

# Verksamhetsberättelse 2023

## för SPF Seniorerna

Från och med 2023 fick föreningen ett nyttjanderättsavtal gällande Wallmansalen. Detta innebär att vi har tillgång till tre dagar per vecka och studenterna likaså tre dagar. Vi har under året fortsatt utrusta såväl Wallmansalen som vårt mottagningskök för att kunna nyttja tillgången på Wallmansalen för olika arrangemang med mat, underhållning samt även PUB träffar. Vårt nyttjanderättsavtal har även gjort det möjligt att söka tillstånd för att servera alkoholhaltiga drycker. Med andra ord har det under året blivit möjligt att genomföra den breddning av verksamheten som vi önskat en längre tid. Wallmansalens utrustning under året har även bäddat för att från och med 2024 flytta våra medlemsmöten till våra egna lokaler.

Styrelsen har under året avslutat projektet "Tillsammans i Falun" då ingen återkoppling skett från kommunens sida. Detta innebär också att arbetet med ett Seniorernas Hus läggs ner.

För SPF:s del har själva lokalfrågan fått sin lösning genom att vi själva arbetat för frågan och vi finner därför ingen anledning att driva den frågan vidare om ett Seniorernas Hus. Dessa ställningstagande innebär inte att vi kommer att avsluta samarbetet med PRO och SKPF för att driva seniorernas frågor via KPR.

Styrelsens sammansättning framgår av förteckning nedan. Styrelsen har under verksamhetsåret haft

11 möten samt ett konstituerande möte. Sammanfattning från respektive möte har lagts ut i direkt anslutning till mötena på vår hemsida och SPF appen.

Styrelsen har hållit ett välkomstmöte för nya medlemmar enligt ett nytt upplägg. Resultatet blev lyckat med många deltagare samt många enkätsvar. Vi har genomfört två möten med kommittéernas verksamhetsansvariga. Härutöver har någon medlem ur styrelsen regelbundet deltagit i kommittéernas sammanträden, förutom Patientrådet.

Antalet medlemmar har under året ökat med 110 personer och vi har därmed uppnått 2600 medlemmar per den sista december. Från att under pandemin haft ett minskat medlemsantal känns det bra att kunna se en ökning igen. Det är vår förhoppning att vår verksamhets utbud av aktiviteter är en starkt bidragande orsak till ökningen. Medlemsavgiften har varit oförändrad 260 kronor under året.

Samtliga kommittéer har lämnat egen rapport om sina aktiviteter. Av dess framgång också hur utvecklingen av vår verksamhet skett. Vi sjöng in julen på Stora Torget i Falun även i år med medverkan av PRO kören, men i vår egen regi. Den andra aktiviteten var Sant Patrics Day med mat och underhållning med 137 deltagare. Vi deltog vidare vid 60+mässan på Lugnet i oktober i samarbete med Distriktet för SPF.

Även 2023 hade vi genom beviljat statsbidrag möjlighet att bjuda på en jultallrik med underhållning. Vid två tillfällen kunde 220 personer erbjudas plats.

Traditionsenligt kunde vi erbjuda ett luciafirande i Nybrokyrkans vackra sal.

Trygghetsboendegruppen har kommit så långt att bygget nu är klart och inflyttning skett i december 2023. Nu återstår endast att lämna över till en styrelse som består av de boende. Vi kan konstatera att gruppen lyckats genomföra detta projekt från intresseanmälan till färdigt boende. Ett stort projekt som lyckligt kommit i hamn

Mål upptagna i verksamhetsplan 2023

Utfall 2023

Föreningen ska under året ensam eller i samverkan med andra pensionärsföreningar gentemot kommunen driva minst en fråga av vikt för våra medlemmar.	Arbetat fram en verksamhetsplan för KPR 2024. Lagt fast en plan för att effektivisera arbetet inom KPR. Erbjudit stöd i att stärka vuxennärvaro där ungdomar finns för att stävja en ohållbar utveckling
Minst två nya aktiviteter för våra medlemmar ska initieras under året.	Genomförda PUB kvällar SoS där mat serverades med underhållning. Flera underhållningsaktiviteter som tidigare inte genomförts i egen regi.
Föreningen ska arbeta för att medlemsantalet ska öka.	Antalet har ökat med 110 personer
Minst 15 resor arrangerade av Resekommittén.	Har inte uppnåtts då genomförda resor är 8. Några resor har ställts in på grund av lågt deltagande
Minst 5 aktivitetstyper arrangerade under sommarmånaderna.	Har genomförts enligt Verksamhetsplanen
Minst 50 erbjudna kurser och studie-Verksamheter under verksamhetsåret.	Erbjudna cirklar har uppnåtts och genomförda i nivå med föregående år.

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. Vi hoppas att alla våra medlemmar aktivt bidrar till att fånga upp personer som skulle ha stor nytta av att delta i våra verksamheter. På så sätt kan vi också tillsammans bidra till att minska det som gäller ensamhetsproblematiken.

Falun 2024-01-09

 Anders Sätterberg  
Ordförande

Herbert Carlén

Christina Zetterström

Karin Malmgren

Birgitta Wallman

Gunilla Barkar

Göran Mossberg

*Styrelse:* Anders Sätterberg ordförande, Herbert Carlén vice ordförande, Christina Zetterström, kassör, Karin Malmgren sekreterare, Birgitta Wallman, Gunilla Barkar, Göran Mossberg.

