

Verksamhetsberättelse 2020 för SPF Seniorerna Falun

Årsmöte hölls den 13 februari 2020 i Nybroyrkan. Förhandlingarna leddes av Bo Wickberg. 120 medlemmar deltog.

Styrelsens sammansättning framgår av förteckning nedan. Styrelsen har under året haft 11 sammanträden, protokollen redovisar 133 paragrafer.

P g a rådande Covid10 pandemi har styrelsen inte hållit några välkomstmöten för nya medlemmar detta verksamhetsår. Någon medlem ur styrelsen har deltagit i de av kommittéerna genomförda sammanträdena.

Antalet medlemmar har under året ökat med 17 personer, en ökning med 0,67 %. Medlemsavgiften har varit oförändrad 260 kronor under året.

Samtliga kommittéer har lämnat egen rapport om sina aktiviteter.

Trygghetsboendegruppen har under året arbetat vidare med att förmå byggare och politiker i Falun att bygga trygghetsboende.

Samtal har fortlöpande under året förts med Falu kommun och PRO och SKPF om "Seniorernas Hus", vilka samtal fortsätter under år 2021.

Ett öppet hus aktivitet skall genomföras andra halvan 2021.

Med utgångspunkt från Rapport från arbetsgruppen för rekrytering och medlemsvård 2018 har den särskilt tillsatta arbetsgruppen, kallad Utvecklingsgruppen, under året haft 3 möten.

Styrelsen tog över rapporten och påbörjade arbetet med att prioritera nya aktiviteter samt ge förslag på kompletteringar i vår organisation. Nya lokaler samt siktet på ett Seniorernas Hus ställer nya krav. Styrelsen har sökt statsbidrag för en utökad verksamhet inom vår egen organisation för 2021.

Mål upptagna i verksamhetsplan 2020:

Föreningen ska under året ensam eller i samverkan med andra pensionärsföreningar gentemot kommunen driva minst en fråga av vikt för våra medlemmar.	Seniorernas Hus Falun
Minst två nya aktiviteter för våra medlemmar ska initieras under året.	3 utekonserter i september
I varje nummer av MedlemsNytt ska finnas en redovisning av Kommunala Pensionärsrådet.	Har genomförts enligt Verksamhetsberättelsen.
Föreningen ska arbeta för att medlemsantalet ska öka.	Ökning med 17 medlemmar
Minst 15 resor arrangerade av Resekommittén.	Har genomförts enligt Verksamhetsberättelsen.
Minst 5 aktivitetstyper arrangerade under sommarmånaderna.	Har genomförts enligt Verksamhetsberättelsen.

Minst 50 erbjudna kurser och studie-Verksamheter under verksamhetsåret.	Har genomförts enligt Verksamhetsberättelsen.
---	---

Till alla 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.

Falun 2021-02-18

Anders Sätterberg
Ordförande

Bertil Eek

Holger Freij/Pernille Hallgren

Karin Malmgren

Birgitta Wallman

Gunilla Barkar

Herbert Carlén

Styrelse: Anders Sätterberg ordförande, Bertil Eek vice ordförande, Holger Freij/Pernille Hallgren kassör, Karin Malmgren sekreterare, Birgitta Wallman, Gunilla Barkar, Herbert Carlén.

Revisorer: Sören Thunström och Ingegerd Lindfors, ordinarie med Håkan Hedell ersättare.

Valberedning: Anders Runström ordförande, Lennart Nilsson, Christina Haggren

Ombud vid distriktets stämma: Gunilla Barkar, Herbert Carlén, Birgitta Wallman

Ombud vid Vuxenskolas årsmöte: Elsa Wolff

FRISKVÅRDSKOMMITTÉN

Friskvårdskommittén har under året haft följande sammansättning:
Monica Hillner, Inger Åberg, Mats Hiertner, Bertil Eek, Per Börjesson och
Hans Thors. Kommittén har under året haft fem sammanträden därav två digitala.

Vår verksamhet omfattar många aktiviteter. Året startade som vanligt med bred verksamhet liksom tidigare år men i slutet av mars måste de flesta aktiviteterna inställas på grund av de restriktioner som infördes när pandemin breddade ut sig.

Boulegruppen är en mycket aktiv sektion både sommar och vinter. Innan spelet upphörde i slutet av mars var intresset stort med över 40 deltagare vid sammankomsterna som inomhus bedrivs i Falu Bouleklubbs inomhusarena på Vallavägen i Norslund. I klotligan med deltagande lag från länets SPF- och PRO-föreningar har våra fyra lag kvalificerats till finalspelet, som inte genomfördes.

