

SeniorNet mail är ett nyhetsbrev från SeniorNet Sweden med korta notiser om vad som pågår och ett axplock av allmän relaterad information. Nyhetsbrevet är i första hand riktat till klubbarna men publiceras även på webbplatsen <https://seniornet.se/>. Följ oss även på [Facebook](#).

Håll avstånd och ta personligt ansvar!



Viktiga saker som alla kan göra:

- Stanna hemma även om du bara känner dig lite förkyld.
- Har du nytillkomna symptom på covid-19 som inte går över inom ett dygn bör du kontakta 1177 för att se vad som gäller i den region där du bor för att lämna prov för covid-19.
- Tvätta händerna ofta med tvål och vatten, i minst 20 sekunder.
- Håll en armlängds avstånd till andra både inomhus och utomhus.
- Om det är möjligt, färdas på ett annat sätt än med allmänna färdmedel eller kollektivtrafiken, till exempel gå eller cykla.
- Välj ett färdmedel där du kan boka plats eller ett där du kan undvika trängsel.
- Håll avstånd till andra på bussen, tunnelbanan, spårvagnen och andra allmänna färdmedel.
- Undvik att delta i större sociala sammanhang som fester, begravningar, dop, kalas eller bröllop.
- Håll avstånd till andra på idrottsplatser, badhus och gym och undvik att byta om i allmänna omklädningsrum.

<https://www.folkhalsomyndigheten.se/smittskydd-beredskap/utbrott/aktuella-utbrott/covid-19/skydda-dig-och-andra/>

– De speciella rekommendationerna för de som är 70 år och äldre tas bort. – Alla i Sverige får samma ansvar för att skydda sig själva och andra, säger socialminister Lena Hallengren i en press-träff den 22 oktober.

Samtidigt påpekar ministern att risken för de över 70 år som smittas av coronaviruset inte är mindre nu än innan de speciella rekommendationerna togs bort.

– För dig som är 70 år eller äldre, för dig som är i en annan riskgrupp, men också till hela svenska folket; vardagen kan fortfarande inte vara som innan pandemin. Men det finns flera sätt att leva, och inte bara överleva.

Försök hålla kontakten med andra, träffa nära och kära på avstånd, ta inte kollektivtrafik om du absolut inte måste, motionera gärna men håll avstånd i träningslokalen, är några av sätten.

Folkhälsomyndighetens generaldirektör Johan Carlson berättar att det fortfarande är en ökad smittspridning i landet. Men att trycket på sjukvården är på betydligt lägre nivå än tidigare.

De senaste dagarna har det kommit nya rapporter om ökad smittspridning på flera håll i landet.

Källa: [Folkhälsomyndigheten](https://www.folkhalsomyndigheten.se/) om Covid-19.

SVT: <https://www.svt.se/nyheter/inrikes/rekommendationerna-for-aldre-tas-bort>

Vad innebär de nya rekommendationerna för vår verksamhet?

Alla har säkert nåtts av informationen om de rekommendationer som Folkhälsomyndigheten och regeringen nu gått ut med och funderar på vad det innebär för vår verksamhet.

Rent allmänt är styrelsens inställning att det finns all anledning att vara fortsatt försiktig i enlighet med aktuella myndighetsrekommendationer både nationella och lokala. Utgångspunkten är också att alla tar ett personligt ansvar.

SeniorNet Sweden fortsätter tills vidare hålla styrelsemöten, projektgruppsmöten och nationella möten digitalt via Zoom. Det fungerar trots allt bättre och bättre och inte minst spar man tid och resekostnader. Det har också gjort att allt fler inom hela nätverket både kan ses och medverka.



Ett flertal klubbar har ställt om och håller kurser, cirklar och föreläsningar främst via Zoom eller andra digitala verktyg som Teams, Skype och Teamwiever.

Ett antal klubbar öppnar också upp för en bredare målgrupp och erbjuder sitt digitala utbud till andra intressenter i större utsträckning än tidigare.

Digitaliseringen har tagit ett jättekliv de senaste drygt sju månaderna. Bland seniorföreningar borde vi som IT-förening väl ändå ha lite gynnsammare läge för att anta utmaningen och fokusera på möjligheter. Men förutsättningarna för att hantera den stora och snabba omställningen varierar runt om i landet.

Och trots fina initiativ menar klubbar att det är en utmaning att locka medlemmar till att nyttja tillgänglig support och delta i digitala program. Det är också oftast samma personer som deltar i olika aktiviteter. Skälen kan vara många. Enligt Internetstiftelsen är ointresse, brist på kunskap och krånglig teknik vanliga hinder för användning av internet och digitala lösningar bland äldre.

Några klubbar har börjat ha fysiska möten och träffar med "coronasittning" oftast i större/alternativa lokaler och med begränsat antal deltagare. Föranmälan till dessa aktiviteter tillämpas genomgående. Flera klubbar samarbetar med studieorganisationer och bibliotek som har lokaler och resurser som möjliggör viss kursverksamhet.



Mobilpromenader är en ny och populär aktivitet som initierades av SeniorNet Kungsholmen och har fått flera efterföljare.

Nytt är också en serie via Zoom om social distansering vilken SeniorNet Södermalm ger under hösten.

