mig var julkaffet på Attendos Seniorboende, det som Pargasborna känner igen som Lilla Ro. I mitt stilla sinne undrade jag vad jag givit mig in på, då jag skulle närvara som Pargasiternas representant.

Hör och häpna,
under festen
underhöll en av
hemmets vårdare,
Eden, klienterna med
rockiga julsånger!
Det ryckte i benen på
en och annan medan
Pavlovan lät sig väl
smaka!



Att förgylla julfesten på seniorboendena var nog den godaste av handlingarna. Mottagarna var så tacksamma!

På vår egen julfest inbringade Luciainsamlingen en rekordstor summa pengar, nästan 600 €! Pargasiterna var väldigt generösa, och det är vi väldigt glada över!



Text och foto: Pia Rantanen

Äldrerådgivningen kartlägger 75 åringars hälsa och funktionsförmåga

Under tidigare år har det på olika håll i Egentliga Finland erbjudits hälsogranskningar eller må bra-träffar åt seniorer i olika åldrar. Den gemensamma modellen för äldrerådgivningen i Varha har sin start i ett pilotprojekt i Åbo, där grunden för arbetssätten och omfattningen av kartläggningen lades. Sedan hösten 2023 har äldrerådgivning till 75 åringar fungerat i Pargas och på Kimitoön och i skrivande stund även inom det övriga VARHA området, dvs Egentliga Finlands välfärdsområde.

Men vad handlar denna rådgivning specifikt om?



Bild: Emma Soveri och Christin Eriksson vid Varhas enhet i Pargas

Emma Soveri, chef för tjänster som stöder funktionsförmågan, berättar att syftet med rådgivningen är att nå ut till alla 75 åringar inom välfärdsområdet för att kartlägga deras hälsa och funktionsförmåga i vardagen. Tanken är att förebygga ohälsa, utmaningar i vardagen, fysiska problem samt identifiera riskfaktorer och vägleda till ett hälsosamt liv, dels med hjälp av frågeformulär samt dels på äldrerådgivningens mottagning.

Målet är att få en bild av hur väl den åldrande befolkningen klarar av att bo hemma och vilka eventuella behoven i framtiden skulle kunna bli.

Inom Pargas har 1948 födda redan haft en möjlighet att delta i utvärderingen och nu står 1949 födda i tur. Kallelsen skickas ut till hela åldersgruppen och här bör noteras att invånare, som redan har regelbunden service inom t.ex. hemvård eller boendeservice, inte hör till äldrerådgivningens målgrupp.

Själva rådgivningen är gratis och frivillig.

Christin Eriksson, hälsovårdare, beskriver omfattningen av rådgivningen såhär:

– Kunden, 75 åringen, får en kallelse på posten. Då kunden anmäler sig, får hen per post ett formulär som innehåller frågor om hälso- och motionsvanor, den egna uppfattningen om funktionsförmågan och eventuellt hjälpbehov, om socialt umgänge och välbefinnande. För helhetsbedömningen används även information från laboratorieprov och besök hos fysioterapeut. Hos fysioterapeuten kartläggs bland annat motionsvanor och den fysiska förmågan som balans, muskelstyrka och rädslan för att falla.

– Diskussionen hos mig, tar ca 1,5 timmar. Det finns en stomme för granskningen, men utrymme ges vid behov för personlig diskussion om annat aktuellt som kunden har behov av att prata om, poängterar Christin. Frågeformuläret är ju en självreflektion av hur klienten klarar sig i vardagen och min uppgift är att puffa åt rätt håll ifall vi hittar områden som behöver förändras eller förbättras, fortsätter Christin.

På frågan vad som bekymrar 75 åringarna, säger Christin att framtiden oroar de flesta.

– Klarar jag av att bo hemma och kommer jag att få köra bil, är vardagsfrågor som bekymrar.

Det är precis det som äldre rådgivningen fokuserar på – hur uppnå en självstyrd vardag. I praktiken betyder det att om klienten har en trygg levnadsmiljö, tillräckligt socialt nätverk, meningsfull fritidsverksamhet, fysisk aktivitet och goda kostvanor så kan dessa positiva faktorer undantränga riskfaktorerna, konstaterar Christin.

– Ytterligare kan det vara svårt för en senior att ändra på sina levnadsvanor, men här är det viktigt att satsa på det goda man redan gör rätt och med små förändringar uppnå personliga mål gällande sådant som man önskar ändra på.

