

## Verksamhetsberättelse 2017 för SPF Seniorerna Falun

Årsmöte hölls den 8 februari 2017 i Nybrokyrkan. Förhandlingarna leddes av Bo Wickberg. 130 medlemmar deltog.

Styrelsens sammansättning framgår av förteckning nedan. Styrelsen har under året haft 12 sammanträden, protokollen redovisar 187 paragrafer.

Styrelsen har hållit två välkomstmöten med nya medlemmar samt två möten med kommittéernas verksamhetsansvariga. Härutöver har någon eller några medlemmar ur styrelsen regelbundet deltagit i kommittéernas sammanträden.

Antalet medlemmar har under året ökat till 2368, en ökning med 4,6%. Medlemsavgiften har under året varit 250 kr, varav till förbundet 130 kr, distriktet 20 kr och vår förening 100 kr.

Samtliga kommittéer har lämnat egna rapporter om sina aktiviteter. Den nybildade trygghetsboendegruppen har haft möten med politiker, byggföretag och exploatörer för att initiera byggande av trygghetsbostäder. Vår förening har medverkat vid 60+-mässan på Lugnet.

Samtal har under hösten förts med Falu kommun och PRO Falun om att omvandla (delar av) "Studenternas hus" vid Trozgatatan till ett "Seniorernas hus". Där skulle kunna inrymmas expeditionslokaler för föreningarna och ges möjlighet till medlemsmöten i Wallmanssalen. Samtalen fortsätter.

Förbundet införde 1 december 2016 en ny webbplatsform och ett nytt medlemsregister. Införandet har varit förenat med avsevärda problem.

Mål upptagna i verksamhetsplan för 2017:

|   |  |
|---|--|
| Vår förening ska under året ensam eller i samverkan med andra pensionärsföreningar gentemot kommunen driva minst en fråga av vikt för våra medlemmar. | Byggande av äldreboenden.  |
| Minst två nya aktiviteter för våra medlemmar ska initieras under året.  | Eftermiddagsteater, dansafton tillsammans med Dansklubben Berguvarna, filmklubben, skridskoåkning, volleyboll. |
| Antal medlemmar som av annat skäl än dödsfall eller avflyttning från orten lämnar föreningen ska minska till högst 50 medlemmar/år.                   | 67 medlemmar har lämnat oss av annat skäl än dödsfall eller avflyttning från orten.                            |
| Andelen funktionärer som tycker att det är stimulerande att verka inom föreningen och därför är villiga att ställa upp för omval ska vara minst 80%.  | 89% ställer upp för omval.   |
| I varje nummer av MedlemsNytt ska finnas en redovisning från Patientråden och Kommunala pensionärsrådet.  | Har genomförts.  |
| Minst 9 möten och minst 6 studiebesök arrangerade av Programkommittén, gärna i samverkan med annan kommitté.  | 9 medlemsmöten, 5 kvälls-träffar, 5 eftermiddagsträffar, 2 dagar mäsasamt 11 lästipsträffar har genomförts.    |
| Minst 15 resor arrangerade av Resekommittén.  | 22 resor har arrangerats.  |
| Minst 5 st aktivitetstyper under sommarmånaderna.   | Sommarlunch på Dössberget, Kräftfest, Lästipsträffar, Gelogiexkursioner, Trädgårdar i Dalarna samt resor.      |

|  |   |
|--|---|
| Minst 50 erbjudna kurser och studieverksamheter under verksamhetsåret. | 92 kurser och studiecirkelar har erbjudits medlemmarna. |
|--|---|

Till alla de medlemmar i föreningen som ställt upp under året i olika funktioner riktar jag föreningens varma tack för alla insatser. Föreningen bärs upp av ideella insatser som våra medlemmar bidrar med. Fler är välkomna att arbeta aktivt i föreningen.

*Herbert Carlén*  
Ordförande

*Gunilla Barkar*

*Birgitta Wallman*

*Gun Eriksson*

*Bertil Eek*

*Holger Freij*

*Bo Bävertoft*

Styrelse: Herbert Carlén ordförande, Bertil Eek vice ordförande, Holger Freij kassör, Bo Bävertoft sekreterare, Gun Eriksson, Birgitta Wallman och Gunilla Barkar.

Revisorer, ordinarie: Sören Thunström och Helena Norberg. Ersättare: Håkan Hedell.

Ombud vid distriktets stämma: Bo Bävertoft, Gun Eriksson, Holger Freij, Margareta Dunkars, Karin Malmgren, Torsten Gudmunds, Kersti Jungsbo och Pia Ekström.

Ombud vid Vuxenskolans årsmöte: Pia Ekström.

Valberedning: Ann-Britt Åsebol sammankallande samt Birgitta Klahr och Inger Ledin (del av året).

## Verksamhetsberättelse 2017 för Expeditionskommittén

Expeditionskommittén har under året bestått av Eva Wind, Kersti Jungsbo, Lisbeth Lundin, Lisbeth Thunström, Liselotte Sandberg, Karin Malmström och Torsten Gudmunds. Representant från styrelsen är Birgitta Wallman.

Expeditionen har öppet tisdagar, torsdagar och fredagar 10.00-12.00. Sommartid endast öppen på tisdagar 10.00-12.00. Även stängt några veckor vid jul och nyår. Vi tar emot samtal och besök. Vid resesläpp är vi alltid två som arbetar för att kunna ta emot samtal och besökande. Webanmälningarna fungerar väldigt bra. Färre som ringer och kommer till expeditionen nu. Vi ser även till att det finns frimärken, papper, kuvert m.m. hemma. Vi har haft fyra planeringsmöten under året samt ätit en lunch.

