

PRO informerar juni 2020

Hej! Här kommer PRO informerar juni 2020. Vi önskar er en fin sommar, om än lite annorlunda än vanligt. Redaktörer: Eva Risberg & Anneli Nygårds.

Det är viktigt att du som får PRO informerar sprider den vidare så att alla förtroendevalda och andra berörda får del av informationen.

PRO:s intranät

På intranätet finns alla nummer av PRO informerar. Du når intranätet via den gamla hemsidan. Under rubriken "Information om inloggningar och den nya hemsidan" nedan kan du se hur du hittar till den gamla hemsidan. Det är en temporär lösning som gäller tills arbetet med nya hemsidan är helt klart. När du har kommit till den gamla hemsidan loggar du in precis som vanligt. Logga in som förtroendevald; användarnamn: pro och lösenord: pensionaren.

PRO:s medlemsvärvarkampanj i sociala medier

Sedan början av juni pågår en digital medlemsvärvarkampanj för att vi ska bli fler som påverkar beslutsfattarna i samhällsfrågor som är viktiga för pensionärer. Informera dina vänner och bekanta om vårt gemensamma arbete för höjda pensioner och bättre äldreomsorg. Passa också gärna på att berätta om allt trevligt som händer inom PRO hela året.

Alla pensionärer kan bli medlemmar. Passa på att samtidigt skriva under PRO:s upprop för höjda pensioner och bättre äldreomsorg <https://protesten.pro.se/>

Du hittar PRO på hemsidan, Facebook och Instagram:

pro.se

blogg.pro.se

[facebook.com/pro.riks](https://www.facebook.com/pro.riks)

[instagram.com/pro_sverige](https://www.instagram.com/pro_sverige)

Kom ihåg att följa PRO i sociala medier!

Här händer det grejer. Bjud in alla du känner till PRO-gemenskapen så de är redo när årets sommarövertaskning ska lanseras.

Trippelskrapet – ny lotterikampanj för att stödja föreningarna

Trippelskrapets nya kampanj gör det möjligt för prenumeranter att välja vilken förening som ska få provision. Detta är ett sätt att, trots coronatider, skapa möjlighet till intäkter för föreningar och distrikt. För frågor kontakta lotteriföreståndare Johnny Löfstrand, 070-674 84 25.

Bilaga: LATHUND Trippelskrapet

Utbildningsmaterial om hemsidan och Harald

Nu finns allt utbildningsmaterial för nya hemsidan och medlemssystemet tillgängligt att ladda ned. Det består av lathundar, manualer och videoguider.

Länk: <https://pro.se/utbildningsmaterial>

Vid frågor kontakta PRO:s datasupport på: 0771-171 171

Information om inloggningar och den nya hemsidan

Vid lansering av nya system så är det alltid lite hicka i början, så blev det också när hemsidan skulle på plats. Just nu justerar vi vilka förtroendeuppdrag som visas på hemsidan och vilka adresser som ska visas. I början visades besöksadress för lokala föreningar, det är nu borta.

För att rätt information om vilka personer som sitter i styrelsen ska visas på hemsidan är det viktigt att alla föreningar och distrikt uppdaterar förtroendeuppdragen i Harald. Uppdragen måste dateras i enlighet med stadgarna, vilket kan medföra att ett uppdrag som pågått en längre tid måste avslutas bakåt i tiden. Uppdraget läggs sedan in på nytt med aktuellt start- och slutdatum.

För att komma åt det gamla hemsideverktyget, intranätet och även 365 så måste man fram till efter semestrarna gå via gamla hemsidan. Du hittar dit genom att klicka på Våra webbplatser högst upp på nya hemsidan. När allt är helt på plats så kommer all inloggning att göras direkt via nya hemsidan.