Ansvariga för bowlinggruppen har Kent Malmström, Håkan Söderkvist och Hans Engström varit. Bowlingen har spelats i bowlinghallen på Falu Bowling & krog. Intresset har varit stort. Varje fredag har ca 80–100 medlemmar samlats till spel med fyra olika starttider från kl 0930 till 1300. Vårsäsongens spel avslutades i slutet av mars. Bowlinghallen har sedan dess varit stängd.

För den som vill bowla finns närmaste möjlighet i Maserhallen, Borlänge. Vår bowlinggrupp har inte avsatt tider för spel i Maserhallen. Var och en bokar tid.

Vår bowlinggrupp har under våren med avslutning i mars deltagit med fyra lag i Panterbowlingen, som är ett landsomfattande seriespel för 55+ med cirka 170 lag indelade i grupper. Varje lag spelar på hemmaplan. Ett av våra lag lyckades vinna sin grupp och förärades med diplom och plaketter. I laget ingick Carl-Göran Bergström (lagkapten), Jöran Lindblom, Kent Malmström, Lage Andersson, Tomas Lorenz, Bo Fagerlund och Rune Wester.

Under hösten har två lag börjat på nytt i seriespelet. Lagen spelar nu i Maserhallen, som är hemma plan. Seriespelet har nu gjort uppehåll och fortsätter under våren 2021.

Utav de många promenader med eller utan stavar på hemmaplan som erbjudits har en grupp runt Tisken kommit igång och samlat 6–9 deltagare. På grund av de strängare ”pandemirestriktionerna” har gruppen nu gjort ett uppehåll.

Promenera med din smarta telefon är en idé som Per Börjesson gjort till verklighet. Det är en tipspromenad med hjälp av den smarta telefonen, så kallat GPS-quiz. Det är en alldeles vanlig tipspromenad men utan uppsatta frågor och inga lappar att fylla i. Allting sker i den smarta telefonen, där det finns kartor, frågor att besvara, där de rätta svaren kommer fram när promenaden är avslutad. Tre rundor har funnits att gå, på tre olika håll i centrala Falun.

Första rundan kallades SPF-Kålgården och var ca 2 km lång.

Andra rundan kallades SPF-Tisken, gick runt Tisken och var ca 2,5 km lång.

Tredje rundan kallades SPF-Slussen/Norslund och var ca 2 km lång.

Sommarens digitala promenader avslutades med en finalvecka, Tyvärr var vädret sämsta tänkbara under denna vecka. Mellan regnskurarna var det sju tappra lag som gick tipspromenaden. Bäst lyckades lag EMMA. I laget ingick

Eva, Margareta, Marianne och Åsa.

På andra plats kom lag LG. I lag LG ingick Lars Gising med fru Britt-Marie.

Nästan 100 lag har gått de digitala promenaderna. Vi tror att ca 150–175 personer deltagit i promenaderna. Många positiva omdömen har kommit till oss om promenaderna. Till våren är vi lovade ett bättre system som bland annat underlättar tävlingsmomentet i de digitala promenaderna.

Ledare för gruppen skidåkning/ långvandringar är Mats Hiertner.

Efter en tisdags skidåkning i december 2019 försvann snön och det blev sedan en fantastisk långvandring vinter 2020 med sammanlagt 18 vandringar under våren och genomsnittligt 43 deltagare. Rekordet blev 71 deltagare när gruppen gick Trons Lasses vandring från Vålberg i Sågmyra. Det här var sjätte säsongen med långvandringar och det var rekord på alla sätt. Första säsongen, 2014, omfattade sex vandringar med tio deltagare i snitt. Antalet deltagare har ökat kontinuerligt. Förra året var det 28 deltagare i snitt vilket ökade under denna vår till 43 deltagare. När vandringarna startade denna höst slogs deltagarrekordet med råge. Första vandringen i Backa våtmark lockade 106 deltagare och den andra efter Gringsbostigen, 102 deltagare. Vandringarna skedde i tre grupper med var sin vandringsledare. Dessförinnan var det samling på flera platser samtidigt, och munskydd vid samåkning som SPF delade ut. Efter andra vandringen har långvandringarna nu tagit en paus tills vidare på grund av de skärpta Corona restriktionerna.

För femtonde året i följd har golfkurser genomförts under ledning av vår duktige instruktör Jonas Osterman från Samuelsdals golfklubb.