För expeditionskommittén  
*Eva Wind*, sammankallande

## Verksamhetsberättelse 2017 för Falu SPF-kör

SPF-körens ledningsgrupp har bestått av Mats Bergman, Margareta Dunkars, Marie Karlman, Ingrid Liliendahl och Bengt Nyberg. Stämfiskaler har varit Gun Aastad, Gunnel Björn, Tore Jämtén och Torsten Stenberg. Carl Magnus Hallbäck och Ingrid Liliendahl har tjänstgjort som notbibliotekarie. Krönikör har varit Gun Aastad som dokumenterat körens verksamhet i text och bilder. Anna-Greta Andersson och Ulla Wåger har utgjort valberedning.

Kören har övat i Nybrokyrkan på tisdagseftermiddagar vid 30 tillfällen under året. Antalet sångare var vid årets slut 57; 23 sopraner, 19 altar, 6 tenorer och 9 basar. Ledare och dirigent är Margareta Åberg.

Kören har medverkat med sång vid följande tillfällen:

|                                      |  |
|--------------------------------------|--|
| 8 februari SPF Seniorernas årsmöte   | 11 maj Daljunkaregården                |
| 26 mars Högmässa Kristine kyrka      | 15 oktober Högmässa i Kristine kyrka   |
| 9 april Körslag Boda Missionshus     | 8 november SPF Seniorernas medlemsmöte |
| 12 april SPF Seniorernas medlemsmöte | 7 december Daljunkaregården            |
| 26 april Lustigknopp                 | 8 december Lustigknopp                 |

Förutom de sedvanliga besöken vid vård-och omsorgsboenden har kören medverkat i "Körslaget" i Boda Missionshus då ett antal körer tävlade mot varandra. Kören har också i år haft förmånen att få sjunga vid högmässan i Kristine kyrka vid två tillfällen.

Vårterminen inleddes med tårtkalas. Det fick ersätta julfesten som hade måst ställas in på grund av medverkan i adventsgudstjänst. En bussresa till Rättvik med besök i Rättviks kyrka, Stiftsgården och Naturbruksgymnasiet avslutade vårterminen.

På förslag av Marianne Wiking och genom Gunnel Björns försorg har alla körmedlemmar fått enhetliga namnskyltar.

Till SPF Seniorerna Falun har budgetäskande om 48 000 kr lämnats liksom verksamhetsplan och verksamhetsberättelse.

*Margareta Dunkars*

## Verksamhetsberättelse 2017 för Friskvårdskommittén

Friskvårdskommittén har under året haft följande sammansättning: Monica Hillner, Mats Hiertner, Bertil Eek, Per Börjesson och Hans Thors. Kommittén har under året haft fyra sammanträden.

Friskvårdskommitténs verksamhet har under året omfattat boules, bowling, golf, skogsvandringar, rygg- och vattengymnastik, längdskidåkning, stavgång, skridskoåkning och en period med MotioneraMera – lotteriet.

Boulegruppen är en mycket aktiv sektion både sommar och vinter. Under året har ett stort och ökande antal medlemmar deltagit i sammankomsterna. Antalet har vid flera tillfällen varit över fyrtio deltagare, som mest 47 stycken. Det genomsnittliga antalet har varit ca 38 deltagare. Grusplanen i närheten av korsningen Kopparvägen-Vallavägen är platsen för utomhusspelet. Inomhusspelet bedrivs liksom tidigare i Falu Bouleklubbs förstklassiga inomhusarena på Vallavägen i Norslund.

Boulegruppen har med blandad framgång deltagit i olika tävlingar. I "klotligan" med många deltagande lag från länets PRO-och SPF-föreningar spelas final både höst och vår. I vårfinalen där fyra av de tjugofyra finallagen kom från vår förening blev det en tredje resp fjärde plats för två av lagen. I höstfinalen med sammanlagt 24 deltagande lag blev placeringen andra resp tredje plats för två av våra tre kvalificerade lag.

Ansvariga för bowlinggruppen är Gunnel Odén och Hans Engström. Varje vecka under våren har 24-26 deltagare samlats i bowlinghallen för spel och trevlig gemenskap. Under hösten har ytterligare en bowlinghall öppnats. Den heter Falu Bowling och krog. Våra medlemmar spelar nu i båda hallarna. Det har inneburit en ordentlig ökning av antalet "bowlare". De som deltar har upptäckt att bowling är en nyttig motionsform med god social gemenskap. I SPF-mästerskapen på riksplanet har våra bowlare som vanligt haft fina framgångar. Carl-Göran Bergström erövrade en silvermedalj i sin klass.

Stavgång är en motionsform som kan utövas individuellt eller i grupp. En liten men naggande god grupp träffas varje vecka för stavgång. Promenaderna sker i världsarvsområdet runt Kålgården.

Längdskidåkning finns numera i friskvårdskommitténs program. Ledare för skidgruppen är Mats Hiertner. Elva skidutflykter har genomförts under vintern. Det var tidvis dåligt med snö, men genom att utnyttja Bergebo och Vintjärn blev det skidåkning varje onsdag fram till början på mars. Skidgruppen har också deltagit i 2017 års "Stafettvasa". Laget SPF Seniorerna Falun genomförde Stafettvasan på tiden 7 tim 7 min. I laget åkte Bo Marklund, Mats Hiertner, Ola Hedlund, Gerd Andersson och som slutman Leif Eriksson.