– Av ca 260 inbjudna 75 åringar har hälften hörsammat möjligheten till rådgivning och hälsokontroll, vilket är hyfsat bra tycker Christin.

En del klienter har ställt sig lite fundersamma till kallelsen och eventuella följder, men i stort har mottagandet varit positivt.

Pargas är ju en stor kommun med kunder bakom flera färjor. Här är tanken att ingen skall behöva åka med mer än en färja, så vi ordnar rådgivningstillfällen även i Korpo och på Iniö.

Att klara sig i vardagen är en stark drivkraft hos 75 åringar så vi hoppas naturligtvis att alla inbjudna till hälsogranskningen deltar!

Text och foto Pia Rantanen

Varha applikationen hjälper dig att hålla kontakt och boka tid!



Du hittar applikationen i app butiken, App Store eller Google Play.



Få boendevalternativ för seniorer

Äldrerådgivningen för 75 åringar visade, att en av de stora frågorna som sysselsätter seniorerna är, helt naturligt, den egna hälsan, men kanske ännu mera frågan om hur länge kommer jag kunna bo hemma?

Den stora frågan kommunerna nu står inför är, hur skapa boendeformer som underlättar den åldrande befolkningens möjligheter att bo tryggt hemma.

På vilket sätt tar kommunerna i betraktande de äldre i sin bostadsplanering?

År 2025 innehar Svenska pensionärsförbundet ordförandeposten för pensionärernas intressebevakningsorgan, PIO. Det faller sig därför naturligt att den åldrande befolkningens boende kommer att vara högt på agendan.

Svenska Pensionärsförbundet ordnade 12.11.2024 ett boende-webbinarium i samarbete med Förbundet Finlands Svenska Synskadade och Svenska hörsselförbundet. I denna artikel har jag sammanställt det viktigaste som kom fram.

75+ och äldre syns vara en bortglömd grupp på bostadsmarknaden. De är ofta friska eller kan med lite hjälp bo kvar hemma. De flesta uttrycker en önskan om att kunna bo kvar i sin bostad där man funnit sig tillrätta. Men när den åldrande befolkningen vill och/eller måste flytta, önskar de flesta att det i så fall blir till ett centralt boende. Detta kan bli aktuellt när make/maka går bort, eller när snöskottning och trädgårdsskötsel blir för tunga.

Vem har ansvaret för tillgång till trygga seniorbostäder?

Ansvaret ligger hos både kommunerna och välfärdsområdena. Social- och hälsovårdsministeriet. SHM, noterar dock att strukturerna för samarbete är svaga och att samordning behövs.

Vad gäller bostäder ger SHM riktlinjer i sin publikation, ”Kvalitetsrekommendation för att trygga en aktiv och funktionsduglig ålderdom och hållbara tjänster”.

Kommunen rekommenderas stärka Äldrerådets delaktighet i planering och genomförande, samt kommunikation om äldre-vänligt boende!

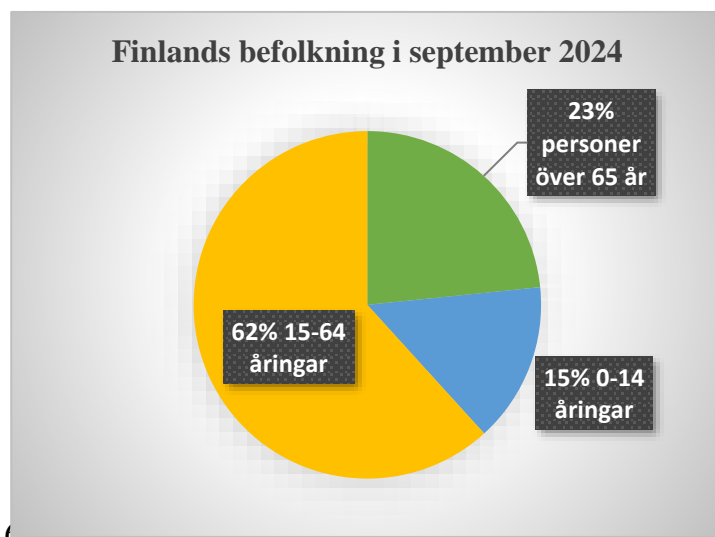
”Det är viktigt att stödja bra boendeförhållanden för de äldre och för samhällets skull. Det har att göra med kundernas önskemål och självbestämmande samt ändamålsenliga tjänster. Behoven ska beaktas när de nuvarande bostäderna och bostadsområdena åtgärdas och när nya byggs.”