Fortsättningskurserna samlade i år 20 deltagare vilket är färre än vanligt. Det förklaras av pandemins framfart.

Nybörjarkursen blev inte av i år på grund av deltagarbrist.

På grund av Coronapandemin startade den populära Senorgolfen senare än vanligt, onsdagen den 17 juni, dessutom med särskilda riktlinjer från Folkhälsomyndigheten att hålla avstånd, inte ta i varandra eller andras saker till exempel bollar. Flaggorna fick sitta kvar i hålen.

Informationen inför varje tävlingsdag fanns på anslag utanför klubbhuset och samlingarna skedde med god distans mellan alla. Antalet deltagare var begränsat till högst fyrtiofem.

Den 12 augusti gjordes en utflykt med spel på Tällbergs byarnas golfbana.

Formell avslutning med "färgpaletten" och fyra individuella deltävlingar ägde rum onsdagen den 23 september.

Sammanlagt blev det Senorgolf vid 15 tillfällen med totalt 491 deltagare varav 196 damer och 295 herrar.

Årets föreningsmästerskap i golf det femtonde i ordningen fick tyvärr ställas in på grund av Corona pandemin.

Volleybollintresserade ca 16–20 medlemmar har träffats i Lugnets sporthall i stort sett varje vecka under våren och under hösten efter sommaruppehåll fram till dess att strängare Corona restriktioner stoppade spelet. Kontaktperson för volleyboll är Rigmor Kierkegaard.

Motionslotteriet har under året pågått i två perioder. I lotteriet samlar deltagarna poäng. Varje poäng motsvarar en utförd aktivitet. I lotterierna har sammanlagt ca 120–130 medlemmar deltagit, vilket är en klar ökning från föregående år. Varje deltagare som lämnat in sina motionskort har också i de flesta fall samlat flera poäng än vad som varit vanligt tidigare.

Fyrtio vinnare lottas vanligtvis fram under båda perioderna bland de inlämnade korten. Det ökade antalet poäng i varje period har vi förutom de ordinarie fyrtio vinsterna belönat med 10+10 bonusvinster.

De populära skogsvandringarna har på grund av rådande omständigheter ställts in hela året.

Populära aktiviteter är vattengymnastik, Funktionell träning (tidigare lättgympa) och mjukgympa. Vattengymnastiken är förlagd till Neptunbadet på Tallbacken inom lasaretsområdet. Då intresset är stort har vi haft sex grupper igång.

Ledare har varit Lena Grönberg, Catharina Hjortzberg-Nordlund och Birgitta Hiertner. Liksom de flesta andra aktiviteter fick vattengymnastiken avbrytas

under våren. En del grupper hann fullgöra sina 12 gånger, resten avbröts efter 10–11 ggr. Under hösten har vattengymnastiken varit inställd.

Funktionell träning tidigare kallad lättgympa samlade 25 deltagare. Den ger mycket nyttig träning för hållningsmuskulaturen. Ledare är Lena Grönberg.

Lena Grönberg leder också en grupp "Mjukgympa" som genomförs i ett lugnare tempo än funktionella träningen. I mjukgympan utförs inga övningar liggande på golvet. Gruppen har blivit populär och hade 30 deltagare under våren.

Båda grupperna fick avbryta sin träning i förtid under våren och har sedan dess legat nere.

Pensionärsskridsko på Lugnet skulle ha startat under november när Lugnets isbana fått is. Tyvärr har de stränga Corona restriktionerna förhindrat den verksamheten. Den som har önskat skridskoträning har hänvisats till enskild träning under tider för allmänhetens åkning.

Friskvårdskommittén tackar till sist för visat motionsintresse under det gångna året och önskar alla God fortsättning på nya motionsåret med en förhoppning om att Corona pandemin trängs tillbaka så att alla våra vilande aktiviteter kan återupptas.

För Friskvårdskommittén

Hans Thors, sammankallande

INFORMATIONSKOMMITTÉN

Kommittén ombesörjer föreningens interna och externa kommunikation. Den interna består av information om planerade respektive genomförda aktiviteter i medlemsbladet *Medlemsnytt*. Samtal har fortlöpande under året förts med Falu kommun och PRO och SKPF om "Seniorernas Hus", vilka samtal fortsätter under år 2021.

Ett Öppet hus aktivitet skall genomföras andra halvan 2021.

Med utgångspunkt från Rapport från arbetsgruppen för rekrytering och medlemsvård 2018 har den särskilt tillsatta arbetsgruppen, kallad Utvecklingsgruppen, under året haft 3 möten.

