



Verksamhetsledarens hälsning

Kära medlem

Det är med blandade känslor jag ser på den finländska politiken som förts under slutet av sommaren.

Vårt parti, SFP, har en svår position i förhandlingarna om strängare krav för medborgarskap och kraftiga nedskärningar i STEA-bidragen till social- och hälsoorganisationer. Framtiden är osäker för många organisationer som arbetar med bland annat psykisk hälsa, integration och sexuella minoriteter. Och vem har inte tappat räkningen på alla de rasismsskandaler som Sannfinländarna har orsakat?

Samtidigt måste vi se ljus på framtiden. En ny riksdag väljs i april 2027, och med våra röster kan vi påverka hur regeringen ser ut om mindre än ett år.

På partidagen 2026 godkände SFP en lång rad motioner med feministiska målsättningar. Partiet vill bland annat arbeta för att femicid ska synliggöras i lagstiftningen, för bättre tillgång till bäckenbottenfysioterapi och vård av förlossningsskador, för tryggade resurser för SRHR inom utrikespolitiken och för större flexibilitet inom fertilitetsvården.

Vi som lokalavdelning inom Svenska kvinnoförbundet behövs. Vår uppgift att lyfta fram konsekvenserna av sannfinländsk politik är viktigare än någonsin. Vi mås-

te också fortsätta synliggöra kvinnliga politiker inom SFP. Det finns en risk att ingen eller bara en av SFP riksdagsledamöter efter valet 2027 är kvinna. Är det verkligen en slump att så få kvinnor når hela vägen till riksdagen inom SFP? Vad behöver vi göra annorlunda för att fler kvinnor ska få möjlighet att ta plats och leda vårt parti?

Strukturer, vanor och vilka politiska frågor som ges synlighet spelar roll, samtidigt som det är svårt att peka ut en enda tydlig orsak.

Vi vill vara en lokalavdelning där det finns utrymme för både politik, gemenskap, diskussion och nya idéer.

Fredrika Biström 1.9.2026

**Söndag 18 april 2027
Valdagen vid riksdagsvalet 2027**

**7–13 april 2027
Förhandsröstning i Finland**

**7–10 april 2027
Förhandsröstning utomlands**

SÖRNÄS FEMINISTISKA AW:

Att våga säga, att våga lyssna

Hur bidrar vi till mer trygga rum även i utmanande diskussioner i arbets- och föreningsliv?

 SVENSKA KVINNOFÖRBUNDET I SÖRNÄS

 Kvällens expert är **Malin Gustavsson** från Ekvälita.

Onsdag 9.9 kl. 18-20 på G27

ONSDAG 9 SEPTEMBER KL. 18-20

Sörnäs Feministiska AW: Att våga säga, att våga lyssna

Plats: G27, Georgsgatan 27, våning 6

Hur kan du bli tryggare i delta i utmanande diskussioner men också bättre på lyssna på andra?

Välkommen på after work onsdag 9.9 kl. 18-20 om tryggare rum -principer och vad göra när en diskussion blir svår. Kvällens expert **Malin Gustavsson** från Ekvälita ger dig verktyg att ta med dig till både arbetsplatser och föreningslivet.

På våra afterworks bjuder vi på rött eller vitt, ost, frukt och kex. Det finns glutenfria snacks.

Alla som anmäler sig på förhand är välkomna med. När du anmäler dig kan du färdigt lämna in en fråga anonymt som du önskar svaret på under kvällen.

Obligatorisk förhandsanmälan:

www.lyyti.fi/reg/attVaga

ONSDAG 16.9 KL. 16-18

Möt din eller din klients förlossningsrädsla: Visualisering och praktiska verktyg inför födseln

Plats: G27, Georgsgatan 27, våning 6, Helsingfors. Hiss finns. Tillgänglig ingång via Mercatorgränden.

Välkommen till en praktisk workshop för dig som ska föda eller arbetar med kvinnor och födande på något sätt.

Vi utforskar hur visualisering, andning och kroppskännedom kan bidra till trygghet, närvaro och avslappning under födandet. Fokus ligger på att få med sig konkreta verktyg som kan användas både inför och under födseln.

Verkstaden leds av **Marina Salonen** VoiceWell-praktiker och utbildad massör. Platsen är mötesrummet på G27, Georgsgatan 27, våning 6. Åk upp med nyare hissen från Luckan i Helsingfors.