*Revisorer:* Thomas Lorenz, ordförande, Ingegerd Lindfors, Carola Ericsson (ers)

*Valberedning:* Yvonne Törnqvist, ordförande, Benny Rendalen

*Ombud vid distriktets stämma:* Anders Sätterberg, Karin Malmgren, Christina Zetterström

## EXPEDITIONSKOMMITTÉN

Har bestått av Karin Malmgren, sammankallande, Gun-Britt Sandberg och Ulla Johansson. Expeditionen har haft öppet helgfria tisdagar och torsdagar klockan 10–12 under hela året, förutom juli månad och vecka 52 då det var öppet tisdag. Både telefonsamtal och besök har varit frekventa.

Förra årets överenskommelse om anmälningss dagar för Program- och Resekommittéerna har fungerat bra. De flesta anmälningarna från våra medlemmar har skett via nätet. Dock har det blivit lite ”hårda ord” från medlemmar som ringt och anmält sig och som inte kommit med på vissa aktiviteter. I övrigt har systemet för bokning av aktiviteter och våra mötesrum fungerat utmärkt.

*För Expeditionskommittén  
Karin Malmgren, verksamhetsansvarig*

## FALU SPF-KÖR

SPF-körens ledningsgrupp har under verksamhetsåret bestått av Stina von Post, Ingela Asp, Ingrid Liliendahl, Lennart Jacobsson och Gunnel Karlsson. Körledare har varit Gudrun Domar och Heléne Grönqvist-Stenbäck. Stämfiskaler har varit Marie Carlman, Gunnel Björn, Tore Jämtén och Torsten Stenberg. Notbibliotekarie har varit Ingrid Liliendahl. Vikarie har varit Ellen Hagberg. Krönikör har varit Gunnar Helgesson som med hjälp av SPF:s informationskommitté dokumenterat körens verksamhet i text och bilder med undantag för årsmötesprotokoll.

I resekommittén har ingått Agneta Fohlin, Göran Stålberg och Gunnar Helgesson. Nöjeskommittén har utgjorts av Birgitta Klahr (sammankallande) och Britt Ramsberg. Revisor har varit Sten Sundin. Körens egen kassa har dock avvecklats under året. Valberedningen har bestått av Kerstin Croona och Torsten Stenberg.

Kören har övat i Nybrokyrkan på tisdagseftermiddagar vid 23 tillfällen under året. Under våren bjöd vi på konsert i Nybrokyrkan och två äldreboenden, Daljunkaregården och Bjursåsgården, har besökts där vi sjungit. I samband med besöket i Bjursås träffades kören på Dössberget för att avsluta terminen med en lunch.

I oktober hade kören ett sångframträdande i Nybrokyrkan och första advent deltog kören i adventsfirande på Stora Torget. Kören bjöds därefter på adventsfika i Wallmanssalen.

*För Falu SPF-kör  
Stina von Post, verksamhetsansvarig*

## FRISKVÅRDSKOMMITTÉN

Friskvårdskommittén har under året haft följande sammansättning: Monica Hillner, Inger Larshans, Mats Hiertner, Per Börjesson Göran Carlstrand Dick Junholm och Hans Thors. Kommittén har under året haft fem sammanträden därav ett digitalt.

Vår verksamhet omfattar många aktiviteter. Nedan ges en kort redovisning av alla pågående aktiviteter.

Boulegruppen är en mycket aktiv sektion både sommar och vinter. Varje tisdag samlas mellan 20–30 medlemmar för spel. Spelet inomhus bedrivs i Falu Bouleklubbs inomhusarena på Vallavägen i Norslund. Utomhusarenan ligger också vid Vallavägen mitt emot inomhusarenan. År 2023 års finalspel på hösten i klotligan med deltagande lag från länets SPF-och PRO-föreningar lyckades ett av våra tre deltagande lag stå som segrare i finalen. I segrande laget ingick Lars Brovall, Torbjörn Sundberg och Kjell Söderholm. I den årliga föreningstävlingen på senhösten deltog 31 medlemmar. Segrade gjorde Inge-  
mar Lidström med Lena Sundberg på andra plats.

Bowlingspelet bedrivs numera i Maserhallen, Borlänge då Falun saknar bowlinghall. Vår ledare Kent Malmström har ordnat med tre tider varje fredag då bowlarna spelar. Antalet deltagare har successivt ökat. Nu är det ca 40–45 spelare som deltar. Årets förbundsmästerskap för SPF Seniorerna spelades i Örebro. Från vår förening deltog 21 spelare. Det blev inga pallplatser i år men många bra placeringar uppnåddes. Panterbowlingen är ett landsomfattande seriespel för 55+ med cirka 170 lag indelade i grupper. Varje lag spelar på hemmaplan. Vi har ett lag med i spelet som pågår.

Under Folkhälsoveckan som ordnas i mitten på maj månad hade alla gym i stan välvilligt ställt upp för att låta våra medlemmar "prova på"  
Under veckan var det 17 medlemmar som provade att "gymma" om de sedan har fortsatt efter veckan har ingen uppföljning gjorts.