Styrelsen tog över rapporten och påbörjade arbetet med att prioritera nya aktiviteter samt ge förslag på kompletteringar i vår organisation. Nya lokaler samt siktet på ett Seniorernas Hus ställer nya krav. Styrelsen har sökt statsbidrag för en utökad verksamhet inom vår egen organisation för 2021.

MedlemsNytt, på föreningens webbplats och Facebooksida, samt genom de gruppmejl som skickas ut till medlemmarna för att därigenom stimulera medlemmarna att delta i föreningens aktiviteter. Den externa innebär att förse omvärlden med referat och annan information om föreningens verksamhet och att därigenom intressera icke-medlemmar att bli medlemmar.

Kommittén har bestått av Herbert Carlén (verksamhetsansvarig), Bo Bävertoft och Per Börjesson (webbansvariga), Barbro Carnehag (annonsansvarig), Margreth Lindgren (gruppmejlansvarig), Margareta Nissby (redaktör) och Inger Söderlund (redaktör och reporter). Föreningens ordförande Anders Sätterberg är ansvarig utgivare för *MedlemsNytt*. Kommittén har under året sammanträtt nio gånger.

Ansvariga för distribution av *MedlemsNytt* har varit Mats-Gunnar Lönn och Anna Boklund. Fyra nummer av *Medlemsnytt* har utgivits. Omfånget var i vårnumret 44 sidor och 28 sidor för övriga nummer av *MedlemsNytt*. Vi tvingades att minska antalet sidor i samband med pandemin och att vi därmed inte kunde anlita våra brevvuvor i full omfattning. Därmed skickades betydligt fler tidningar med Post Nord och det innebar höjning av kostnader för porto. Med 28 sidor klarade vi oss med enkelt

porto och det blev en besparing. Med pandemin följde även inställd verksamhet i föreningen och det mindre att rapportera om i *MedlemsNytt*, vilket bidrog till minskat antal sidor.

Upplagan har varierat mellan 2 500 och 2 600 ex. En anledning till den upplagens storlek, är att när föreningen skickar ut "värvarbrev" till nyblivna 65-åringar i Falun, skickas ett exemplar av *MedlemsNytt* med som information om föreningens verksamhet.

Innehållet har bestått av fakta om föreningen, dess organisation och funktionärer, information om kommande möten och andra aktiviteter som erbjuds medlemmarna samt reportage från föreningens olika verksamheter, intervjuer, presentationer och notiser. Innehållet samordnas med föreningens webbplats. Samma information publiceras i båda kanalerna, ofta utförligare på webben.

Året började bra med ett antal nya annonsörer i *MedlemsNytt* nr 1 (4,75 sidor annonser), men efter att Coronapandemin startade blev resten av året svårt. Flera annonsörer har hänvisat till de sämre tiderna och inte kunnat eller vågat annonsera. Det bantade formatet på tidningen har också medfört ett mindre utrymme för annonser. Det totala antalet annonssidor blev 14,5 i jämförelse med 15,75 under 2019. Inkomsterna har stannat vid 22 500 kr, vilket är 3 300 kr mindre än 2019.

Många notiser och reportage om föreningens verksamhet har blivit införda i de lokala tidningarna, deras webbplatser och på Seniorens webbplats under "Landet runt". Från projektet "Inte ensam" bildades en "Ringgrupp" som har ringt till över 600 medlemmar i åldern från 80 och äldre. Ringgruppen har uppmärksammats inte bara lokalt utan även i riksnyheter, bl a i TV 4 och deras program "Efter fem". Även vår egen tidning "Senioren" har skrivit om ringgruppen.

Cirka 50 gruppmejl med aktuella meddelanden och information till medlemmar med e-postadress har skickats ut under 2020. Det är en medveten strategi att samla aktuell information för utskick en gång i veckan, företrädesvis måndagar. Behovet av snabb information ger ibland extra utskick.

Antalet e-postadresser i medlemsregistret har ökat från ca 1 940 till ca 2 065 bl.a. genom aktivt arbete med medlemsregistret. Genom gruppmejl nås fler än 2 065 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.

Föreningens webbplats har regelbundet uppdaterats med information om kommande aktiviteter och referat från genomförda sådana. I övrigt återfinns på webbplatsen motsvarande information om föreningen som i *MedlemsNytt*.

