

Glödlampan

DECEMBER 2020



Hej, ni har nu årets sista "Glödlampan" i er hand.

Ett år som präglats av de kanske märkligaste upplevelser vi varit med om. Den pågående pandemin har ju begränsat våra möjligheter till vad vi kallar ett normalt liv.

Vi inom Funktionsrätt Sörmland (FRS) har nogsamt kunnat ställa om våra planerade aktiviteter inom ramen för Folkhälsomyndighetens (FHM) restriktioner.

När vi nu summerar året så kan vi konstatera att vi lyckats över förväntan, vilket ni kommer att erfara av de kommande sidorna.



GOD JUL OCH GOTT NYTT ÅR

önskar Funktionsrätt Sörmland

Ett varmt tack till

*Medlemsföreningarna, Samarbetsorganen,
ABF Sörmland och Region Sörmland för ett gott
samarbete år 2020*



Sammantaget har vi kunnat genomföra ett 70-tal aktiviteter, de allra flesta utomhus med mer än 700 deltagare. Som exempel kan nämnas yoga/rörelseträning i länets samtliga större orter.

Vi har startat upp gemensamma veckovisa promenader på Hälsans stig i Eskilstuna runt ån, i samarbete med Frivilligcentralen. Denna aktivitet vill vi fortplanta till Strängnäs, Oxelösund, Nyköping och Katrineholm nästa år.

Vi har haft premiär för en nystartad Ungdomssatsning vilken vi också vill ska bli en länsaktivitet.

Ett flertal sammankomster i Kalkbro Naturreservat har också kunnat genomföras.

I Funktionsrätt Strängnäs regi har "samtal runt bordet" prövats med gott resultat.

Sist men inte minst har vi genomfört alla våra föreningsmöten med både fysiska och digitala deltagare. Så sammanfattningsvis kan ändå året betraktas som ett förhållandevis aktivt år, och noterbart, inte en enda av våra deltagande medlemmar har anmält virusmitta hittills.

Trots dystra prognoser för slutet av året så förutspår vi ett gott nytt år för våra medlemmar. Vi känner oss redo tillsammans.

Sven-Erik Fritz / ordförande

TIPS PÅ AKTIVITET

Vi är en liten grupp i Strängnäs som har neurologiska nedsättningar. Flera av oss började i en gymnastikgrupp där vi lärde oss rörelser som var bra för oss, så vi kan behålla och förbättra muskler och balans. Efter att regionen drog ner resurser upphörde gruppen, men vi gav oss inte utan hyrde en lokal och tränade tillsammans utifrån det instruktören lärt oss. På somrarna är vi ute och har gymnastiken sittande. Sedan Coronan kom har vi inte kunnat träffas på samma sätt. Då kom idén om att använda videomöten via Teams. Alla deltagarna får en möteskallelse från Teams där det ligger en länk, så alla kan ansluta från sin dator, smartphone eller surfplatta med ljud och bild, så vi gympar på digitalt med glada tillrop.



VIKTIG INFORMATION

Nya priser och villkor för betalning av porto med frankeringsmaskin.

Varje år justerar PostNord priser och villkor på sina tjänster. Det är viktigt att vi som föreningar vet vilka priser och villkor som gäller.

Förändring av tjänsten Ekonomibrev Enstaka in- och utrikes.



PostNord planerar att övergå till en ny utdelningsmodell där vissa försändelser delas ut varannan dag. Om den pilot vi under hösten 2020 genomför faller väl ut så påbörjas en succesiv utrullning i början av 2021.

Vissa av våra tjänster får nya tjänstevillkor kopplat till leveranstid, bland annat 1:a klassbrevet som i en ny leveransmodell normalt delas ut dag ett alternativt dag två. Expressbrevet delas fortsatt ut varje vardag, men leveransgarantin före kl 10.00 försvinner.

Läs mer på postnord.se/leveransmodell

Det billigaste alternativet från den 1 januari 2021

Vikt högst 50 gram 8,38 kr.

För frågor gå in på postnord.se/priser och postnord.se/villkor där hittar du fullständiga information om priser och villkor.

Du kan också fråga Ros-Mari i receptionen på Föreningshuset, Eleonoragatan 18, Eskilstuna.

Gäller
från
1 januari
2021

När du kommer från din förening för att få kuvert frankerade av Ros-Mari:

- Alla kuvert måste vara märkta med föreningens namn och adress.
- Alla kuvert måste vara istoppade med material.
- Måste läggas på brevlåda i god tid innan årsskiftet. Tänk på att det gäller vardagar, mycket helgdagar som man får räkna bort.
- Absolut inga brev stämplade år 2020 får postas år 2021.



**Kansliet stänger för juledighet
onsdagen den 23 december
och öppnar åter torsdagen den 7 januari.**



Riksförbundet för social och mental hälsa

Mitt namn är Göran Svanteson och jag vill berätta hur jag kom i kontakt med Funktionsrätt genom Rsmh.

Funktionsrätt Sörmland och dess projekt Tillgänglig Natur - Ökad livskvalitet inspirerar till olika intressen som kan komma ännu fler till del.

Stort tack till alla i projektet som gett oss möjligheterna att få en meningsfull upplevelse.

Rsmh bildades 1967. Distriktet i Södermanland har drivits från Katrineholms baserade lokalförening "Fiskgjusen" i många år men är sedan 2019 skriven i Strängnäs där jag är verksam.

I december 2020 beslutas från förbundsstyrelsen Rsmh Riks en större regional samverkan igenom sammanslagning av Stockholm, Gotland och Södermanland vilket kan ge fler ringar på vattnet, inte minst i bildandet av fler lokalföreningar.

Eskilstuna har engagemang genom t.e.x Nathalie Molenda som ser behov av bildandet av lokalförening. Eskilstuna representeras även av Khai Chau och Hans Bergström, samt där lever fler av våra medlemmar. Personligt ombud finns i Eskilstuna.

I Sörmland finns Åsa Folkhögskola med vilken Rsmh också har samarbete med.

För kontakt
Göran Svanteson
Ordförande Rsmh - Distriktet Södermanland
Tel 0152 13258

Läs mer på rsmh.se

Post och Besöksadress

Funktionsrätt Sörmland
Eleonoragatan 18 A
633 43 Eskilstuna
016-13 87 90
kansli@funktionsrattsormland.se

Ansvarig utgivare

Sven-Erik Fritz
ordforande@funktionsrattsormland.se

Skicka material till tidningen:
resurs3@funktionsrattsormland.se