Ledare för gruppen skidåkning/ långvandringar är Mats Hiertner, som har samlat en grupp duktiga ledare för olika vandringar omkring sig. Denna vinter blev det skidåkning 11 tisdagar, som avslutades först den 28 mars med 11 deltagare i Sörskog. Den 31 januari var det så dåligt med skidspår att vi vandrade i skoterspår i Gyllbergen. I allmänhet har det varit drygt 10 deltagare. Sörskog var det vanligaste målet. Vi gjorde också en dagsutflykt till Mora och åkte i Vasaloppsspåret. Vi deltog i StafettVasan med två lag. Loppet genomfördes på 8 timmar, resp. 8 timmar och 10 minuter. På senhösten gjordes 6 långvandringar på ca 10 km varje gång med början 30 oktober. Vi har gått vid Mörtaberget i öster till Rällsjöbo i nordväst. Vädret har varierat. Första och sista vandringen var tuffa och lockade endast 12 resp. 4 deltagare. Vid två tillfällen var vi 48 deltagare. Vi avslutade året med att åka skidor på tisdagarna.

De populära skogsvandringarna har nu återkommit. Tio vandringar har genomförts under ledning av Inger Gyllner, Marianne Lockner och Göran Carlstrand. Ca 30 personer har deltagit i vandringarna. Följande områden i kommunen har besökts: Vika, Sågmyra, Hosjö, Källslätten, Isala, Jungfruberget, Ramsnäs, Digertäkts gruvor, Sanders gammelskog och Stångtjärn. Verksamheten fortsätter under 2024 med start 7 maj vid Främby udde. Skogsvandringsprogrammet publiceras i MedlemsNytt och på webbplatsen.

I enlighet med våra önskemål har Runns Kajaksällskap även denna sommar arrangerat ledarledda kanotturer för våra medlemmar.

Under juni och juli har fem kanotturer genomförts. Alla turer har varit fullbokade (8 deltagare per tillfälle). Turerna har varit mycket uppskattade.

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

Fortsättningskurserna samlade 23 deltagare.

Seniorgolfen har spelats varje onsdag under sommaren från 31 maj till och med 18 oktober. En s.k. finalomgång spelades onsdagen den 21 september. Finalomgången avslutades med tårta från SPF och den obligatoriska prisutdelningen.

Totalt har 20 omgångar spelats med sammanlagt 674 starter, med ett snitt på 35 tävlande. Tävlingen som är mycket populär spelas som lagtävling, (scramble) där det varje tävlingsdag utses en kapten för varje lag som håller ihop laget och hejar på.

Ett stort tack riktas till Inger Larshans, Mats Neubauer, Sven Olsson och banarbetarna som varje onsdag ställt upp och servat alla runt banan.

Årets föreningsmästerskap i golf, det sjuttonde i ordningen spelades liksom tidigare på Samueldals golfbana fredagen den 16 juni. Tävlingen lockade sammanlagt 31 deltagare, 21 herrar och 10 damer.

Tävlingen spelas med hcp i en damklass och en herrklass. Inger Larshans och Bo Andersson heter årets segrare.

Vår förening står för prisbordet, med presentkort och bollar till alla deltagare.

Volleybollintresserade ca 18–22 medlemmar träffas i Lugnets sporthall i stort sett varje vecka under både vår och höst. 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 deltar ca 120–130 medlemmar.

Varje deltagande medlem är flitig och samlar många poäng.

Fyrtio vinnare per period lottas fram bland de inlämnade korten.

Gåfotboll startades som ny aktivitet förra året. Det blev populärt från första tillfället. Gåfotboll är roligt och mycket jobbigare än man tror. Man får motion, puls och social gemenskap. Under utesäsongen i våras flyttades gåfotbollen till Korsnäs hemmaplan, Lindvallen. Med stöd av Korsnäs IF har nu gåfotbollen fått plats i Lugnets sporthall varje vecka. Deltagarlistan upptar 26 deltagare. Lika många kvinnor som män. Cirka 20 deltagare är snittet

Gymmet i Slätta har blivit mycket populärt bland våra medlemmar.

Varje måndag och torsdag klockan 10–11 samlas mellan 30–40 medlemmar för både motion och muskelträning. Deltagarlistan upptar sammanlagt ca 80 namn.

Populära aktiviteter är även vattengymnastik, funktionell träning (tidigare lättgympa) och mjukgympa.

Vattengymnastiken är numera förlagd till nya badhuset. Intresset att deltaga är mycket stort. Under året har vi haft sex grupper med 17 deltagare i varje grupp.

Ledare är Lena Grönberg, Pia Ljunggren, Anna-Kari Rynoson och Klaus Nylund

Funktionell träning tidigare kallad lättgympa har tyvärr haft väldigt få deltagare.

Träningen är mycket nyttig för hållningsmusklerna. 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 under hösten samlat 16 deltagare.

I början av hösten startades en cykelgrupp "Kul på hjul" efter initiativ av vår medlem Sonia Hedberg. Den första turen gick till Ornässtugan med tre deltagare.

Cykelgruppen har sedan växt och de kommande veckorna var det tolv deltagare som mest. Cykelgruppen "Kul på hjul" kommer igen till våren med nya turer.

Pensionärsskridsko på Lugnet startade i mitten av november på Lugnets isbana. Varje tisdag har våra medlemmar ca 10-14 personer fått öva teknik, balans, styrka och kondition. Träningen på Lugnet är en mycket bra förberedelse för kommande långfärdsturer senare under vintern.

En ny aktivitet som erbjudits är bordtennis. En fast tid har nu bokats i Falu Bordtennis lokaler varje onsdag under våren med start i januari.