Lite statistik – hur många är vi seniorer?

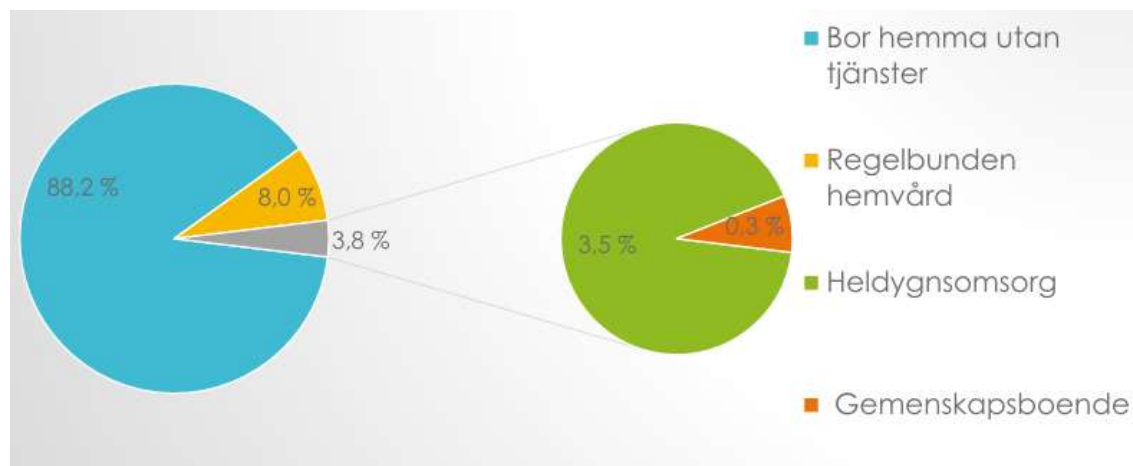
Pensionärerna, dvs de som är över 65 år, utgjorde 23 % av Finlands befolkning i september 2024. Vi utgör dryga 1,3 miljoner och siffran väntas stiga till över 1,5 miljoner redan år 2030.

Nedan ses åldersfördelningen inom denna 23 %.

Åldersklass	% fördelning	Antal personer
65-74	12 %	686 730
75-84	8 %	467 201
över 85	3 %	163 239



Hur bor seniorerna idag?



Enligt ovanstående statistik bor dryga 96% eller 1,26 miljoner pensionärer hemma, med eller utan hemvård. 3,8% eller 50 000 bor på gemenskapsboende eller kräver dygnet runt vård.

Största delen av de som bor hemma bor i ägarbostad, antingen ett småhus (41 %) eller en lägenhet i ett våningshus (41 %). Notera även att ca 20 % av pensionärerna över 75 bor på landsbygden, vilket sätter ytterligare utmaningar både vad gäller boende, hemvård och transporter.

Behovet av åldersanpassade bostäder ökar ständigt! Så även i Pargas!

Finns det lämpliga boendelösningar?

Idag ligger fokuset på att den åldrande befolkningen skall fortsätta bo hemma i samma eller större utsträckning som idag, med hemvård.

Men om hemmet inte är åldersanpassat kan boendet bli övermäktigt. Att flytta känns inte bra, men om kroppen inte orkar med snöskottning och trädgårdsskötsel kan det bli oundvikligt.

I Pargas inser man snabbt, att alternativen är få. En höghuslägenhet är ofta enda alternativet, även om många hellre skulle bo mer jordnära. De privata seniorboendena har flera års kö och hälsan kvalificerar inte för ett gemenskapsboende!

Hur ser bostadsplaneringen ut i vår egen kommun?

I slutet av 2024 beslöt Pargas stad om en målsättning på 500 nya bostäder inom 5 år. Hur den åldrande befolkningens behov tas i betraktande är i skrivande stund oklart, men behovet är uppenbart och önskan att få påverka ännu större.

I Pargas behövs bostäder i alla kategorier och för seniorer i varierande livsskeden. Bostäderna skall företrädesvis finnas i centrum nära sådan service som dagligen behövs. Det skall finnas åldersanpassade radhus- och höghuslägenheter, typ Vapparvägens seniorhem eller Folkhälsans boendeservice.