Under workshopen provar vi bland annat andningsövningar, kontakt med kroppen och känslan av tyngd, tekniker för att möta smärta, avslappning i käkar och ansikte samt hur rösten kan användas som ett stöd genom värkarbetet. Genom att visualisera, forma positiva inre bilder av processen samt lära sig att hålla fokus på det du gör i stunden, istället för på smärtan, blir det lättare att behålla lugnet, vilket gör att du kan möta förlossningen med en känsla av att vara både redo och trygg.

Inga förkunskaper behövs, vi lär genom att prova, känna och uppleva. Är du gravid får du användbara verktyg i bagaget. Är du stödperson för någon som är gravid, eller möter gravida i ditt arbete, ger verkstaden dig trygghet och säkerhet i din roll.

Verkstaden är kostnadsfri och öppen för medlemmar i Svenska Kvinnoförbundet i Sörnäs. Är du inte medlem, men vill delta? Skriv in dig på plats eller på förhand via webben. Vi bjuder på mackor och smoothies.

Obligatorisk förhandsanmälan:

www.lyyti.fi/reg/visualisering

Mellan kropp och tanke

– en kväll om förlossningsrädsla och livet med barn

På scen Asabea Britton,
Anna Högström och
Johanna Holmäng

SVENSKA
KVINNO-
FÖRBUNDET
I SÖRNÄS



Tid: Torsdag 1.10 kl. 17.30–19.30

Plats: G27, Georgsgatan 27, Helsingfors, våning 6

TORSDAG 1 OKTOBER KL. 17.30-19.30

Mellan kropp och tanke – en kväll om förlossningsrädsla och livet med barn

Plats: G27, Georgsgatan 27, våning 6, Helsingfors.
Hiss finns. Tillgänglig ingång via Mercatorgränden.

Välkommen på lanseringen torsdag av Svenska Kvinnoförbundet i Sörnäs infobroschyr om förlossningsrädsla.

Under kvällen berättar psykolog **Anna Högström** om vad förlossningsrädsla är och vad den som drabbas kan göra för att få hjälp.

Som huvudtalare medverkar barnmorskan **Asabea Britton**, känd i Sverige för sitt arbete med att stärka kvinnor i att föda utan rädsla, se barnet och leva ett balanserat liv med barn. Kvällen leds av Johanna Holmäng, barnmorska.

Alla deltagare får ett exemplar av den nya broschyren Trygg inför förlossningen. En guide till dig som känner oro eller rädsla, skriven av **Anna Högström**.

Vi bjuder på något smått att äta och dricka. Kvällen är öppen för alla, men antalet platser är begränsat och därför krävs förhandsanmälan.

www.lyyti.in/kroppochtanke





LÖRDAG 3 OKTOBER KL. 9.30-18.00

Höstutflykt 2026: Sjukhus då och nu

Plats: Bussen startar utanför Kiasma

Välkommen med på en utflykt som ger dig inblick i två historiska sjukhusmiljöer!

Under dagen besöker vi Pemar Sanatorium och Västra Nylands sjukhusmuseum. Deltagande kostar 25 euro och betalas på den faktura du får i samband med anmälan. Utflykten är öppen för medlemmar i Svenska Kvinnoförbundet i Sörnäs och Kvinnliga Akademiker i Helsingfors (KAH).

Programmet i sin helhet stod att läsa i förra medlemsbrevet.

www.lyyti.in/pemar1003



ONSDAG 7 OKTOBER KL. 8.30-9.30

Sörnäs Svettas: Barre

Plats: G27, Georgsgatan 27, våning 6

Barre är en träningsform som kombinerar element från balett, yoga och styrketräning.

Fokus ligger på små, kontrollerade rörelser som stärker musklerna, förbättrar hållningen och ökar kroppskontrollen. Passet leds av yogalärare **Teresa Paulig**.

Ta med egen yogamatta och vattenflaska om du har, men det går bra utan! Platsen är "G27" på Georgsgatan 27, våning 6. Åk upp med nyare hissen från Luckan.

www.lyyti.in/barre

Svenska Kvinnoförbundet i Sörnäs

fredrika@kvinnoforbundet.fi

050 538 1594

sornas.kvinnoforbundet.fi



Svenska Kvinnoförbundet i Sörnäs

[@kvinnoforbundetisornas](https://www.facebook.com/kvinnoforbundetisornas)



[@kvinnis_sornas](https://www.instagram.com/kvinnis_sornas)