Information från medlemsservice

Medlemslista och förändringsrapport

På grund av myndigheternas restriktioner arbetar hela medlemsservice hemifrån och har därmed begränsade resurser. Samtidigt har bytet av medlemsystem medfört en hel del förändringar vilket innebär att vi i dagsläget arbetar för fullt med att utveckla nya rutiner. Med detta sagt så vill vi informera er om att utskick av medlemslista och förändringsrapport kommer att utebli och kommer att återupptas först efter sommaren (aug-sep). För er som har digitala verktyg så finns möjligheten att kontakta Datasupport och få vägledning i hur listor och rapporter framställs i Harald. För resterande frågor - ta gärna kontakt med ert distrikt och fråga om dom har möjlighet att bistå.

Vi vill samtidigt tacka för ert tålamod och önska er en fin start på sommaren!

Om påminnelser

Medlemmar som ännu inte har betalat sin medlemsavgift har nu fått en påminnelse. Sista betalningsdag är i slutet av juni.

PRO:s riksmästerskap i orientering, golf, boule och PROvetarna ställs in

PRO:s riksmästerskap genomförs varje år i olika grenar. Men i år påverkas höstens genomförande av coronaläget och några riksmästerskap måste tyvärr ställas in. Flertalet mästerskap föregås av uttagningar i föreningar och distrikt. Den verksamheten påverkas också av Folkhälsomyndighetens restriktioner.

Baserat på läget och myndighetens rekommendationer måste PRO tyvärr ställa in riksmästerskapen i orientering, golf, och boule samt frågesporten PROvetarna där både regionfinaler och riksfinal genomförs inomhus. I nuläget finns inga beslut om att ändra datum och senarelägga tävlingarna. För riksmästerskap i bowling respektive parbridge tas beslut om genomförandet efter sommaren.

Varför har PRO beslutat att ställa in flera av årets riksmästerskap?

1. Folkhälsomyndighetens uppmaning att personer över 70 år ska begränsa sina sociala kontakter gäller fortsatt. Denna rekommendation väger tyngst för PRO:s medlemmar och vår verksamhet. Man bör begränsa sina nära kontakter och stanna hemma så mycket som möjligt under den rådande pandemin. Dessutom ska man hålla fysiskt avstånd till andra människor man inte bor med. Detta blir viktigare ju äldre man är och är särskilt viktigt inomhus. - Att hålla sig hemma betyder inte att man för den skull måste isolera sig helt eller undvika att vara utomhus och röra på sig. Läs Folkhälsomyndighetens tips om hur man kan träffas i coronatider.
2. Det är förbjudet att genomföra idrottsevenemang och möten med fler deltagare än 50 personer. Lokal tävlingsverksamheten har fått tillåtelse att sätta igång så länge det är utomhus och med ett mindre antal deltagare. Dessa restriktioner kommer att gälla hela sommaren. PRO:s riksmästerskap är alla större evenemang med många deltagare och innehåller även sociala moment och gemensamma måltider inomhus där många deltagare umgås.
3. Rikstäckande aktiviteter med deltagare från olika delar av landet ökar risken för smittspridning. Restriktionerna för icke nödvändiga resor inrikes tas dock bort från 13 juni. Resorna i sig är inte orsaken till smittspridningen. Det är hur vi förhåller oss till övriga restriktioner under resan och på resmålet. Att fortsatt hålla avståndet och undvika nya fysiska kontakter är centralt.

Utbildning i digital mötesteknik för utbildarna i Harald och hemsidan

I februari var drygt 60 PROare från de olika distrikten på kurs i Gysinge för att bli utbildare i den nya hemsidan och medlemssystemet. Utbildarna skulle därefter utbilda föreningarna under våren, vilket dessvärre blev problematiskt på grund av corona.

Utifrån rådande omständigheter måste utbildningarna snabbt komma igång i digital form. Vissa distrikt har redan kommit en bra bit på väg vilket är positivt.

För att alla distrikt ska komma igång kommer PRO:s riksorganisation tillsammans med ABF att redan i juni hålla skraddarsydda kurser som vänder sig till utbildare som redan kan hemsidan och Harald, men som behöver lära sig att hålla kurserna digitalt. De som gick utbildarkursen kommer inom kort att kallas till denna utbildning. En del i kursen kommer att baseras på ABF:s material "Den digitala studiecirkeln".