På föreningens Facebooksida har information om kommande aktiviteter publicerats liksom notiser om genomförda aktiviteter med länk till referat på vår webbplats. Inlägg har även delats på andra allmänna men lokala Facebooksidor, typ "Faluns anslagstavla" för att därigenom få icke-medlemmar att inse att "de har mycket för sig i den där föreningen".

Vid ett antal tillfällen har även notiser från förbundets Facebooksida delats på vår sida.

Distribution av *MedlemsNytt*: Inom föreningen fanns under året 54 brevdueområden som har betjänats av 48 brevduvor. En stor del av normala brevdueområden har distribuerats via Post Nord på grund av Coronapandemin Covid-19. Distributionsansvariga har skött kontakten med brevduvor och fördelat alla försändelser. Utdelning av kassar till brevduvorna från nummer 2020:2 har skett Corona anpassat, direkt via bagageluckan utomhus på Nordeaparkeringen från Mats-Gunnars bil.

Två trogna medlemmar har tillsammans med distributionsansvariga packat de kassar med försändelser som duvorna burit ut vid fyra tillfällen. Även Mats-Gunnars hustru har vid flera tillfällen gjort värdefullt arbete på grund av Covid-19.

Våra två trogna packare har meddelat att de har för avsikt att sluta med sina uppdrag från år 2021 på grund av åldern. Distributionsansvariga har påbörjat rekrytering för att hitta ersättare.

22 duvor har jobbat vid alla tillfällen, 3 duvor vid tre tillfällen, 9 duvor vid två tillfällen och 9 duvor vid ett tillfälle. Ett fåtal nya duvor har rekryterats under året. Ingen ny brevduva har rekryterats i Faluns ytterområden.

Duvorna har distribuerat cirka 4611 *MedlemsNytt* till medlemmar och offentliga inrättningar. Post Nord har distribuerat cirka 3558 *MedlemsNytt* till medlemmar och offentliga inrättningar. Från *MedlemsNytt* 2020:2 har tillgången på brevdovor varit begränsad som en följd av Covid-19. Därav de det stora antalet som skickats med Post Nord.

Antalet brevdovor ökade något vid utdelningen av *MedlemsNytt* 2020:4.

Den tidigare tendensen att fler *MedlemsNytt* måste skickas med Post Nord kvarstår, eftersom det blivit svårare att komma in till medlemmar på grund av portlås. Vår idé är att kontakta berörda fastighetsförvaltare för att försöka finna en lösning på problemet.

Utskick av *MedlemsNytt* för rekrytering av medlemmar som fyller 65 år har skett under året.

Brevduvorna har distribuerat cirka 294 rekryteringsbrev och Post Nord har distribuerat cirka 287.

Portokostnaden för utskick av 2020:1, har varit 12,80 kr exkl. moms per tidning (48 sidor) utan kuvert (>50–100 gram). Portokostnaden för utskick av 2020:2 – 2020:4, har under året varit 6,40 kr exkl. moms per tidning (28 sidor) utan kuvert (max.50 gram). Värvarbrevet har kostat 12,80 kr exkl. moms per tidning och inkluderar följebrev samt kuvert (>50–100 gram).

En höjning sker år 2021 till 6,70 kr exkl. moms (max.50 gram) respektive 13,40 kr exkl. moms (>50–100 gram). Brevduvorna blir därigenom än mer värdefulla för föreningen.

För Informationskommittén

Herbert Carlén, verksamhetsansvarig

KPR KOMMUNALA PENSIONÄRSRÅDET

KPR är organisatoriskt knutet till kommunstyrelsen och får på så sätt information från olika nämnder och har möjlighet att påverka övergripande planeringsprocesser som kan ha betydelse för oss seniorer. Sammanträdena skulle ha hållits vid fyra tillfällen men på grund av pandemin blev det endast ett möte som hölls i Kulturhuset den 3 mars. SPF Seniorerna Falun har fem ordinarie representanter i KPR och fem ersättare. De ordinarie är Urban Björn, Elisabet Ottervald, Inger Strandmark, Anders Sätterberg och Margareta Dunkars som är sammankallande. Ersättare är Gunilla Barkar, Torsten Gudmunds, Sven Christer Kihlén, Staffan Mild och Anna Maria Wahlberg. Anders Sätterberg och Margareta Dunkars har deltagit i KPR:s arbetsutskott vid fem tillfällen, fyra av dem i form av digitalt möte via Teams. För att förbereda ett aktivt deltagande i sammanträdena med KPR har SPF:s ledamöter träffats på SPF:s kansli två gånger under året mot planerade fyra.

