

# På en rullande sten växer ingen mossa





*"Det bästa med PCF är att där finns många aktiviteter och att man gör mycket tillsammans"*

## Pensionstagarnas Centralförbund

### För nytta och nöje

*"Jag värdesätter PCF som pensionstagarnas egen intresseorganisation och för att den försvarar pensionstagare"*

Verksamheten inom PCF och medlemsföreningarna uppdelas i två kategorier. Dels i aktiviteter såsom olika spel, tävlingar och reseverksamhet, något som utgör centrala delar i samvaron och trivseln. PCF:s andra uppgift är att fungera som pensionstagarnas egen intresseorganisation, med målet att uppnå social och ekonomisk rättvisa även för pensionstagarna.

PCF har över 80 000 medlemmar som deltar aktivt i verksamheten och i olika fritidsaktiviteter. Till förbundet hör ca 350 medlemsföreningar i olika delar av Finland. På de större orterna verkar flera föreningar som samarbetar med varandra. Till förbundet hör även svenskpråkiga föreningar i Jakobstad, Vasa, Närpes, Ekenäs, Karis, Helsingfors, Borgå och Lovisa. Du kan alltså delta i verksamheten på ditt eget modersmål.



## Motion, kultur, resor, trevligt sällskap

Var och en förening har sin egen stil. Medlemmarna utformar föreningens verksamhet utifrån sina egna intressen. I en del föreningar koncentrerar man sig på spel, tävlingar och andra fritidsintressen medan man i andra gör teaterresor, åker på spa eller reser t.ex. till Rom. En del av föreningens möten används också till diskussioner om samhällsfrågor, såväl globalt som inom den egna kommunen.





Tillsammans i Levi



Boccia i Pärnu, Estland



Vattengymnastik



Bli rörlig och vig på motionskurs



Det är schackmatt.

Nästa gång spelar vi damm, eller hur?

Hur skulle det vara med backgammon?



Varierande  
medlemsförmåner

Resor tillsammans

Bli medlem det kostar  
inte mycket

Resor till förmånspris



## Dra nytta av PCF:s medlemsförmåner och rabatter

Som medlem kan du njuta av många olika medlemsförmåner och rabatter.

- Eläkkeensaaja-tidningen med en svensk sida/uppslag
- Nedsatt helpensionspris på semestercentret Rajaniemi
- Förmånliga kurser, svenska seminarier
- Rabatt på inhemska HI-hostel och ett internationellt hostelkort till rabatterat pris
- Tävlingar och olika evenemang

På PCF:s hemsida, [www.elakkeensaajat.fi](http://www.elakkeensaajat.fi) hittar du varierande och aktuella förmåner.

Rajaniemi,  
PCF:s eget  
semester-  
center i  
Virveis

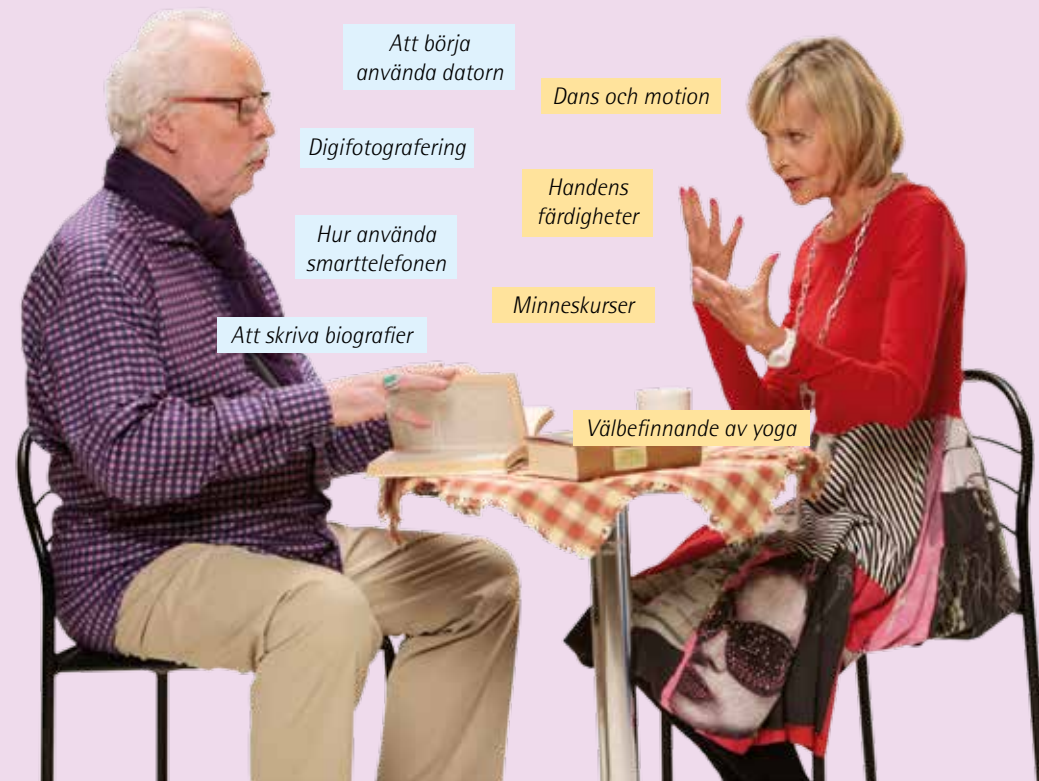


På höstresa

## Råd och hjälp

Någon gång i ditt liv kan du råka ut för en situation där lite hjälp och råd kan vara till nytta. PCF har, som pensionstagarnas egen intresseorganisation, satt sig in i pensionstagarnas olika ärenden och livssituationer. Kontakta PCF om du ställs inför svåra frågor angående myndigheter och tjänstemän. Du får goda råd och tips. Det lönar sig alltid att fråga.