Länk: https://webbutik.abf.se/product/folkbildning_i_coronatider/0/0/den_digitala_studiecirkeln

Remissvar: Förvalsalternativet inom premiepensionen - yttrande från PRO, SKPF och RPG.

PRO har tillsammans med två andra pensionärsorganisationer (SKPF och RPG) svarat på en remiss om Förvalsalternativet inom premiepensionen. I den remitterade promemorian föreslås bland annat ett övergripande mål för premiepensionen. I yttrandet upprepar pensionärsorganisationerna inledningsvis sin kritik mot premiepensionssystemet som sådant och framför att det är mycket svårt att göra en helhetsbedömning av föreslagna konsekvenser i förvalsalternativet innan alla delar är utredda och analyserade. Pensionärsorganisationerna föreslår bland annat att en visselblåsarfunktion utreds så anställda på fondbolagen kan slå larm vid allvarliga överträdelser och brott som riskerar drabba pensionsspararna utan att riskera repressalier.

Länk: https://mcusercontent.com/f5bacc9da7bca49833236651e/files/98d351de-1eb8-4494-b883-609d17b38e10/3_Fo_rvalsalternativet_inom_premiepensionen_Fi2020_00584_FPM_yttrande_fra_n_PRO_SKPF_och_RPG.pdf

Yttrande över promemorian Inkomstpensionstillägg (Ds 2020:7)

PRO välkomnar förslaget med ett tillägg till den allmänna pensionen för de personer som har arbetat ett långt arbetsliv med förhållandevis låg lön även om höjningen enligt vår mening är långtifrån tillräcklig och inte heller löser de grundläggande problemen i vårt pensionssystem. En höjning är nödvändig för att visa att det ska löna sig att ha arbetat när den allmänna pensionen utbetalas. Vi betraktar förslaget som ett första steg i en bred översyn av vårt underfinansierade pensionssystem med målet att den allmänna pensionen ska höjas rejält.

PRO noterar med tillfredsställelse att även Pensionsgruppen, som tagit initiativet till förslaget, är överens om att fortsätta sina diskussioner om en långsiktig gemensam lösning för höjd allmän pension. Enligt vår uppfattning bör ett sådant nödvändigt arbete ske i en bred parlamentarisk utredning och inte enbart i den slutna Pensionsgruppen. I det arbetet är vi pensionärsorganisationer beredda att konstruktivt medverka.

Yttrandet är gemensamt med övriga pensionärsorganisationer.

Bilaga: https://mcusercontent.com/f5bacc9da7bca49833236651e/files/3a8e7ba3-7528-4e74-a613-2197995e9343/4_Yttrande_inkomstpensionstillag_gg_S2020_01478_SF_fra_n_PRO_SPF_seniorerna_SKPF_och_RPG.pdf

Nya teman i PRO Livsstil

Alla PRO:s medlemmar erbjuds att gratis använda det digitala hälso- och livsstilsverktyget PRO Livsstil. Du kan läsa mer om verktyget, och få hjälp med att komma igång, på <https://pro.se/aktiviteter/halsa-och-friskvard/pro-livsstil.html>

Hittills har drygt 1 000 PRO:are testat och använt det. I dagarna har det tillkommit tre nya teman till PRO Livsstil. Dessa teman har tagits fram utifrån de många förslag som man fått in från våra användare:

1. Stressen och min hälsa som speglar hur stress påverkar din hälsa och hur du kan hantera den på ett hälsosamt sätt.
2. Min dygnsrytm och min hälsa, som ger dig tips för att bevara en god dygnsrytm och sömn.
3. Ensamhet, som visar hur vi kan hantera ensamheten och varför det är ett underskattat hälsoproblem.

Nytt nummer av PROpensionären ute snart

I PROpensionären nr 4/20, som kommer ut den 12 juni, berättar tre 65-plussare om hur det var att gå i pension, och om hur livet blev efter det.