SPF Seniorerna har under året representerats i:

- Utvecklingsgruppen för Seniorernas Hus
- Tillsammans i Falun
- Digitala utvecklingsgruppen
- Högskolans referensgrupp om teknikstöd
- Måltidsrådet
- Hörselskadades förening

Ärenden som särskilt engagerat oss under pandemitiden:

- Seniorernas Hus och tillgången till Wallmanssalen
- Projektet Aldrig ensam och Ringgruppen
- Skrivelse till kommunen om avsaknad av kommunal krisberedskap
- Skrivelse till kommunen med synpunkter på användningen av det statliga bidraget om 46 miljoner kronor till äldreomsorgen i Falun
- Insändare till dalatidningarna gällande äldreomsorgslyftet
- Info om vart man vänder sig när minnet sviktar
- Bristande underhåll av cykelbanor
- Trygghetsboenden
- Remisser om Kungsgårdsvägen och Tallen

Vi upplever att vi har kommunledningens öra – de värdesätter att vi är med och påverkar samhällsutvecklingen med vår erfarenhet och kompetens inom olika områden.

För KPR

Margareta Dunkars, sammankallande

MEDLEMSREGISTRET

Under året 2020 har medlemsantalet ökat från 2 498 till 2 515 medlemmar, dvs. en ökning med 0,68 %. Antalet nyregistrerade medlemmar var 167. Antalet avlidna medlemmar under året var 53. Antalet vänmedlemmar har under året varit 6.

Under året har registeransvariga haft flera kontakter med medlemmar per brev, telefon eller via mejl. Vid flera tillfällen har också kontakt tagits med förbundet eller SPF-föreningar i samband med överflyttning av medlemskap från eller till SPF Falun, likaså har kontakt tagits med förbundet vid medlemsfrågor.

För Medlemsregistret

Torsten Gudmunds

Kersti Jungsbo

PROGRAMKOMMITTÉN

Programkommittén har haft följande sammansättning: Karin Malmgren, Hanne Hedin, Kerstin Wåghäll, Lena Billing och Margareta Haglund, t o m 30 september. Fr o m 1 oktober ingår Birgitta Gradén och Stina T Karlsson. Margareta Haglund har avgått.

Vi har haft fyra sammanträden samt telefon- och mejl-kontakter.

Medlemsmöten

Januari: Kom igång med digitala betaltjänster, Länsstyrelsen Dalarna
Februari: Årsmöte, SPF-kören underhöll
Mars: Gamla Falun, Göran Roström
April: Inställt - Erik Lim spelar
Maj: Inställt - Hörselfrämjandet
Augusti: Inställt - Föreläsning trygghetsboende
September: Inställt -Tryggare ekonomi på äldre dar'
Oktober-December: Inget inplanerat

Antalet medlemmar på våra 3 genomförda möten har uppgått till 235

Samtliga möten har ägt rum i Nybrokyrkan Falun. SPF har under året bjudit på kaffe.

Aktiviteter

Januari: Besök på Villa Bergalid.
Februari: Guidning på Officerssalongen med musik av Mässingsorkestern Björkboda Blås.
Mars: Inställt - Vinprovning
April: Inställt – Bergslagssalongen
Maj: Inställt – Carl Larsson gården
Juli-augusti Inget inplanerat
September: 3 Höstkonserter på Lilltorpet med PRO Rockers.
Oktober-December: Inget inplanerat

Antalet medlemmar på våra 5 genomförda aktiviteter har uppgått till 163.

LÄSTIPSTRÄFFAR

P g a Coronaviruset hann vi bara med 2 träffar innan förbudet att träffas fler än 5 personer inträdde. Vi träffades i SPF lokalen på Åsgatan den 30 januari och 27 februari. Som vanligt välbesökta, 16 och 20 personer. Det var t o m så många att vi noterade att vi behöver en större lokal i fortsättningen. Nu saknar vi möjligheten att träffas och hoppas att vi snart kan komma igång igen.

För Programkommittén

Karin Malmgren, sammankallande

Ulla Moberg, Lästipsträffar

RESEKOMMITTÉN

Resekommittén har haft följande sammansättning: Ingalill Bergvall, Gunnar Helgesson, Ulla Immler, Elsie Karlsson, Stig Olsson och Anders Paperin.

Vi har haft tre sammanträden samt telefon- och mailkontakter. Det planerade mötet i juli inställdes på grund av rådande omständigheter.