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

*För friskvårdskommittén Hans Thors  
Verksamhetsansvarig*

## HUSGRUPPEN

Husgruppens verksamhet under 2023 har varit vid fler tillfällen än tidigare vilket känns bra.

I Wallmansalen finns nu ny ljudanläggning, ny projektorduk och mörkläggningsgardiner vilket gör att salen får ett större nyttjande.

Vi har haft PUB kvällar, informationsmöten, medlemsmöte nya medlemmar och musikunderhållning samt vårlunch.

Ett bra samarbete med kommunens ATL-nämnd gör att vi haft serveringstillstånd något som uppskattats då det är möjligt att tillhandahålla öl, vin och starksprit dock endast för våra egna medlemmar. Samarbetet med studentkåren fungerar fortfarande väldigt bra vilket bl.a. innebär att vi har full tillgång till garderoben och även nyttjande av bord och stolar.

Kökets utrustning och allt porslin har nu kommit till användning vilket visar att inköpen varit rätt planerat och genomfört.

*För Husgruppen  
Anders Runström, verksamhetsansvarig*

## INFORMATIONSKOMMITTÉN

Kommittén har hand om föreningens interna och externa kommunikation. Den interna består av information om planerade respektive genomförda aktiviteter i medlemsbladet MedlemsNytt, på föreningens webbplats, SPF-appen, Facebooksida och Facebookgrupp, samt genom de gruppmejl som skickas ut till medlemmarna för att stimulera medlemmarna att delta i föreningens aktiviteter. Den externa kommunikationen 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 Inger Söderlund (sammankallande och reporter), Margareta Nissby (redaktör), Bo Bävertoft och Per Börjesson (webbansvariga) och Barbro Carnehad (annonsansvarig) och Hans Kinell (reporter). Margreth Lindgren avgick som gruppmejlansvarig i början av året och ersattes av Björn Karlsson. Föreningens ordförande Anders Sätterberg är ansvarig utgivare för MedlemsNytt. Kommittén har under året sammanträtt tio gånger.

Innehållet i MedlemsNytt 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 webbplatsen.

MedlemsNytt har utkommit med 44 sidor per nummer och 2023 blev ett bra år vad gäller annonser. Det totala antalet annonssidor var 26,25 och intäkterna uppgick till 37 800 kr, en ökning med 4 sidor och 11 300 kr sedan 2022. Totalt har 18 olika annonsörer varit representerade i tidningen, varav 12 annonserat i mer än ett nummer. En tendens är att fler annonsörer väljer halvsidesannonser i stället för kvartssidor och att intresset för fyra annonser på rad ökar. Flera annonsörer hävdar att de når en viktig kundgrupp genom MedlemsNytt och en förhoppning är att intresset att annonsera förblir lika bra under 2024.

Många notiser och reportage om föreningens verksamhet har blivit införda i de lokala tidningarna, deras webbplatser och på Seniorens webbplats under "Landet runt".

Ansvariga för distribution av MedlemsNytt har varit Mats-Gunnar Lönn och Eva Lofstrand. Fyra nummer av MedlemsNytt har utgivits, samtliga med omfånget 44 sidor. Utgivningen har skett via brevduvorna som sköter merparten av distributionen av MedlemsNytt, Genom löpande nyrekryteringar under året har antalet varit i stort sett fulltaligt.

Cirka 131 färre tidningar än under år 2022 skickades med PostNord. Utskick med PostNord har vikt-mässigt legat inom >50–100 gram, bortsett från 4 brev med vikten max 500 gram.

Upplagan har vid varje utgivning varit 2 500 ex. Föreningen skickar ut "värvarbrev" till nyblivna 67-åringar i Falun, tillsammans med ett exemplar av MedlemsNytt som information om föreningens verksamhet.

65 brevduvor har varit engagerade i distributionen av MedlemsNytt under år 2023. Inom föreningen fanns vid årets slut 63 brevduveområden som har betjänats av 48 ordinarie brevduvor eller reserver.

Distributionsansvariga har skött kontakten med brevduvor och fördelat alla försändelser. Utdelning av kassar till brevduvorna har uteslutande skett från SPF-expeditionen.



Förberedande administrativt arbete inför utdelningen av kassar till brevduvorna har utförts av Eva Löfstrand och Mats-Gunnar Lönn. Tre medlemmar tillsammans med distributionsansvariga har packat de kassar med försändelser som duvorna burit ut vid fyra tillfällen.

38 duvor har jobbat vid alla tillfällen, 12 duvor vid tre tillfällen, sex duvor vid två tillfällen och nio duvor vid ett tillfälle. Ett 15-tal nya duvor har rekryterats under året. Ingen ny brevduva har rekryterats i Faluns ytterområden. Det är fortfarande svårt att rekrytera och behålla duvorna, inte minst p.g.a. ökande svårigheter att nå medlemmarna i deras bostäder (allt fler fastigheter utrustas med portko-der/portlås). Därmed kvarstår det faktum att många MedlemsNytt måste skickas med PostNord.

Duvorna har distribuerat cirka 6 651 MedlemsNytt inkl. två extra exemplar per brevduva till medlemmar och offentliga inrättningar. PostNord har distribuerat cirka 1 903 MedlemsNytt till medlemmar och offentliga inrättningar.