Dessutom: Så påverkas din pension av coronapandemin, PRO-test visar att många förpackningar är svåra att öppna, nybörjarguide för dig som vill lyssna på ljudböcker i sommar, coronakarantänen avslöjar den digitala klyftan – hur ska äldre få kontakt på distans? Inspiration: Vandring på Vikingaleden & Öluff på Åland, Tips på läcker midsommarmat, Folkhälsomyndigheten svarar på PRO:s frågor om coronapandemin – och mycket mer.

Detta nummer lämnades till tryck den 20 maj, på grund av den långa pressläggningstiden är det svårt för PROpensionären att vara dagsaktuell vad gäller coronapandemin.

I detta nummer av PROpensionären medföljer en bilaga från PRO Östergötland och PRO Stockholms län till alla medlemskretsar i respektive distrikt.

Nästa nummer av tidningen, nr 5/2020, utkommer den 4 september. PROpensionärens redaktion önskar alla läsare en härlig sommar!

PRO Medlemsresor

Året för PRO Medlemsresor har inte alls blivit som vi tänkt oss. Vi blickar dock framåt och planerar för kommande resor. Under resterande del av detta år kommer vi presentera fler nya resor och resmål på www.promedlemsresor.se. Redan nu vill vi presentera tre favoriter. Våra populära SOLO-resor och bouleresor till Andalusien samt även vår vandringsresa till Österrike nästa vår.

*Bilagor: Läs mer om SOLO-resa till Andalusien
 Läs mer om bouleresa till Andalusien
 Läs mer om vandringsresa i Österrike*

PRO Folkhögskola

Kursprogrammet för hösten 2020 finns nu tillgängligt på hemsidan, tillsammans med aktuell information om hur myndigheternas restriktioner påverkar kursverksamheten.

Från och med 1 juni är Jarmo Villanen tf. rektor på PRO Folkhögskola. På styrelsemötet 27 maj valdes Bo Andersson till ny ordförande.

Vill du komma i kontakt med oss? Ring 0291-212 23 helgfri vardag kl 10:00-12:00, 13:00-15:00 eller skicka e-post till kurser@pros.fhsk.se. Vår hemsida hittar du här: www.profolkhogskola.se

Nyheter från ABF

ABF – folkbildning i coronatider

Läs mer här: <https://www.abf.se/folkbildning-i-coronatider/>

Många lokala ABF-avdelningar sänder musik och annat "live" via Youtube. Man kan vända sig till sin lokala ABF-avdelning för mer information. På <https://www.facebook.com/abfsverige> kan man läsa mer om vad ABF sänder digitalt och följa det.

Möjlighet att hålla distanscirklar via telefon

Det är inte alla som kan eller vill mötas digitalt. Men en cirkel på distans kan lika gärna genomföras på telefon. Det finns flera olika kostnadsfria tjänster som erbjuder möjligheten att koppla ihop flera deltagare till ett samtal så att en cirkel kan genomföras utan datorer och internet.

Läs mer och hitta tjänster som erbjuder kostnadsfria gruppsamtal på sidorna för tips och inspiration.

Länk: <https://www.abf.se/folkbildning-i-coronatider/tips-och-inspiration/tips-distanscirkeln-behover-inte-vara-digital/>

Digital fika med Google

Under våren har PRO inlett ett projekt med Google, internetföretaget som kanske är allra mest känt för sin sökfunktion och uttrycket att "googla" på nätet. Målet med samarbetet är att med gemensamma krafter hjälpa PRO:s medlemmar att upptäcka de digitala möjligheter som finns – till både nytta och nöje.

Under första veckan i juni publicerade vi tillsammans tre korta utbildningsfilmer (5-10 minuter) som på ett pedagogiskt sätt förklarar grunderna för hur du använder videoplattformen Youtube, olika videosamtal samt hur du kan sortera och dela bilder i Google Foto. Filmerna publicerades en i taget lagom till förmiddagsfiket kl. 11.00. Du kan nu ta del av alla tre filmerna på www.pro.se/digitalfika. Sprid gärna information om materialet till alla som kan vara intresserade!