Klart är även att Vårdförbundet behöver se över sina faciliteter och ombilda dem till gemenskapsboende.

Ur ett hållbarhetsperspektiv måste bostadsplaneringen omfatta alla i samhället, även seniorerna.

Text Pia Rantanen

Grafer och information från boendewebinariet:

Demografi: <https://youtu.be/wK51Ryvt8Uw> och Boendelösningar <https://youtu.be/ywuGTS9Pi6c>

Annica Forssell är vår representant i pensionärsförbundets kommitté för intressebevakning

Några minnen från min tidiga barndom

Jag är född i Pargas men har bott mina första tio år på Norrskata som hör till Korpo. I mitt hem talade vi svenska och lyssnade bara på Sveriges Radio. Alla våra vänner talade svenska.



Min far var polis och han tilldelades varierande arbetsuppgifter. En gång måste han hämta en man som var nervsjuk och hans familjemedlemmar var rädda för honom. Det var vinter och han skulle föras till Ekenäs sjukhus. En man med släde skulle komma och transportera honom över isen till Rimito. I vårt vardagsrum hade vi en trearmad lampa med tre glaskupor. Mannen stod där och kastade cigaretter i kuporna. Han sa att han ”heittä tupakkia Jumalalle”. Jag blev fundersam och undrade vad han sa och jag frågade min far som svarade att han talar finska. Det var första gången jag förstod att det också talas finska i Finland. Då var jag sju år. Året innan jag började i skolan bodde några skolbarn hos oss. En av dem, en pojke, gick i första klassen. Det här var 1952. Mitt största nöje blev att sitta bredvid den här pojken och följa med då han läste sina läxor. Då jag 1953 började i den dåtida småskolan kunde jag läsa, räkna och skriva. Det ledde till att läraren kom hem till mina föräldrar och sa att hon inte vet vad hon ska göra med flickan.

Får hon flytta henne till klass två. Det gick mina föräldrar med på.

För min del blev det inga konsekvenser då. I tonåren började jag märka någon skillnad. Jag fick inte gå i skriftskolan med mina klasskamrater utan först följande år. Jag kom in på restaurang ett år senare än klasskamraterna. Men det störde mig inte så länge.

Då jag gick i tredje klassen skulle vi ha skidtävling i skolan. Min far hade blivit ombedd att göra upp ett skidspår. Men på natten före skidtävlingen snöade det. Då beslöt läraren att vi skulle skida upp spåret först och sedan tävla. Hon sa till mig att jag får skida först då jag säkert vet var spåret går. Det var en skola med sju klasser och de äldsta pojkarna skidade efter mig och sa hela tiden att jag skulle skida snabbare. Jag skidade så mycket jag orkade. Alla måste delta i tävlingen. Slutresultatet blev att jag blev den sista att komma i mål. Då beslöt jag att aldrig mera skida i någon tävling. Det löftet höll jag inte men de senare resultaten blev inte så mycket bättre.

I skolan fanns ett skolkök och alla fick lunch i skolan. Vår lärare var sträng. En dag vid lunchen sa en pojke att mjölken var sur. Läraren blev arg och sa att hon ringer till polisen för hon ville att han skulle komma och smaka på mjölken. Men min far var inte hemma och min mor svarade i telefonen. Läraren ville då att hon kommer och smakar på mjölken. Min mor kom och smakade på mjölken och sa ”men den är ju sur”. Läraren blev stum och barnen applåderade och jag har aldrig varit så stolt över min modiga mor som jag var då.

Det här var några händelser jag minns från min barndom på Norrskata, vilken jag minns med värme.

Text och foto: Vivan Norring-Nyström

Resor och aktiviteter våren 2025

Pargas svenska pensionärer rf

16.01, kl 14-16.00 Poetisk eftermiddag vid Seniorpunkten! Gratis

Kom och lyssna på hur poesin utvecklats genom åren, från rim till estradpoesi!

Paola Fraboni leder träffen. Anmäl dig till Pia, 0400-948013 för att beräkna kaffemängden.

14.02 Katrina på ÅST Ref 140220258

Buss från Bustis kl. 17.30. Föreställningen börjar 18.30 och bussen mot Pargas går direkt utanför teatern kl 21.20. Några biljetter kvar!

Pris 50 €, för biljett och buss, tur-retur, inbetalas till resekonto senast 17.01.25.

Clara fungerar som reseledare, 040 867 1948.