Utskick av MedlemsNytt för rekrytering av medlemmar som fyller 67 år har skett under året. Samtliga rekryteringsbrev har skickats med PostNord, cirka 533 stycken. Att dela ut dessa via brevduvor innebär ett alltför tidsödande förberedelsearbete.

Från 2 oktober 2023 har portokostnaden för utskick varit 20,00 kr exkl. moms per tidning (44 sidor) utan kuvert (>50–100 gram). Från samma datum har värvarbrevens kostnad 20,00 kr exkl. moms per tidning och inkluderar följebrev samt kuvert (>50–100 gram).

Inga utskick gjordes under 2023 för prisklassen <50 gram, från 2 oktober 2023 har priset varit 10,00 kr exkl. moms.

Fr.o.m. 1 januari 2024 gäller samma pris som trädde i kraft 2 oktober 2023, dvs. 20,00 kr exkl. moms (>50–100 gram).

Brevduvornas insatser kvarstår att vara mycket värdefulla för föreningen.

60 (59) gruppmejl med aktuella meddelanden och information till medlemmar med e-postadress har skickats ut under 2023. Det är en medveten strategi att samla aktuell information för utskick en gång i veckan, söndagar eller måndagar. Behovet av snabb information ger ibland extra utskick.

Antalet e-postadresser i medlemsregistret var vid årsskiftet 2 278 (2 126). Genom gruppmejlen nås fler medlemmar eftersom många sammanboende medlemmar har gemensam e-postadress. Ett antal mejl når inte fram till mottagarna av olika orsaker, t ex överfulla brevlådor eller felstavad adress.

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 SPF-appen och föreningens Facebooksida har notiser 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.

*För Informationskommittén*

*Inger Söderlund, verksamhetsansvarig*



## KPR KOMMUNALA PENSIONÄRSRÅDET

KPR har genomfört 4 sammanträden under året. Vårt arbetsutskott har förberett sammanträdena och förmöten har genomförts.

**Som grund för KPR 2023 har följande punkter varit prioriterade.**

- Minskad ofrivillig ensamhet bland äldre.
- Ökade IT-kunskaper hos äldre,
- Lokaler för pensionärernas aktiviteter.
- Boendefrågor.
- Möjlighet att påverka i äldrefrågor som remissinstans och genom att få del av relevant information.

Kopplat till verksamheten har funnits en Aktivitetslista som arbetsinstrument.

KPR har en ny ordförande efter det val som genomförts i Kommunen, det är Kommunstyrelsens vice ordförande Anders Lindh

Verksamhetsåret har präglats av för kommunen fortsatta problem att få fram tillräckligt med omsorgsbostäder samt personal i omsorgsverksamheten. I Sundborn planeras att byggas 5 omsorgsbostäder. Glädjande är att vi har hjälpt till att skapa 28 nya trygghetsbostäder under året. Arbete med att införa IT inom omsorgen pågår och kommer att påverka oss pensionärer alltmer i framtiden. Omvårdnadsförvaltningen har tillgång till en seniorhandledare som kan ställa upp för oss. Tex har ett stort antal hembesök genomförts för att motverka fallolyckor.

Vi har lyft frågan om vår kommun kan använda tomställda lokaler för färdigvårdade patienter på regionsjukhuset att användas av vår kommun.

En skrivelse har överlämnats till Kommunstyrelsen innehållande ett antal krav som vi anser inte blivit uppfyllda inom KPR

En granskning av kommunens handlingsplan för vård och omsorg har genomförts av IVO. Resultatet visar framför allt 4 områden som måste förbättras. Om kommunen inte uppfyller sina åtagande kan IVO utfärda vite.

Hemtjänsten har fortsatt stora problem att få personal att räcka till. Det måste fram mera omsorgsbostäder i kommunen för att avlasta hemtjänsten.

Under året meddelade Ordförande Anders Lindh att det bidrag såsom utgått på 30kr/medlem utöver medlemstödet inte kommer utbetalas till pensionärsorganisationerna. Som skäl angavs att man inte fick använda medel från fonder till utbetalning. Vi reagerade direkt och efter påtryckning från oss så har kommunen återställt bidraget och även beslutat att det skall utbetalas även 2024.

Vi har fått i uppdrag att ingå i ett arbete beträffande kommunens stiftelser och fonder som kan vara till nytta för oss pensionärer. Uppdraget kommer att redovisas 2024.

Beträffande Bowlingfrågan har den inte fått en lösning under året.

I KPR kommer en representant även att ingå från fritidsförvaltningen. För att få en mera stringent verksamhetsplan och aktivitetslista i KPR 2024, antogs vårt förslag på årets sista möte.

- \* Att arbetsutskottet kommer att ha en aktiv roll i rådets arbete. Målsättningen är att arbeta med några få områden för att kunna uppnå konkreta resultat.
- \* Att Aktivitetslistan, som är en bilaga till verksamhetsplanen, skall redovisa de aktiviteter som kommer att genomföras under respektive huvudrubrik i verksamhetsplanen.

Följande områden är prioriterade under 2024:

- Påverkan i äldrefrågor
  - \* ofrivillig ensamhet
  - \* boendefrågor
  - \* genomlysning av äldreomsorgen
- Översyn av fonder med fokus på seniorer
- Översyn av KPR:s organisation och arbetsformer -
- Bowlingfrågan i kommunen

För KPR

*Kent Karlsson, verksamhetsansvarig*

Mer detaljerad information vad som hänt i KPR 2023 finns på *Vi påverkar: KPR Kommunala Pensionärsrådet*

## MEDLEMSREGISTRET

Vi i medlemsregistret har under året haft kontakter med blivande och befintliga medlemmar i frågor som rör personuppgifter i registret, betalning av avgifter och diverse andra frågor. I samband med förfallodagen för årsavgiften kontaktades i mars månad samtliga medlemmar som inte betalat avgiften.