Under november gjordes fyra långvandringar, med rekorddeltagande. Det var runt 30 personer vid varje tillfälle, bortsett från sista extremvandringen där 15 personer deltog. Vi besökte Sörskog, Grejsans fäbod, Nysjöns fäbod och avslutade med Solbodarnas fäbod. Två av vandringarna blev längre än 10 km och över 4 timmar.

För tolfte året i följd har golfkurser genomförts under ledning av duktige instruktören Jonas Osterman från Samuelsdals golfklubb. Fortsättningskurserna samlade i år 35 deltagare. Nybörjarkursen hade 5 deltagare, som genomförde kursen väl och klarade sina prov.

Efter genomförda kurser har deltagarna tillsammans med andra golfspelare SPF medlemmar samlats varje onsdag från början av maj till september för s.k. scramblespel. Intresset har varit stort. Många deltagare har samlats varje gång till spel och social gemenskap, som mest 62 st. Sammanlagt har 111 olika individer deltagit i tävlingarna och totalt har 860 starter gjorts. Varje startande har vid varje runda promenerat ca 3km vilket ger en sammanlagd sträcka på 2580 km. Daniels Sven Olsson har både spelat och administrerat spelet på ett utmärkt sätt. Han har även fått in reportage från onsdagsgolfen i tidningarna DT, DD och Annonsbladet vid 18 olika tillfällen. Radio Dalarna har också sänt referat i radion vid ett tillfälle.

Årets klubbmästerskap i golf, det tolfte i SPF seniorernas historia, spelades i år på Samuelsdals golfbana fredagen den 16 juni. Tävlingen lockade i år sammanlagt 51 deltagare. 2017 års klubbmästare är följande: Damer klass A: Phia Wirf, klass B: Birgitta Gustafsson, Herrar klass A: Knut Heijjensköld, klass B: Thomas Kierkegaard.

SPF-Riksgolfen som är en två-dagarstävling spelades i år på två banor i Värmland, Karlstad och Hammarö. Två deltagare representerade vår förening med gott resultat.

Motionslotteriet har under året pågått i en period. I lotteriet samlar deltagarna poäng. Varje poäng motsvarar en utförd aktivitet. I lotteriet deltog sammanlagt 116 deltagare vilket är en liten ökning jämfört med föregående år. De deltagare som lämnat in sina motionskort har varit flitiga i sitt motionerande. Om man räknar om alla aktiviteter i avstånd motsvarar det ett och ett halvt varv runt jorden. 40 vinnare lottades fram bland de inlämnade korten.

De populära skogsvandringarna har fortsatt för femtonde året i rad. Elva vandringar har genomförts. Vandringarna har företagits både i redan välbekanta områden i Falutrakten och i nya, som t ex det nya naturreservatet Sanders gammelskog och Kapellberget i Aspeboda. Även Borlänge och Torsång har besökts. Sträckorna har varierat mellan 3 och 6 km, från lättgångna till lite mer ansträngande vägar och stigar. I största möjliga utsträckning har samåkning tillämpats till de olika startplatserna. I genomsnitt har 20 personer deltagit i vandringarna. Årets rekordsiffra var 37 deltagare (den traditionella vårvandringen runt Kyrkbytjärn i Vika). Tidigare har ungefär två tredjedelar av deltagarna varit kvinnor men nu är fördelningen män/kvinnor något jämnare. Vandringarna har planerats och letts av sex vandringsledare. Ett par av vandringsledarna har tyvärr aviserat sin avgång, varför på sikt ersättare behöver rekryteras. Verksamheten fortsätter under 2018 med start den 26 april. Skogsvandringsprogrammet publiceras i MedlemsNytt och på webbplatsen.

Populära aktiviteter är vattengymnastik, senior lättgympa och mjukgympa. Vattengymnastiken är numera flyttad till Neptunbadet på Tallbacken inom lasarettområdet. Under våren var fem grupper i gång. Då intresset är stort har antalet grupper ökat till sex under hösten. Vi har haft lyckan att få två nya ledare tillsammans med Lena Grönberg, nämligen Catharina Hjortzberg-Nordlund, som är medlem i föreningen och Josefine Svens, som är elev i gymnasieskolan. Det är mycket glädjande att alla tre fortsätter som ledare under våren kommande år. Till hösten 2018 behövs nyrekrytering av ledare för att fylla det behov som finns. Vi hoppas att någon SPF-medlem kan vara intresserad. Utbildning erbjuds.

Senior lättgympa tidigare kallad ryggymnastik har samlat 25 deltagare. Den ger mycket nyttig träning för hållningsmusklerna. Ledare är Lena Grönberg. Lena Grönberg leder också en grupp "Mjukgympa" som genomförs i ett lugnare tempo än Senior lättgympa. I mjukgympan utförs inga övningar liggande på golvet. Gruppen har blivit populär och har 30 deltagare.

Pensionärsskridsko på Lugnet är en ny aktivitet som startades i november under ledning av Daniels Sven Olsson. Varje onsdag vid sex tillfällen från 15 nov-20 dec har sammanlagt 86 deltagare övat teknik, balans, styrka och kondition. De har gjort stora framsteg och åker nu mjukt och fint med långa drivande skär enligt vår ledare. Pensionärsskridskon fortsätter varje onsdag under 2018 tills vidare på Lugnets skridskobana och senare på sjön Runn.