Under året har vi endast genomfört en resa, Fredagsfestligt i Gävle den 14 februari, där 48 personer deltog. Alla övriga planerade resor liksom informationsmötet med medlemmarna ställdes in med hänvisning till Folkhälsomyndighetens råd och rekommendationer. De resor som ställdes in var:

- Vi-litterära kryssning den 18–19 mars
- Åbo och Svenska Teatern den 18 april
- Klaipeda och Visby, kryssning Birka den 4–7 maj
- Vandring på Öland/studiecirkel den 27–30 maj
- Hemliga resan den 25 juni
- Båttur Göta och Kinda kanaler 21–23 juli
- Albanien den 24 oktober-1 november.

Förutom ovanstående resor fanns planer på deltagande i Operafesten i Dala-Floda, en utflykt till Zorngården och Jobs, ett besök på Loka Brunn och Grythyttan, en bussresa i Gustav Vasas fotspår, en tågresor till Köpenhamn och Louisiana, den sedvanliga julbordsresan och ett besök till London i juletid.

Distriktet har bildat en grupp bestående av 6 personer, som har fått till uppdrag att försöka samordna reseaktiviteterna i distriktet och möjliggöra att planerade resor kan genomföras.

Verksamhetsansvarige för Resekommittén ingår i gruppen. Första mötet hölls den 11 mars. Arbetet i gruppen har pausats tills vidare i avvaktan på pandemins utveckling.

Två av medlemmarna i kommittén, Ingalill Bergvall och Stig Olsson, har meddelat att de efter många år som reseledare önskar sluta och istället bli resenärer.

Resekommittén tackar för det gångna året och hälsar såväl gamla som nya resenärer välkomna på våra resor 2021 med förhoppningen att vi kan genomföra åtminstone några resor inom Sverige.

För Resekommittén

Elsie Karlsson, sammankallande

STUDIEKOMMITTÉN

År 2020 började som alla tidigare år med att pågående cirklar fortsatte sin verksamhet från hösten och nya cirklar startade som sig bör. Men så inträffade pandemin Covid19 och allt avstannade. Från slutet av mars / början av april kunde verksamheten inte fortsätta eftersom Folkhälsomyndigheten rekommenderade att fysiska möten inte skulle ske inomhus, att man skulle hålla långt avstånd mellan varandra och att alla onödiga resor skulle upphöra. Vi antog att allt skulle ha lugnat ner sig till hösten, men efter en nedgång med smittade och sjuka under sommaren, tog det fart igen och restriktionerna från Folkhälsomyndighet, Region och Regering blev ännu hårdare än under våren. Så därför har Studiekommitténs verksamhet, precis som de flesta andras, i princip legat nere under verksamhetsåret

2020. Nedan finns en beskrivning av cirklar som startat, de flesta har måst avbrytas, några har kunnat slutrapporteras och de som varit digitala har kunnat pågå och avslutas i vanlig ordning.

Kommittén har bestått av sju medlemmar:

Elsa Wolff, sammankallande, Marianne Häggblom, Gunilla Back Kinell, Ingegerd Lindfors och Christina Haggren, Gunilla Tagesdotter Barkar, styrelsens representant och Anna Hagland, Vuxenskolan
Antal möten har varit sju. Fyra av mötena har skett digitalt, tre utomhus och det första mötet i Vuxenskolas lokaler.

Planerade cirklar under våren, som inte kunde påbörjas, var 26. Under hösten har det enbart startat digitala cirklar med 330 deltagare. Antal cirklar som startat har varit 40, några färre än i fjol vilket beror på pågående pandemi.

Cirklarna är följande:

<u>Namn</u>	<u>Ledare</u>	<u>Deltagare</u>
Spanska för nybörjare (en grupp avbruten)	Carmen Nordli	7
Spanska, fortsättning (en grupp avbruten)	Carmen Nordli	6
English conversation, (avbrutna)	Wendy Göras	8 + 7
Linedance, två olika grupper (avbrutna)	Jan Bunner, Margareta Östling	16 + 12
Yoga för seniorer, fyra olika grupper	Irène Sturve	19+22+6+8
Släktforskning (avbruten)	Lars Ungerswen	6
Handarbete, textila tekniker	Inger Tengqvist	6
Handarbete, vi virkar, stickar och syr	Gunilla Strandberg	9
Prova på att måla akryl	Lena Söderlund	8
Vi målar akryl och akvarell	Lena Söderlund	6
Hantera dina bilder (en grupp avbruten)	Georgios Grigoriadis	11+6
Lär dig hur Facebook och Instagram fungerar	Georgios Grigoriadis	7
Digital delaktighet, tre olika grupper	Georgios Grigoriadis	5+6+5
Seniorsurfskolan	Per Börjesson	3
Skrivarverkstad (en grupp avbruten)	Anders Arvelius	6+6
Vi sjunger tillsammans (avbruten)	Per-Olof Hedlund	10
Operacirkel	Ingegerd Permalm	4
Jazzcirkel	(avbruten) Hans Thors	5
Körsång	Margareta Åberg	50
Guldkant på tillvaron (avbruten)	Ulla Olsson, Stina Wixner	17
Bokcirkel – Maria Lang	Anita Westas	5
Bokcirkel – Järnladies	kamratcirkel	6
Tillsammans mot ensamhet	Gunilla Barkar, Marianne Häggblom, A M Wahlberg	5+5+5
Geologi i Falutrakten	Gunnar Eriksson	7
Fågelskådning	Urban Grenmyr	6
Fallprevention för dig som är äldre	Nils Gunnar Belin	4

Det har varit ett tufft år för många och våra cirkelledare har gjort ett fantastiskt och inspirerat arbete. Många var besvikna över att inte kunna sätta igång med sina cirklar under hösten men har förhållit sig till restriktionerna från myndigheterna som SPF Falun antagit som sina.

Vi i kommittén tackar alla för ett väl genomfört arbete under året.

Elsa Wolff, sammankallande

VÅRDCENTRALERNAS PATIENTRÅD

SPF Seniorerna Falun har två representanter med på Vårdcentralernas patientråd.

Representanterna är:

Britsarvets vårdcentral: Eva Grönlund och Anita Bergqvist

Grycksbo vårdcentral: Sigrid Strand och Silja Lagerberg

Norslunds vårdcentral: Ulla Jansson och Sonja Schnyrer

Tiskens vårdcentral: Ingvar Mårtensson och Jörgen Adolphson

Falu vårdcentral: Urban Björn och Birgitta Öbrink Westling

Sammanställande/verksamhetsansvarig för de olika representanterna är Marianne Häggblom

På grund av Coronapandemin har patientrådets verksamhet i stort sett ej kunnat genomföras.

Falu vårdcentral och Norslunds vårdcentral genomförde under januari-februari var sitt patientråd.

Falu vårdcentralens patientråd har planer på att ändra lite i sammansättningen av rådet. Förslaget är att få in flera personer som representerar en förening eller annan typ av organisation och inte så många som enbart representerar sig själva, vilket har varit fallet hittills.

Övriga under året planerade patientråd vid samtliga ovanstående vårdcentraler kunde på grund av Coronapandemin inte genomföras. I normala fall har patientråden två-tre möten inplanerade per halvår. Patientråden har en betydelsefull uppgift genom att vara en länk mellan befolkningen i Falu området och hälso- och sjukvården i regionen. Information till medlemmarna sker genom att representanterna brukar skicka minnesanteckningar från respektive patientråd till verksamhetsansvarig/sammanställande som sammanfattar dessa och skickar in till SPF Medlemsnytt. På grund av inställda patientråd så har informationen i Medlemsnytt under detta år bestått av representanterna namn och telefonnummer samt en önskan om att våra medlemmar vid frågor och synpunkter hör av sig till representanterna som i sin tur kan ta med dessa till kommande patientråd. Vid kontakt med representanterna framkommer att mycket få medlemmar i vår förening har tagit kontakt med någon representant i patientrådet. Våra representanter blir glada om medlemmarna hör av sig med både positiva och negativa synpunkter om hälso- och sjukvården.

I maj 2020 var inplanerat ett gemensamt arbets- och lunchmöte för SPF Faluns representanter på Samuelsdals pensionat. På grund av restriktionerna vid pågående Coronapandemi avbokades mötet. Tanken var att kunna genomföra mötet senare under året, men detta har inte varit möjligt då pandemin under hösten tagit ny fart. Vi ser fram emot ett fysiskt möte så fort det blir möjligt.

Planerade informationsträffar för nya medlemmar där sammanställande informerar nya SPF medlemmar om patientrådets verksamhet har heller inte kunnat genomföras detta år. Två möten med verksamhetsansvariga och styrelsen inom SPF Falun har på grund av pandemin inte genomförts. Där framförs och diskuteras annars patientrådets verksamhet och utveckling.

För patientrådet

Marianne Häggblom, sammanställande