Vi har även haft kontakt med distriktet i frågor som rör överflyttning av medlemmar inom distriktet. Även kontakter med förbundet gällande överflyttning av medlemmar mellan distrikten och i andra frågor som rör medlemsregistret.

Under året har medlemsantalet ökat från 2 490 till 2 600, en ökning med 4,4 %. 276 medlemmar har tillkommit, 57 avlidit och övriga utträdde 130 personer.

Föreningen har också 5 så kallade vänmedlemmar.

För medlemsregistret

*Eva Andersson, verksamhetsansvarig*

## PROGRAMKOMMITTÉN

Programkommittén har haft följande sammansättning:

Hanne Hedin, Sammankallande, Kerstin Wåghäll tom årsmötet, Birgitta Gradén, Stina T Karlsson, Torsten Hedbom. Kristina Wallman, Tyge Olsson och Bengt Ericsson. De tre senaste är nya i programkommittén från juni 2023. Birgitta Wallman har varit styrelsens representant. I år har vi kunnat ha full verksamhet efter åren med pandemi. Vi har också fått tillgång till Wallmanssalen, vilket har givit nya möjligheter för aktiviteter. Samtidigt är antalet deltagare begränsat jämfört med Nybrokyrkan.

Till alla medlemsmöten och aktiviteter krävs nu anmälan. Dels för att antalet är begränsat och dels för att kunna planera den fika som föreningen bjuder på. Övriga aktiviteter skall vara självfinansierade så långt det är möjligt.

Vi försöker göra ett så allsidigt program som möjligt, så det finns något intressant för alla våra medlemmar. Vissa evenemang är extra populära och tyvärr kan inte alla beredas plats. Det har blivit kaos vid anmälningarna. Detta är något vi får jobba med det kommande året.

Ett annat problem är att vissa inte betalar, när det är en avgift vid aktiviteterna, så den som är ansvarig får skicka ut påminnelse. Detta är inte acceptabelt. Ett annat problem är när man anmäler sig och sedan inte dyker upp. Då har man tagit upp en plats för någon annan plus att vi har en kostnad för fika.

## Medlemsmöten 2023

- 11 Jan:** Anders Hanser från Hanserbio gjorde en exposé av en del av allt det han gjort och producerat. 100 deltagare
- 9 Feb:** Årsmöte
- 8 Mars:** Marie Lennestig. En häxprocess i upplysningstid-trolldomsprocessen i Dalarna 1757-1763. Marie hade forskat i ämnet eftersom en släkting till henne var inblandat i processen. 104 deltagare.
- 12 April:** "Spå väder" Mikael Lassbo och Lars-Erik Axelsson berättade med många exempel från naturen. 49 deltagare.
- 10 Maj:** "Dalkarlsvägen" Jan Olov Montelius, museiman och väghistoriker berättade om dalfolkets vandringar förr och nu. 75 deltagare.
- 14 Juni:** Musikcafé med underhållning med "Tängerpöjkarna". Fin avslutning på vårterminen. 98 deltagare.
- 9 Aug:** Taubesällskapet i Dalarna. Visafton med allsång. Sällskapet hade tagit med allsångshäften så alla kunde sjunga med. En uppskattad start på höstterminen. 100 deltagare.
- 13 Sep:** Brottsofferjouren. Christina Engvall och Linn Kankkoonen berättade om jourens arbete och olika former för bedrägerier och hur man kan undvika dem. 50 deltagare.
- 11 Okt:** Lars Rundqvist berättade om Adolf Andersson Finnmarkspoeten Dan Anderssons Pappa, en mycket intressant person. 90 deltagare.
- 9 Nov:** Eva Söderbaum tidigare bibliotekarie vid Carolina Rediviva i Uppsala och Ultuna-biblioteket berättade om sin debutbok "En skugga över axeln" som delvis handlar om hennes uppväxt i Falun. 33 deltagare.
- 13 Dec:** Traditionsenlig Lucia firande med Kulturskolans ungdomskör. 150 deltagare.

## Aktiviteter 2023

- 19 Jan:** Besök på Bergslagssalongerna med rundvisning av Gunilla Hedenblad. Lunch på Bergslagsmessen innan för de som ville. 22 Deltagare.
- 26 Jan:** Gamla Elverket. Teaterföreställningen "Så vitt jag minns" med Dalateatern. Fika serverades. 90 åskådare.
- 21 Feb:** Visning av ECO-Datacenter på Ingarvet. Centret innehåller servrar från många nationella och internationella företag. Överskottsvärmen går till värmeverket. Fika serverades. 30 deltagare.
- 16 Mars:** Besök på Fontänhuset en ideell förening som hjälper personer med psykisk ohälsa att rehabiliteras. Efter önskemål endast 7 deltagare. Fika serverades.
- 18 Mars:** St. Patricks Day på Kulturhuset Tio 14 i pelarsalen med servering av en god soppa med bröd. Underhållning med Plastic Paddy i storform. 137 deltagare.
- 20 Mars:** "Seniorbio" Kulturhuset Tio14. Efter önskemål från våra medlemmar visade Anders Hanser 2 av sina filmer. Peter Dahl "Målände" hur han komponerar en tavla. Benny Andersson och Orsa Spelmäns 30 år tillsammans. 60 deltagare.
- 4 April:** Teaterföreställningen "Den fula" på Dalateatern med information innan och fika i pausen. En skruvat men tänkvärd föreställning. 70 deltagare.
- 18 April:** Repris på visning av Bergslagssalongerna med lunch innan på Bergslagsmessen. Guidning av Gunilla Hedenblad. 20 deltagare.