Friskvårdskommittén tackar till sist för visat motionsintresse under det gångna året och önskar alla God fortsättning på nya motionsåret.

För Friskvårdskommittén  
*Hans Thors*, sammankallande

## Verksamhetsberättelse 2017 för Informationskommittén

Kommittén ombesörjer föreningens externa och interna kommunikation. Den externa innebär att förse omvärlden med referat och annan information om föreningens verksamhet. Den interna består av information om planerade respektive genomförda aktiviteter i medlemsbladet MedlemsNytt, på föreningens webbplats och Facebook-sida, samt genom de gruppmejl som skickas ut till medlemmarna.

Kommittén har bestått av Maria Bjerneby Häll (verksamhetsansvarig), Karin Bökman, Sven-Erik Ejeborg, Gustaf Lagerby, Margareta Nissby (redigering/layout), Bo Bävertoft och Per Börjesson (webbansvariga) samt Kersti Jungsbo (gruppmejlansvarig). Posten som annonsansvarig tillsattes under senare delen av året med Barbro Carnehag. Den hade varit vakant sedan årsmötet 2015 och nödortfört upprätthållits av Margareta Nissby. I slutet av året engagerades också Margreth Lindgren, som efterträder Kersti Jungsbo som gruppmejlansvarig.

Kommittén har under året sammanträtt åtta gånger.

För distribution av MedlemsNytt har under året utsetts nya medarbetare till Inga-Lill Holm (distributionsansvarig): Mats-Gunnar Lönn (ny distributionsansvarig) samt Anna Boklund och Eva Forss.

Fyra nummer av MedlemsNytt har utgivits. Omfånget har varit 44 sidor för sommarnumret och 48 sidor för övriga nummer, varav vårnumret inkluderat en firsidig inlägga (motionskortet). Sidantalet har tenderat att öka, beroende på att föreningens verksamhet utökas och därmed önskemålen om mera plats för att presentera utbudet. För att inte överskrida en portogräns är det önskvärt att sidantalet inte överstiger 48.

Upplagan har varit 2100 ex. av vårnumret (vilket visade sig vara i minsta laget), 2400 ex. av sommarnumret, 2600 ex. av höstnumret (då extra många ex. behövdes för vårt deltagande i Seniorsmässan) samt 2300 ex. av vinternumret. Innehållet har bestått av fakta om föreningen och dess organisation och funktionärer, information om kommande möten och andra aktiviteter som erbjuds medlemmarna samt reportage från föreningens olika verksamheter, intervjuer, presentationer, notiser. Innehållet samordnas med föreningens webbplats. Samma information publiceras i båda kanalerna, ofta utförligare på webbplatsen.

Annonsintäkterna minskade något under året, främst beroende på att posten som annonsansvarig varit vakant. Antalet annonsidor i de fyra numren av MedlemsNytt har under år 2017 varit 10 att jämföra med 14 under år 2016.

Relativt många notiser och reportage om föreningens verksamhet har blivit införda i Falu-Kuriren, Dala-Demokraten, Annonsbladet, och på Seniorsens webbplats under "Landet runt".

Gruppmejl med aktuella meddelanden till medlemmar med e-postadress har minskat från ca 70 föregående år till drygt 50 år 2017. Antalet e-postadresser i medlemsregistret har ökat från ca 1500 till ca 1700. Genom gruppmejl nås fler än 1700 medlemmar eftersom många sammanboende medlemmar har gemensam e-postadress. Utskick av gruppmejl har skett via en e-postfunktion i medlemsregistret som inte medfört någon kostnad för föreningen. På grund av problem med det nya medlemsregistret har tjänsten köpts in från Föreningssupport under större delen av året.

Föreningens webbplats har regelbundet uppdaterats med information om kommande aktiviteter och referat från genomförda sådana. I övrigt återfinns på webbplatsen motsvarande fasta information om föreningen som i MedlemsNytt. Den 1 december 2016 tog förbundet en ny webbplattform i drift för förbundet, distrikt och föreningar. Övergången har varit behäftad med en hel del barnsjukdomar.

På föreningens sida på Facebook har information om kommande aktiviteter publicerats liksom notiser om genomförda aktiviteter med länk till referat på vår webbplats. Vid ett antal tillfällen har även notiser från förbundets Facebook-sida delats på vår sida.

Distribution av MedlemsNytt: Inom föreningen finns nu 47 brevdveområden, sedan några områden har delats, som har betjänats av 59 brevdvor under året. Några duvor samt fyra andra trogna medlemmar har packat de kassar med försändelser som duvorna burit ut vid fyra tillfällen. 26 duvor har jobbat vid alla tillfällen, 13 duvor vid tre tillfällen, 5 duvor vid två tillfällen och 15 duvor vid ett tillfälle. En handfull nya duvor har rekryterats. Duvorna har distribuerat drygt 6300 MedlemsNytt till medlemmar och offentliga inrättningar. PostNord har distribuerat drygt 1200 MedlemsNytt till medlemmar. Distributionsansvariga har skött kontakten med brevdvor och fördelat alla försändelser. Portokostnaden för utskick har ökat från 12 kr år 2016 till 14 kr år 2017 per tidning. Bredduvorna är alltså ekonomiskt mycket värdefulla för föreningen. Utskick från föreningen av MedlemsNytt i värvningssyfte har ej skett under 2017.