25.2, kl 13-15.00 Seniorföreläsning, Stadshuset "Bryggan" 5€ betalas på plats

Yttrandefriheten – världens mest missförstådda frihet. Susanna Landor

26.2 Hemlig resa Ref 260220258

Bussen startar på morgonen från Bustis. Vi gör tre nedslag, äter lunch och dricker eftermiddagskaffe. Mellan nedslagen berättar Magnus Sundman om historiska skeenden.

Priset kommer att ligga runt 75 €/person med minimum 25 personer. Blir vi fler korrigeras priset neråt. **Preliminär anmälan 31.1 för att kunna bekräfta besöksplatserna och resans pris.**

Sista betalningsdag 21.2.

26.3, kl 13-15.00 Seniorföreläsning, Stadshuset "Bryggan" 5€ betalas vid entrén

Korrespondent i Europas huvudstad – så förändrade kriget också EU. Mette Nordström

Seniorbio på Kino Piispanristi

Dagsföreläsning, kl 14.00

11 € betalas på plats



21.1

11.2

25.3

Notera att Heretic är tidigarelagd! Filmerna är textade till svenska. Ingen förhandsanmälan.

Åbolands pensionärer rf

Gå in på <https://aboland.spfpension.fi/resor/> och bekanta er med de aktuella resorna.

ANMÄLNINGAR till Pargasitens egna resor:

Du kan anmäla dig på vår hemsida (<https://pargas.spfpension.fi/resor/>), via e-post, textmeddelande till nedanstående eller personligen på månadsträffen till Per-Olof Nordin, tel. 040 750 9089, e-post perolofnordin@gmail.com eller Pia Rantanen, tel. 0400 948 013, e-post b.rantanen@gmail.com.

Anmälan är bindande. Ingen återbetalning av resan/aktiviteten, om du avbokar efter sista betalningsdag. Resorna betalas in på föreningens resekonto FI21 6601 0010 0803 07.

Använd resans/aktivitetens referensnummer för igenkänning.

Strax efter sista anmälnings får du ett mejl med detaljerad information om resan.

Styrelsens sammansättning och funktionärer 2025		
Ordförande	Gunnel Jansson jansson.gunnel@parnet.fi	040 595 72 03
Skattmästare, vice ordförande	Annica Forssell forssell.annica@gmail.com	050 553 02 95
Sekreterare	Pia Rantanen b.rantanen@gmail.com	040 094 80 13
Vice sekreterare	Carl-Gustav Nygårdas carlgustav.nygardas@gmail.com	040 507 14 61
Vice skattmästare	Kurt Lundström kb.lundstrom@gmail.com	050 041 31 62
Övriga ledamöter	Maj-Len Bergman majlen.bergman@gmail.com	040 703 66 92
	Carita Karlsson tiitikarlsson@gmail.com	045 641 52 66
	Per-Olof Nordin perolofnordin@gmail.com	040 750 90 89
	Yvonne Vestberg Heino yvestbergheino@hotmail.com	044 917 92 91
Funktionärer		
Medlemssekreterare	Maj-Len Bergman	040 703 66 92
Mediekontakt	Yvonne Vestberg Heino	044 91 79 291
Teknikansvarig	Carl-Gustav Nygårdas	040 507 14 61
Klippboken	Per-Olof Nordin	040 750 90 89
Parentesens redaktion	Pia Rantanen, b.rantanen@gmail.com Vivan Norring-Nyström, ia@norrskata.com	0400 94 80 13 050 083 74 38
Parentesens ombrytning	Kurt Lundström	050 041 31 62
Webbansvarig/Webbredaktör	Carl-Gustav Nygårdas	040 507 14 61
Resegruppen	Pia Rantanen, b.rantanen@gmail.com Per-Olof Nordin, perolofnordin@gmail.com	040 094 80 13 040 750 90 89
SPF:s redaktionsråd	Pia Rantanen	0400 94 80 13
SPF:s intressebevakning	Annica Forssell	050 553 02 95
SPF:s valutskott	Vivan Norring-Nyström ia@norrskata.com	050 083 74 38
SPF Åbolands styrelse	Gunnel Jansson, vice ordförande	040 595 72 03
<p>Nya medlemmar kan anmäla sig direkt till medlemssekreteraren Maj-Len Bergman, majlen.bergman@gmail.com eller via webben.</p>		
<p>Medlemmar i äldrerådet: Widar Nyberg (ordf) widde.nyberg@netti.fi, Inger Karlsson inger.karlsson@parnet.fi</p>		