- 18 April:** Pub-afton på Bishops Arms med quiz. 22 deltagare.
- 19 April:** "Seniorbio" Kulturhuset Tio14. Anders Hanser visade en av sina filmer ABBAs historia från början till Mamma Mia och Kalle Moreaus och Dalarna. Ca 200 åskådare.
- 14 Maj:** "Vårlunch" i Wallmanssalen med hemlagad mat av Birgitta Gradéns grannar och andra medhjälpare. Sprit rättigheter hade beviljats. Underhållning med "Höga Odds"
- 1 Juni:** Utflykt till Stora Fabriken i Grycksbo med en veteranbuss från 1963. Efter guidning av Marita Trygg och fika med tjockbulla gick turen till Sågmyra med besök i köks- och återbruksbutiken. 20 deltagare.
- 12 Juli:** 80+ utflykt med Örjan Hamrin. Rundtur i centrala Falun med information om historiska byggnader och miljöer. Därefter tur runt Varpan med bergsmanslandskapet och de gamla bergsmansgårdarna. Fika på Gullnäs gården. 48 deltagare.
- 29 Aug:** Studiebesök på hjälpmedelscentralen i Skomakargatan 22 i Borlänge med information och rundvisning. 20 deltagare.
- 13 Sep:** Studiebesök hjälpmedelscentralen. Inställd pga. omorganisation och lokalproblem
- 1 Okt:** Föreställningen "Cabaret" på Magasinet. 200 platser var reserverade för våra medlemmar.
- 12 Okt:** Första pubafton i Wallmanssalen. Sprit tillstånd hade beviljats. Trevlig möblering. Underhållning med "Easy Blues Band". 75 deltagare.
- 26 Okt:** Dan Andersson eftermiddag-kväll med Stefan och Anna-Kari. Gamla Elverket. Inleddes med sång av Torsten Hedbom. Fika. 86 deltagare.
- 12 Nov:** Pubeftermiddag i Wallmanssalen med samma upplägg som för den första pubafton och underhållning med "Easy Blues Band". 80 deltagare.
- 14 Nov:** Besök på Eco Datacenter på Ingarvet. En favorit i repris. Fika serverades. 30 deltagare.
- 23 Nov.:** Konsert med "Elda med Höns" Gamla Elverket. Möjlighet att köpa soppa och fika. 86 deltagare.
- 5 och 7 Dec:** Jultallrik i Bergslagsmässen med underhållning av "Trio Fobi". 2x120 medlemmar inkl. inkl. 10 gäster per gång. En del i projektet för att minska ensamhet med stöd av statliga pengar.

*För Programkommittén  
Hanne Hedin*

## PATIENTRÅDET

SPF Patientråd 2023 SPF Seniorerna Falun har två patientrådsrepresentanter vid varje vårdcentral i Falun. Representanterna är följande: Britsarvets vc: Anita Bergqvist och Gun Sandberg. Grycksbo vc: Silja Lagerberg och Sigrid Strand. Tiskens vc: Ewa Lindgren och Ivan Vig. Norslunds vc: Sonja Schnurer och Marianne Häggblom. Falu vc: Birgitta Öbrink Westling och Urban Björn. Kvarnportens vc Gun Karlsson.

Kvarnporten vc startade sitt patientråd i september 2023. Patientrådets verksamhet under 2023 har fungerat enligt tidigare överenskommelser. Representanterna har inbjudits till fyra möten under året, två under hösten och två under våren. Under mötena har SPF representanterna haft möjlighet att ta upp aktuella ämnen som exempelvis bemötande, digital kommunikation, läkartider, vaccinationsfrågor, telefonkontakt, kontakter angående besked om provsvar etc. Vårdcentralerna har informerat om förändringar/alt nyheter inom sitt verksamhetsområde. Ofta finns dessutom en dagens gäst inbjuden som belyser ett aktuellt ämne. Patientrådets möten har skett i en öppen och positiv anda.

Minnesanteckningar skrivs vid varje möte och aktuellt från dessa har kort presenterats i SPF MedlemsNytt under rubriken: Aktuellt från Patientråden. Under året har våra representanter distribuerat SPF:s Medlemsblad till samtliga vårdcentraler för att sprida kunskapen om att patientrådet

finns och gärna vill ha synpunkter från medlemmarna. Frågorna kan därefter förmedlas till berörd vårdcentral eller till Regionala patientrådet (RPR), vilket sammanträder fyra ggr/år.

SPF:s representanter har träffats en gång under året och diskuterat gemensamma frågor och erfarenheter. Övrig kontakt har skett via e-mail och telefon.