För Informationskommittén

*Maria Bjerneby Häll, verksamhetsansvarig*

## **Verksamhetsberättelse 2017 för Kommunala Pensionärsrådet**

Kommunala Pensionärsrådet, KPR, fick ny organisationstillhörighet genom beslut i kommunfullmäktige den 15 juni i år. Den 1 september flyttades rådet från omvårdnadsnämnden till kommunstyrelsen och kommunalrådet Jonny Gahnshag blev ordförande. På så vis får rådet allsidig information och har möjlighet att påverka övergripande planeringsprocesser som kan ha betydelse för oss äldre. SPF:s representanter i rådet har länge arbetat för denna förändring och utarbetat förslaget som antogs i sin helhet.

SPF Seniorerna Falun har fem ordinarie representanter i KPR och fem ersättare. De ordinarie har varit Urban Björn, Herbert Carlén, Ingrid Melin, Elisabet Ottervald och Margareta Dunkars som är sammankallande. Ersättare har varit Gunilla Barkar, Torsten Gudmunds, Kjell Perers, Inger Strandmark och Anna Maria Wahlberg. Herbert Carlén och Margareta Dunkars har inför kommande sammanträden deltagit i KPR:s arbetsutskott vid fyra tillfällen. För att förbereda ett aktivt deltagande i sammanträdena med KPR har SPF-ledamöterna träffats på SPF:s kansli fyra gånger.

Den 19 september gjorde SPF-ombuden ett studiebesök vid kommunens nya vård- och omsorgsboende Hälsingebacken vilket resulterade i att det omtalade "paternosterverket" nu fungerar. Genom SPF-representanternas ingripande är nu hörselslingan på Daljunkaregården lagad. Hörselslingorna på övriga vård- och omsorgsboendena kommer att kontrolleras.

SPF har under året representerats i referensgruppen för utbyggnad av vård- och omsorgsboende och i referensgruppen för anhängvårdare och i kostrådet. SPF-ledamöter har deltagit i och medverkat vid två inspirationsdagar för KPR- och LPR-ledamöter från SPF-föreningarna i länet anordnad i Rättvik av distriktet. Förbundet inbjöd till utbildning om läkemedel och fallskador i Stockholm den 17 oktober då Gunilla Barkar deltog. Arbetet i SPF Seniorernas Trygghetsboendegrupp har presenterats i rådet av Urban Björn. Elisabet Ottervald har medverkat i den brukarrevision som genomförts på Daljunkaregården på uppdrag av KPR och presenterat den i rådet.

SPF Seniorerna har länge arbetat för att få ett "Seniorernas hus" till stånd. Herbert Carlén har tillsammans med ordföranden för PRO förhandlat med kommunen om att få hyra delar av Studenternas hus, gamla Stadshotellet. Vår förhoppning är att hyresförhandlingarna ska gå i lås och att pensionärsorganisationerna ska få tillgång till dessa centralt belägna lokaler.

Urban Björn har lämnat synpunkter på "Bostadsprogram för Falu Kommun 2018-2021" som blev det svar som KPR skickade in till miljö-och samhällsbyggnadsförvaltningen.

Vid de två tillfällen då SPF Seniorerna inbjudit nya medlemmar till information har verksamheten i KPR presenterats.

För SPF- representanterna i Kommunala Pensionärsrådet  
*Margareta Dunkars, sammankallande*

## **Verksamhetsberättelse 2017 för Medlemsregistret**

Under år 2017 har medlemsantalet ökat från 2267 till 2368 medlemmar, dvs. en ökning med 4,46 %. Antalet nyregistrerade medlemmar var 222 . Antalet avlidna medlemmar var 54 och antalet utträdna medlemmar var 67. Antalet vänmedlemmar har under året varit 14.

Under året har registeransvariga haft flera kontakter medlemmar per brev eller telefon. Förbundet anordnade en utbildningsdag oktober månad angående medlemsregistret - Miriam . Kersti Jungsbo deltog i denna utbildning.

December 2016 införde förbundet en ny programvara i det centrala medlemsregistret. Vid införandet uppstod klara driftsproblem och som effekt härav en hel del merarbete för registeransvariga. Problemen kvarstod under lång tid och fortfarande är det vissa funktioner som ännu ej kan utnyttjas.

*Kersti Jungsbo*

*Torsten Gudmunds*

## **Verksamhetsberättelse 2017 för Patientråden**

SPF Seniorerna Falun har två representanter i var och en av de sex vårdcentralernas patientråd i Falun; Karin Olausson och Anita Bergqvist i Britsarvet, Silja Lagerberg och Sigrid Strand i Grycksbo, Ulla Jansson och Sonja Schnürer i Norslund samt Ingvar Mårtensson och Jörgen Adolphson i Tisken. Under året har SPF också blivit representerat i den privata vårdcentralen Falu Vårdcentral genom Margareta Dunkars och Birgitta Öbrink Westling.

Patientråden har två möten per halvår och flera av de frågor som avhandlas förs vidare till KPR och LPR (Landstingets Pensionärsråd). Patientråden har därför en viktig uppgift i att vara en länk mellan faluborna och hälso-och sjukvården.