Hobbygrupper			
Boccia/Boule	Annica Forssell	050 553 02 95	forssell.annica@gmail.com
Bowling	Seppo Rajamäki	040 046 91 92	seppo.rajamaki1@gmail.com
Bridge	Per Österman	040 021 14 52	per.osterman@parnet.fi
Da Capo Encore	Risto Nurmela	040 0973 534	risto.nurmela@abo.fi
Kultur	Pia Rantanen	040 094 80 13	b.rantanen@gmail.com
Fotoklubb	Lorenz Michael	040 023 31 43	losse.michael@gmail.com
Fågelskådning	Marcus Duncker	040 552 11 00	duncker.marcus@gmail.com
Golf	Johan Nyberg	040 195 48 48	johan.nyberg@parnet.fi
Hembygdskundskap	Gunnel Jansson	040 595 72 03	jansson.gunnel@parnet.fi
IT-grupperna	Kurt Lundström	050 041 31 62	kb.lundstrom@gmail.com
Litterära salongen	Stina Engblom Colliander	040 071 53 88	stina202@parnet.fi
Stavgång	Rainer Wahtera	040 091 22 69	rainer.wahtera@gmail.com
Släktforskarna	Gustav Sundström	050 505 15 22	sundstroms@parnet.fi
Trädgårdsgrupp	Asta Lindholm	040 575 31 20	lindastae@gmail.com
Vattengympa	Solveig Nurmela	040 723 95 96	solveig.nurmela@abo.fi
Släktforskargruppen träffas i allmänhet udda veckor i Seniorpunkten tisdagar kl. 14			
Fotoklubben träffas varannan tisdag i Seniorpunkten kl. 17. Se närmare på hemsidan.			
Kultur träffas vid evenemang.			
Följ med hemsidans, www.pargas.spfpension.fi , händelsekalender eller föreningens Facebooksida, ”Pargas svenska pensionärer”. Många grupper informerar där om aktuella händelser.			

Programgrupperna och gruppledarna för månadsträffarna

1.	Beni von Weissenberg	040 545 14 35	benivw@parnet.fi
2.	Mårten Malmlund	040 071 03 12	marten.malmlund@gmail.com
3.	Gunnel Jansson	040 595 72 03	jansson.gunnel@parnet.fi
4.	Ulla Nordlund	040 524 8214	nordlund.ulla@gmail.com
	Bertel Nordlund	040 052 64 52	bertel.nordlund@gmail.com
5.	Soili Svahnström	044 500 30 97	soilis@parnet.fi
6.	Stina Engblom Colliander	040 071 53 88	stina202@parnet.fi
7.	Christina Ahlsund	040 759 90 52	cahlsund@parnet.fi
	Clara Kronqvist-Sundström	040 867 19 48	kronqvistclara@gmail.com
8.	Annica Forssell	050 553 02 95	forssell.annica@gmail.com
	Solveig Nurmela	040 723 95 96	solveig.nurmela@abo.fi
9.	Carita Karlsson	045 641 52 66	tiitikarlsson@gmail.com
	Margareta Westman	040 588 05 98	magga.westman@gmail.com
10.	Kaj Johansson	040 516 22 70	kaj.johansson164@gmail.com

Hedersmedlemmar i föreningen

Stina Engblom Colliander, Karl-Gustav Laurén, Kurt-Erik Långbacka och Mikael Reuter



Upplyst mur av Gunnel Jansson



Sundet av Guy Svanström



Runeberg av Ulla-Maj Lübchov

Hallå alla Parentesenläsare!

Önskar du att vi i Parenteseredaktionen hyllar eller berättar om någon speciell person? Finns det några ämnesområden som du gärna vill läsa om? Undrar du vad hobbygrupperna håller på med? Tag gärna kontakt, antingen genom att ringa eller mejla.

Kontaktuppgifter till Pia är b.rantanen@gmail.com eller på telefon 0400-948013.

Observera!

Aktuellt material till Parentesen, t.ex. ändringar i gruppammansättningar eller kontaktpersoner måste vara redaktionen tillhanda senast en vecka före månadsträffen, helst tidigare, för att hinna med i redigeringen.

Exemplar av Parentesen kan avhämtas i de större matbutikerna på Malmen och t.ex. i bokhandeln Booklet.