För Patientrådet  
Marianne Häggblom

## RESEKOMMITTÉN

Resekommittén har haft följande sammansättning: Anders Runström, Ulla Axelsson Immler, Meta Nordlöf, Kent Karlsson och Roland Gyllenhammar. Reseplaneringen har i stort kunnat genomföras men några resor har fått ställas in på grund av för få anmälningar eller sjukdom. Det är svårt att hitta en prisbild som känns rätt och vårt utbud kanske har varit lite för dyrt eller legat fel i tid.

Samtliga resor har fått bra omdömen vilket gör vårt arbete stimulerande men ställer också krav på oss att inte tappa i kvalité. Kommittén har fått en ny deltagare vilket gör kommande planeringar lättare då fler idéer kommer fram.

Genomfört under året:

11 feb	Björborevyn – Bus och Godis, 50 personer, Gunnar Helgesson ansvarig.
26 - 28 april	Kulturresa till Köpenhamn, 40 personer, Kent Karlsson ansvarig.
16 maj	Dagsresa till Avesta, 50 personer, Meta Nordlöf ansvarig.
27 juli	Dagsresa Wiij trädgårdar, Ockelbo, 40 personer, Ulla Immler ansvarig.
17 augusti	Hemlig resa, full buss till Örebro med Kent Karlsson ansvarig.
5-6 oktober	Änglagård och Nationalmuseum, Stockholm. 55 personer. Kent Karlsson ansvarig
29 oktober	"Alla Tidens Musikal och Operett", Gävle, med bl a "Babsan". Anders Runström ansvarig
27-28 november	Julbordsresa med 43 personer. Anders Runström ansvarig

För Resekommittén  
Anders Runström

## STUDIEKOMMITTÉN

Under verksamhetsåret 2023 genomfördes 39 studiecirklar med totalt 382 deltagare, (fler än förra året). Antalet studietimmar (à 45 min) har varit 828 och engagerade studieledare 29 personer. Planerad och erbjuden studieverksamhet men ännu ej genomförd var sex studiecirklar.

De trender vi kan se under 2023 var framförallt:

- Målning är ett ämne som intresserar dels nya och dels återkommande deltagare. Nytt för året var de utställningar som gruppen och ledaren gemensamt sammanställde på ett väl genomtänkt sätt.
- Intresset för släktforskning fortsätter, samma gäller för line dance och guldkant i vardagen. – Lokalhistoria om Runnbygden var mycket populärt och samlade många deltagare

- Intresset blev även stort för ”Skapa i lera”. Denna cirkel kommer fortsätta och då erbjudas som heldagar under 2024.
- Några av de cirklar som träffats under längre tid förnyade sig i sin upplägning och sitt innehåll under det gångna året Positivt är också att flera medlemmar tagit kontakt och föreslagit ämnen till nya cirklar.

Kommittén har bestått av följande medlemmar: Peter Olofsson (sammankallande vt 2023), Gunilla Back Kinell, Christina Haggren, Marianne Häggblom, Ulla Moberg, Lena Söderlund, Gunilla Barkar Tagesdotter, styrelsens representant, och Lovisa Bergqvist Vuxenskolan.

Våra fina cirkelledare har gjort ett fantastiskt och värdefullt arbete. Stort Tack till Er!  
Hoppas Ni vill fortsätta vårt samarbete. Vi i kommittén tackar också Studieförbundet Vuxenskolan för ett inspirerande och gott samarbete.

*För Studiekommittén  
Marianne Häggblom  
Studiekommittèmedlem*

## **TRIVSELKOMMITTÉN**

Ansvarig för kommittén har varit Anna Maria Wahlberg.  
Övriga medlemmar: Gunilla Barkar, Marianne Häggblom, Elsa Wolff. Christina Öhlén. Berit Svenske. Karin Malmgren, Birgitta Lindskog-Morell, Birgitta Nord och Göta Larsson.  
Christina Sätterberg har i huvudsak gått promenader med de medlemmar som vill promenera innan fikastunderna.

Kommittén fördelar uppdragen inom sig, två personer var gång vid tisdagsfikat.  
En person är ansvarig som värdinna vid luncherna på Gamla Elverket.  
Uppdragen fördelas så att vi kompletterar varandra utifrån de olika förutsättningar som var och en har. Antalet besökare har varierat alltifrån 5 till 25 medlemmar.  
I samband med inomhusfikat 15/8 - 15/5 erbjuds lättare promenader. Uppehåll med promenaderna under sommaren 15/5 - 15/8 och vintertid när halkrisk finns.  
Under sommaren har vi träffats i Kristineparken med eget medhåvt fika. Föreningen bjöd på fikat första träffen.  
Antalet träffar under året har varit 39 inomhus och 12 utomhus

Luncherna på Gamla Elverket har ägt rum kontinuerligt varannan fredag med sommaruppehåll 15/5 - 1/9. Antalet gäster varierar från 8 till 15 medlemmar.

Trivselkommittén arrangerade en resa under augusti för 20 personer till Mora under dagtid med besök på Zongården, lunch och guidad visning. Stopp på vägen vid Rättviks kyrka, Nittsjö keramik och Nusnäs trähästtillverkning. Tema för resan var Gustaf Wasa 500 år.  
I fjol 2022 gick resan i Nils Holgerssons underbara resa, enligt boken, i Dalarna. Resan avslutades med lunch på båten Gustaf Wasa, från Leksand.  
Trivselkommittén har vid ett tillfälle bistått Husgruppen med bakning.

*För Trivselkommittén  
Anna-Maria Wahlberg*