Onsdagen den 13 september samlades SPF:s patientrådsrepresentanter till ett möte på Samuelsdals Pensionat för att utbyta erfarenheter och diskutera frågor som bör tas upp på mötena. Erfarenheterna från årets arbete i Patientråden visar att verksamheten vid vårdcentralerna fungerat i stort sett bra. Man är lyhörd för deltagarnas synpunkter och förslag och försöker i möjligaste mån tillmötesgå dem.

*Margareta Dunkars*  
Sammankallande



## Verksamhetsberättelse 2017 för Programkommittén

Programkommittén har haft följande sammansättning: Karin Malmgren sammankallande, Håkan Romlin, Hanne Hedin, Kerstin Wåghäll, Lena Billing, Ingegärd Mellqvist och Herbert Carlén, styrelserepresentant.

Kommittén har haft sex sammanträden 5/1, 13/2, 10/4, 7/8, 7/10 och 14/12 samt telefon- och mail-kontakter. Vi har även deltagit vid möten med nya medlemmar, möten för kommittéansvariga och 60+ mässan samt har samarbetat med Studiekommittén vid en föreläsning i april och med Trafikkommittén vid ett medlemsmöte i oktober.

Följande program har under året genomförts:

### Medlemsmöten

*Januari:* Örjan Hamrin, tidigare museilektor vid Dalarnas museum, pratade om sin bok Falun - Staden som försvann. En bok som kom för fem år sedan men som alltjämt är lika aktuell. 120 deltagare.

*Februari:* Årsmöte med sång av SPF-kören, cirka 130 deltagare.

*Mars:* Vad är knäartros och vad är senaste behandlingen? Dan Rösmark, överläkare vid ortopedkliniken vid Falu lasarett föreläste, 130 deltagare.

*April:* Daniels Sven Olsson föreläste inför ett fullsatt Nybrokyrkan om "Falun under stormaktstiden".

*Maj:* "Clarinette à la carte" – en eftermiddag med fyra glada pojkar på klarinett. 140 deltog.

Vårlunchen detta år förlades till "Dalarnas Schweiz", Dössbergets Vårdshus dit 33 modiga SPF:are tagit sig i regnet.

*September:* Höstens program för medlemsmötena inleddes onsdagen den 13 september med "Fröding i dikt ton" framförd av Björn Sandborgh, Karlstad, en av landets främsta Fröding-tolkare. 130 åhörare lyssnade och sjöng med.

*Oktober:* Medlemsmötet hölls tillsammans med Trafikkommittén med titeln "Äldre i trafiken" där Lars Englund, chefsläkare på Transportstyrelsen fick en dialog med oss om våra erfarenheter och idéer kring äldre i trafiken. 80 personer hade mött upp denna gång i Kristinehallen.

*November:* Håkan Romlin berättade om sin mödosamma väg tillbaka till en fungerande liv efter den stora hjärnblödningen har drabbades av för nio år sedan. 140 personer lyssnade.

*December:* Luciafirande torsdagen den 14 december kl 16:00. Luciatåget bestod av 16 elever som alla kom från Falu kommuns Kulturskola. Ledare för luciatåget var Gudrun Domar. 180 personer kom, såg och lyssnade.

Samtliga medlemsmöten utom oktober månads har ägt rum i Nybrokyrkan Falun. Föreningen har bjudit samtliga deltagare vid medlemsmötena på kaffe under året.

### Övriga möten, föreläsningar, studiebesök och fester

*18 januari och 15 februari.* Filmvisning på Daily Spots, Falun. 30 personer deltog.

*14 mars.* 30 personer hade mött upp på Bishops Arms för att försöka lösa ett Quiz samt äta god mat.

*20 april.* Tillsammans med Studiekommittén genomfördes en föreläsning om KOL med professor Margareta Emtner, Uppsala. Vi fick även råd till de som inte har KOL. 40 personer hade hörsammat inbjudan.

*31 maj.* Vårlunchen detta år förlades till "Dalarnas Schweiz", Dössbergets Vårdshus dit 33 modiga SPF:are tagit sig i regnet.

*3 augusti.* Kräftfesten hade samlat 50 deltagare, som också var maxantalet. Stig Allans Swing Quartet underhöll gästerna. Festen anordnades på Aspeboda Golfkrog.

*20 september.* 21 personer besökte Falu Återvinningscentral för information och visning av hela området.

*18 oktober.* Öl- och matresa i gruvlig miljö - på Geschwornergården vid Falu Gruva. 34 personer deltog.

*20 oktober.* Eftermiddagsteater – Livet kom så plötsligt - på Dalateatern för 23 personer. Kvällsarrangemang på Grand Hotell där Danskklubben Berguvarna och SPF ordnade en danskväll som drog ett 40 tal personer.

25-26 oktober. På uppdrag av Daladistriktet genomförde och bemannade vi en monter på årets 60+ mässa.  
28 november. 25 personer hade mött upp på Bishops Arms för att försöka lösa ett Quiz samt äta god mat.

Lästipsträffarna har varit välbesökta under hela år 2017. Vi fortsatte även i år att träffas under sommarmånaderna. Vi träffades på Kopparhatten, senare under hösten på Piacetto Espresso vid Stora torget, normalt sista torsdagen i varje månad (med undantag för december), kl. 10.00–11.30. Vi har varit mellan 10 och 15 deltagare vid varje tillfälle. Träffarna under år 2017 har ägt rum: 26/1, 23/2, 30/3, 27/4, 18/5, 29/6, 27/7, 31/8, 21/9, 26/10 och 30/11.