[Se exempel på hur klubbarna gör; sidan uppdateras vartefter](#)

Viktiga länkar:

[Folkhälsomyndigheten](https://www.folkhalsomyndigheten.se/) och [Krisinformation.se](https://www.krisinformation.se/)
[MSB:s arbete m anl. av coronaviruset](#)
[Vårdguiden 1177](#) (se din region).

Hur ser vi på framtiden?

Det enda vi vet säkert i dessa tider, är att man egentligen inte vet vad som kommer hända. Men just därför bör vi ändå planera för vår verksamhet och göra saker som stärker vår position och ger oss möjlighet att fortsätta med våra goda gärningar lång tid framöver.

Det var budskapet när SeniorNet Swedens framtidsdokument som tagits fram av framtidsgruppen presenterades på ett videomöte den 19 oktober. Glädjande är att hela 70 personer från olika klubbar deltog vid mötet. Carl-Olof Strand höll i trådarna och presenterade också gruppens slutrapport.

Det kom fram en hel del intressanta förslag och bra synpunkter och framtidsdokumentet kommer senare under hösten skickas ut på remiss till respektive klubb och skriftliga svar behöver då lämnas till vårt kansli; kansli@seniornet.se.

Styrelsen arbetar vidare på förslaget till nya stadgar

Det framtagna förslaget till nya stadgar ska arbetas om och att det planerade extra föreningsmötet den 9 november därför ställs in. Information om detta har sänts via mejl från SeniorNet Swedens kansli till klubbarna.

– När styrelsen arbetade fram stadgeförslaget kände världen inte till det nya coronaviruset. Vid tiden för det planerade stämmodatumet hade pandemin slagit till. Men vi och många med oss hoppades att smittspridningen skulle vara över inom några månader. Vi sköt därför på stämman till september och trodde att vi skulle kunna ses fysiskt då.

Det står nu klart att vi kommer att få leva med pandemin under lång tid. Många experter förutsäger också att nya pandemier kommer att drabba världen i framtiden. Vi behöver därför hantera den här typen av situationer och komplettera stadgarna med ett digitalt perspektiv. Detta är anledningen till att styrelsen dragit tillbaka det stadgeförslag som presenterades inför årets stämma, säger ordförande Rose Marie Frebran.

Ett nytt förslag till stadgar kommer att läggas fram inför ordinarie stämma 2021.

Övergång till medlemskap per kalenderår – enklare för alla

Medlemskap i SeniorNet Sweden kommer i fortsättningen att gälla från 1 januari till 31 december det vill säga kalenderår, istället för som hittills löpande tolv månader.

Den sista betalningsavin som gäller för löpande tolv månader skickas ut 1 november 2020. På den kommande avin som går ut den 15 januari 2021 står det ett annat belopp än årsavgiften på 250 kronor, eftersom justeringar görs i förhållande till individuella periodstarter.

Ingen avi går ut för december 2020 och för medlemmar som har sin periodstart under december kommer den avgiften läggas på årsavgiften för 2021.

Ett brev har gått ut till respektive klubb som underlag för vidarebefordran/information till befintliga medlemmar. [Kalenderårsmedlemskap Information till medlemmar.](#)

För nya medlemmar under hösten 2020 gäller att ingen avgift tas ut från 2 november till året slut och att medlemskapet innefattar hela 2021.

För nya medlemmar som ansluter under 2021 tas ingen avgift ut från 1 september månad till årets slut och medlemskapet innefattar hela 2022.

[Övergång till kalenderårsmedlemskap – klubbinfo.](#)

Forum med fokus på IT-frågor

Förberedelser pågår för att starta upp ett Forum igen på SeniorNet Swedens webbplats, denna gång med fokus på IT-frågor och digitalisering. Avsikten är att medlemmar ska kunna ha ett utbyte och hjälpa varandra med IT-frågor.

Det innebär att Forum tills vidare inte kommer bemannas med expertis men förhoppningen är att med den samlade kunskap som finns runt om i landet ska medlemmar kunna få goda råd och hjälp med olika IT-relaterade problem. Särskilt viktigt i dessa tider.

Det kommer finnas en tekniskt ansvarig person från SeniorNet Swedens styrelse och avsikten är att minst tre moderatörer ska utses.

Det finns framtagna riktlinjer för närvaron på Forum: [Länk till riktlinjer för Forum](#), beslutades av styrelsen i oktober 2019.

Några ord även om den befintliga chatten som är friare i sin form vad gäller områden. Men det behöver påpekas att etikettsreglerna givetvis gäller även för denna kanal. En god ton och positiv approach är en given förutsättning. Inläggen ligger kvar i 12 timmar.

Efterlysning: Moderatörer till IT Forum, med uppdrag att följa det som skrivs och se till att riktlinjerna efterlevs. Hör gärna av dig till kansliet kansli@seniornet.se om du vill och kan medverka till att vårt forum blir en populär mötesplats för alla medlemmar.

Styrelsemöten

SeniorNet Swedens senaste styrelsemöte var den 26 oktober. Protokollet läggs ut på webbplatsen så snart det är justerat via mejl. Kommande styrelsemöte är den 23 november.

Rose-Marie Frebran
Ordförande
SeniorNet Sweden

Har du frågor så kontakta oss gärna via: kansli@seniornet.se

Detta mejl skickas till styrelseledamöter, klubbadministratörer och webbansvariga samt revisorer och valberedning. Sprid gärna informationen vidare!