Goda exempel från föreningarna under coronapandemin

PRO Årsta ordnar tipspromenad i Årstaskogen

PRO Fullersta och ABF Huddinge arrangerar musik på gården

PRO Fullersta och ABF Huddinge arrangerar musik på gården, publiken tittar och lyssnar från balkonger. Hoppas att idén sprider sig och flera gör något!

Bilagor: Nu kommer musiken till er!

Stockholms stadsbibliotek anordnar i juni digitala bokcirklar runt Albert Camus Pesten.

Länk: <https://biblioteket.stockholm.se/kalender/bokcirkel-online-om-pest-en-av-albert-camus>

Folkhälsomyndigheten svarade på PRO:s frågor om coronaviruset

I mitten av maj bjöds Folkhälsomyndigheten in att delta i ett telefonmöte med PRO:s styrelse och distriktsordföranden. PRO:s representanter fick då chansen att ställa frågor om covid-19.

Länk: <https://pro.se/nyhetsarkiv/arkiv/2020-05-20-folkhalsomyndigheten-svarade-pa-fragor-om-coronaviruset.html>

Information och stöd för personer med hörselnedsättning

Hörselskadades Riksförbund har med anledning av coronakrisen tagit fram två olika informationsmaterial för att underlätta, särskilt för äldre.

Nedan finns länkar till tillgängliga möten på distans och Hörselsmarta tips i coronatider.

Checklista för tillgängliga möten

Ett möte blir bättre för alla om det är tillgängligt för hörselskadade deltagare. Checklistan nedan ger en enkel överblick över sådant som arrangörer och lokalägare bör tänka på inför konferenser, sammanträden och andra möten.

<https://horsellinjen.se/fakta-och-rad/tillganglighet/checklista-for-tillgangliga-moten/>

Hörselsmarta tips i coronatider:

Hur ska jag hålla kontakten med barnen när vi inte kan träffas? Hur får jag tag i hörapparatsbatterier när jag inte kan gå och handla? Hur ska jag hänga med i distansmötena med kollegerna?

Och hur gör jag om jag hamnar på sjukhus bland personal med mask, så att jag inte kan avläsa?

Läs svaren här! <https://hrf.se/nagra-horselsmarta-tips-i-coronans-tid/>

Batterier till hörapparater kan man för övrigt som PRO-medlem köpa förmånligt hos Trygg Hörsel. Beställ via <https://promervarde.se/> eller ring 010-750 28 90 och uppge koden PRO20.

Myndighetsgemensam information om covid-19

För att vårt samhälle under rådande omständigheter ska fungera på bästa möjliga sätt är det extra viktigt att använda rätt kontaktvägar utifrån vilken hjälp och information man behöver. Nedan listas telefonnummer och webbplatser som PRO har ombetts förmedla till alla PRO-medlemmar.

Viktiga telefonnummer:

- Ring 1177 om du har träffat någon som du vet bär viruset och du själv känner symtom.
- Ring inte 1177 för allmänna frågor.
- Ring 113 13 för allmänna frågor om coronaviset som inte är symtom- eller vårdrelaterade. Detta är ett nationellt informationsnummer för stora olyckor och kriser.
- Ring alltid 112 vid akuta nödsituationer när det är fara för liv.

Viktiga webbplatser:

- [krisinformation.se](https://www.krisinformation.se)
- [folkhalsomyndigheten.se](https://www.folkhalsomyndigheten.se) (till allmänheten för att hindra smittspridningen)
- www.msb.se (för att bromsa smittspridningen)

Information om vad MSB gör med anledning av regeringsuppdraget:

<https://www.msb.se>

Viktig information på olika språk:

1177 Vårdguiden har filmer på flera språk. Se här: [1177.se](https://www.1177.se)

Folkhälsomyndigheten har information på många olika språk.

Se här: [folkhalsomyndigheten.se](https://www.folkhalsomyndigheten.se)

Tack för att ni håller kontakten med varandra!