För programkommittén,  
Karin Malmgren, sammankallande

## Verksamhetsberättelse 2017 för Resekommittén

Resekommittén har haft följande sammansättning: Gunnar Helgesson, Ingegärd Mellqvist, Stig Olsson, Irene Börjesson, Eva Önneby och Ingalill Bergvall.

Vi har under året haft fyra sammanträden 19/1, 27/4, 3/8 och 19/10 samt telefon- och mail-kontakter. Vi har även deltagit vid möten med nya SPF-medlemmar, månadsmöten och möten för kommittéansvariga samt vid möte med distriktets samordningsgrupp.

Följande 22 resor har genomförts:

- Den 18 jan – Nyårskonsert i Västerås.
- Den 16 febr – Antikmässa i Stockholm .
- Den 20-23 febr – Vintermarknad i Röros.
- Den 30 mars – Gävle nästa! Natur, Kultur, Historia och Konst.
- Den 6 april – Nordiska trädgårdar, mässa i Stockholm.
- Den 25 april – Konst och musik hemma hos konstexpert Claes Moser i Vaxholm.
- Den 2-8 maj – Resa i Martin Luthers fotspår.
- Den 18 maj – Skogskyrkogården, Kaknästornet och Ocean Bus i Stockholm.
- Den 1 juni – Gårdar och Lin i Hälsingland.
- Den 27 juni – ”En särskild klang i färg”, Adelborgs museum mm i Gagnef.
- Den 6 juli – Hemlig resa.
- Den 7 juli – Opera i Vattnäs ”Kärlekskrig”.
- Den 17 juli – Örebro – båt och guidning i Wadköping.
- Den 4 aug – Guidning av Christopher O’reagan i Gamla Stan och Bellman på Drottningholms Slottsteater.
- Den 14-18 aug – Kryssning till Lybeck, Bornholm och Visby med M/S Birka.
- Den 20-24 aug – Norge med Atlanthavsvägen, Geiranger och Hurtigruten.
- Den 4-7 sept – Konst och kultur på Åland.
- Den 17-25 sept – Champagne och Tyska vingårdar.
- Den 3 okt – Författarresa med VikingLines Rosella och författaren Herman Lindqvist.
- Den 23 okt – TV-inspelning Hellenius Hörna och guidning av Filmhuset i Stockholm.
- Den 18 nov – ”Våra drömmars stad” på Stadsteatern, Stockholm.
- Den 30 nov-1 dec – Vår traditionella julbordsresa med M/S Birka.

Marknadsföringen av våra resor har främst skett genom information i MedlemsNytt, på SPF:s webbsida, genom grupp-mail och information på möten. Vi har även ett samarbete med andra föreningar inom distriktet för att hjälpas åt att fylla tomma platser. Antalet deltagare på våra resor har under året uppgått till ca 1000.

Resekommittén tackar för det gångna året och hälsar alla, såväl gamla som nya, resenärer välkomna på våra resor 2018.

För resekommittén  
*Ingalill Bergvall, sammankallande*

## **Verksamhetsberättelse för Studiekommittén 2017**

Studiekommittéen har haft följande sammansättning: Marianne Häggblom, Ann-Marie Larsson, Liselotte Sandberg samt Pia Ekström (sammankallande).

Under året har vi haft åtta ordinarie sammanträden i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan samt där emellan telefonkontakt. Samarbetet har varit mycket positivt. Vi har dessutom representerat vid möten med nya medlemmar samt möten för kommittéansvariga. Vi har deltagit vid Vuxenskolas årsmöte.

Under året har vi erbjudit 92 st kurser och studiecirklar. Erbjuden kursverksamhet under året:

- Akvarellmålning för nybörjare
- Använd din moderna mobiltelefon
- Betonggjutning – dekoration till trädgården
- Bildbehandling – hantera dina bilder i vår digitala värld
- Bildkomposition – att fota som en fotograd
- Blomsterbinderi
- Bli en bättre fotograf
- Cineast - Filmklubb
- Dans, Linedance (2 grupp)
- Faluindrotten i ett historiskperspektiv
- Geologiexcursioner
- Geologin bakom världsarvet
- Gitarren och jag
- Gitarrspel i grupp
- Guldkant på tillvaron
- Handarbete – knyppling och tvåändsstickning
- Handarbete – vi virkar, stickar och syr
- Historia och kulturhistoria, grund och fortsättning
- Hälsöföreläsning – Kol
- Hälsöföreläsning med rörelse
- Jazzcirkel
- Kalligrafi – en skönskrift, helgkurs
- Keramik – skapa i lera
- Kvinnliga konstnärer i Sverige, föreläsning
- Körsång, SPF-kören
- Lunch tillsammans (2 grupper)
- Läsecirkel
- Makramé – textil teknik
- Medicinsk yoga
- Minnet – en upptäcktsresa i minnets värld
- Mobiltelefonen - problemlösning
- Naturkänsla, kom och njut
- Operacirkel
- Spanska grund och fortsättning

- Samtalscirkel för strokedrabbade och deras anhöriga
- Surfplatta/Smartphone
- Säkrare vardag
- Turistengelska
- Vi sjunger tillsammans
- Världsarvet – Falu bergsmansgårdar

*Vid pennan:*

Pia Ekström, sammankallande i Studiekommittéen

Bilagor till Studiekommitténs verksamhetsberättelse

## **Verksamhetsberättelse 2017 för studiegruppen KGK-1**

Gruppen består av 15 herrar med en medelålder av 81 år. Syftet är att skapa en social gemenskap och tillsammans göra studiebesök hos företag och institutioner. Vi träffas också för diskutera och utbyta erfarenheter om aktuella ämnen. Vi har under året träffats vid ett 10-tal tillfällen och bland annat gjort besök på Idrottens Hus, Tension/Playground, Svenska Krämfabriken och Centrala Stadsrum. Vi har dessutom haft besök av Jack Hansson. Vi avslutar alltid våra terminer med en PUB-kväll.