**PCF anordnar olika kurser som ger dig både nyttig kunskap och nya bekantskaper. På svenska distriktets seminarier kan du få värdefull information om aktuella social- och pensionspolitiska frågor.**



## Intressebevakningen är viktig även under pensionstiden

Pensionen är den viktigaste utkomstkällan för allt flere finländare. För tillfället finns det i landet över en miljon människor som fyllt 65 år; om tio år är vi uppskattningsvis ca 1,3 miljoner, eller 23 % av befolkningen. Därför är det allt viktigare att pensionstagarna har en egen intresseorganisation som bevakar deras intressen i samhället.

Pensionstagarna utgör den överlägset största socioekonomiska gruppen med utkomstsvårigheter. Enligt OECD:s jämförelser är 28 % av ensamboende finländska pensionstagare fattiga, mest i hela Väst-Europa!

Det behövs en stark intresseorganisation för att garantera pensionstagarnas sociala och ekonomiska rättigheter. Ju flera medlemmar vi har, desto bättre får vi vår röst hörd. Kom med och påverka, bli medlem i PCF.



*Löntagarna har fackförbund som sitt stöd*

*Jordbrukarna har sina organisationer*

*Arbetsgivarna har sina egna intresseorganisationer*

*Även pensionstagarna bör ha en egen organisation, som är på vår sida*

## Bättre pensionsdagar

PCF strävar till att på olika sätt skapa en smidigare vardag för pensionstagarna. Förbundet driver bl.a. frågor som gäller en rättvis beskattning, en sänkning av hälsovårdavgifterna för långtidssjuka, tryggheten av närservicen och av att bankernas serviceavgifter skall vara överkomliga.

Allt oftare utgår samhället ifrån att de äldre skall bo hemma så länge som möjligt, men samtidigt stiger boendekostnaderna. Inkomstgränserna för bostadsstödet för hemmaboende äldre måste höjas, likaså bostadsstödet, samtidigt som självriskan för bostadsstödet bör sänkas.

**PCF – pensionstagarnas egen intressebevakare!**

## Kom med, oberoende av ålder

Pensionstagarnas Centralförbund har redan över 80 000 medlemmar. Ju flera vi är desto mera lyhörd måste riksdag och regering vara. Genom att agera aktivt ökar våra möjligheter att påverka lagstiftningen som gäller pensionstagarna. Därför är det viktigt att så många som möjligt kommer med.



Det finns redan nu över  
**80 000**

medlemmar inom PCF.  
Kom också du med.





## De grå pantrarna väcker beundran!

- Nya vänner, fritidintressen, sällskap och samvaro
- Spel, tävlingar, idrott, kultur, semestervistelser och resor
- Rådgivning, tips, förmåner och rabatter
- PCF är nära, vi har ca 350 medlemsföreningar runt om i Finland
- Du kan ansluta dig till vilken förening som helst
- Kom med tillsammans med din vän eller ensam
- Bekanta dig med föreningarna, du finner säkert den som passar dig bäst. En del sysslar med olika hobbyverksamhet medan andra fokuserar på samhällsfrågor och aktiv påverkan
- Dagens arbetstagare är morgondagens pensionstagare. Du kan ansluta dig som medlem trots att du fortfarande är i arbetslivet
- PCF är en intresseorganisation för alla pensionstagare, oberoende av ålder
- Anslut dig genast [www.harmaatpantterit.fi](http://www.harmaatpantterit.fi)

Tilläggsinformation

[www.elakkeensaajat.fi](http://www.elakkeensaajat.fi), [www.svenskadistriktet.elakkeensaajat.fi](http://www.svenskadistriktet.elakkeensaajat.fi)

## Ja tack, jag vill bli medlem

Namn

---

Adress

---

---

Tel

---

E-post

---



**Pensionstagarnas  
Centralförbund PCF rf**

Lokalföreningens uppgifter

---

---

---

Ring mig så kommer du enkelt med

---

---

Mera information om föreningens verksamhet får du via föreningens hemsida

---

---



**Pensionstagarnas  
Centralförbund PCF rf**



**PCF:s svenska distrikt rf**

Ordförande Marianne Laxén, Tel. 045- 6534 477, E-post: [mannelx@hotmail.com](mailto:mannelx@hotmail.com)  
[www.svenskadiistriktet.elakkeensaajat.fi](http://www.svenskadiistriktet.elakkeensaajat.fi)

**Pensionstagarnas Centralförbund PCF rf**

Aspnäsgatan 14, 2. vån, 00530 Helsingfors  
PB 168, 00531 Helsingfors • Tel. (09) 6126 840 • E-post: [ekl@elakkeensaajat.fi](mailto:ekl@elakkeensaajat.fi)  
[www.harmaatpantterit.fi](http://www.harmaatpantterit.fi), [www.elakkeensaajat.fi](http://www.elakkeensaajat.fi)



**Pensionstagarnas  
Centralförbund PCF rf**