Vid pennan

*Per-Olof Bengtsson*

## **Verksamhetsberättelse 2017 för studiegruppen KGK-2**

Vår grupp består av 8 herrar. Vi har träffats regelbundet varje månad med uppehåll för sommaren. Två studiebesök genomförda dels på Sveriges Radio dels på nybyggda Bovieran. Ett annorlunda boende med sin unika vinterträdgård. Året avslutades med gemensamt julbord.

*Per Börjesson*

## **Verksamhetsberättelse 2017 för Trafikkommittén**

I Trafikkommittén har under året ingått Sven-Charter Kihlén (sammankallande), Lennart Kjellin, Gunnar Tunkrans, Chester Bernsten och Gun Eriksson. Kommittén har under året haft 4 st protokollförda möten och därutöver några informella kontakter för kommitténs verksamhet.

Kommittén har genom Lennart Kjellin jobbat med att försöka få en kontaktperson på Falu kommun för att följa upp de ärenden som vi skickat in. I höstas fick vi ett namn - enhetschef för Trafik o Mark och miljö Nicklas Karlsson. I den vevan fick vi information om KPR som ska vara en gemensam ingång för pensionärsorganisationerna vilket gjorde att vi avvaktade i väntan på mer information.

Den 4 september var vi - Sven-Charter Kihlén, Lennart Kjellin, Gunnar Tunkrans och Chester Bernsten på NTF Dalarnas heldagsutbildning - Äldre i Trafiken.

Den 11 oktober ordnade vi och programkommittén en välbesökt föreläsning på ämnet – Äldre i Trafiken – med Lars Englund från Transportstyrelsen i Kristinehallen där vi bl.a. fick en bra bild över vad som gäller våra körkort och bilkörning.

*Sven-Charter Kihlén*

## Verksamhetsberättelse 2017 för Trygghetsboendegruppen

Trygghetsboendegruppen har bestått av Urban Björn, Sören Norgren och Gunnar Trued.

Under våren gjorde gruppen en enkätundersökning bland våra medlemmar för att undersöka intresset av ett trygghetsboende. Intresset var överväldigande, cirka 500 hushåll visade intresse. Därmed kunde gruppen gå vidare med att kontakta byggföretag och politiker för att undersöka lämpliga tomter och politikernas intresse för att bygga ett Trygghetsboende i centrala Falun.

Gruppen har haft 18 möten under året med olika politiker, byggföretag och exploatörer. Gruppen har också varit i Gävle och visat politiker och tjänstemän det nya Trygghetsboendet Takterrassen och det vidbyggda Vård- och omsorgsboendet.

*Gunnar Trued*

---

## Verksamhetsberättelse 2017 för Väntjänstkommittén

Arbetsgruppen för väntjänsten har bestått av Gun Eriksson sammankallande, Marianne Häggblom, Marianne Rennel (våren), Anita Bonde, Sigrid Grälls synansvarig, Gunilla Östman Mikkola hörselansvarig, Håkan Romlin (hösten), Rolf Alvolin, och Bengt Nyberg (hösten).

22 aktiva medlemmar är "väntjänstare" och har ansvar för varsina stadsdelar i kommunen. Väntjänstkommittén har haft sex sammankomster under året på SPF expeditionen. Träffarna med Kafé på Björken har fått fortsätta hela året kl 14-16, lördagar. De har varit besökta med upp till 51 personer där. Söndagskafé har väntjänsten också haft på Britsarvsgården med underhållning.

Under våren och hösten har SPF Seniorerna kunnat samlas på restaurang Kuselska krogen första fredagen i varje månad. Två från väntjänsten har tagit emot demde gäster som kommit.

Gun Eriksson har deltagit i kommunens referensgrupp under temat anhörigstöd för SPF:s del, och på kommunens träff med fokus på korttidsboende om det behövs. Marianne Häggblom har deltagit på Britsarvsgårdens aktivitetsträffar.

Vid väntjänsträffen med alla "Falun väntjänstare" samlades vi den 13 mars på SPF Seniorerna Faluns expedition på Trotsigatan 35, där Eva Gyllner Falu lasarettis Minnesmottagning berättade om demensjukdom hos äldre. Kaffe och en smörgås plus en mjuk kaka serverades under livlig diskussion kring ämnet.

De äldre pensionärerna i föreningen erbjöds att följa med på en utflykt till pensionat Samuelsdal, Falun där de bjöds på föredrag om gårdens historia och därefter förtäring med kaffe/the.

Väntjänsten bidrar till att förgylla och förhöja livskvalitén för de äldre pensionärer som har särskilda behov eller bara kunna samlas i grupp (Kafé Björken eller Britsarvsgården) och socialt umgås, serveras lite underhållning och förtäring, prata, skratta och må gott!

För väntjänsten

*Gun Eriksson, sammankallande*

---