

2017

Styrelse:

Herbert Carlén, ordförande
Bertil Eek, vice ordförande
Holger Freij, kassör
Bo Bävertoft, sekreterare

Gunilla Barkar
Gun Eriksson
Birgitta Wallman



Medlemsantalet ökade med 4,6 procent till 2.368. Antalet nyregistrerade medlemmar var 222. Under året har 67 medlemmar lämnat föreningen av annat skäl än dödsfall eller avflyttning från orten. Målet är att detta antal ska minska till högst 50 per år.

Medlemsavgiften var 250 kr, varav till förbundet 130 kr och till distriktet 20 kr. Årsmötet 2017 beslutade att föreningens del av medlemsavgiften för 2018 ska sänkas med 20 kr.

Den nya webbplattformen och det nya medlemsregister som förbundet införde i december 2016 fortsatte att vålla avsevärda problem även under 2017.

Den nybildade trygghetsboendegruppen har under året haft möten med politiker, byggföretag och exploatörer för att initiera byggande av trygghetsbostäder.

Samtal har under hösten förts med Falu kommun och PRO Falun om att omvandla (delar av) ”Studenternas hus” vid Åsgatan till ett ”Seniorernas hus”. Samtalen fortsätter.

Andelen funktionärer som är villiga att ställa upp för omval ska vara minst 80 procent. Under 2017 har 89 procent ställt upp för omval.

Föreningen har medverkat vid 60+-mässan på Lugnet.

Nya aktiviteter under året har varit eftermiddagsteater, dansafton tillsammans med Danskklubben Berguvarna, filmklubb, skridskoåkning och volleyboll.

Under sommarmånaderna har följande aktivitetstyper anordnats: Sommarlunch, kräftfest, lästipsträffar, geologiexcursioner, Trädgårdar i Dalarna samt resor.

Vid årsmötet valdes Herbert Carlén till ny ordförande efter Ann-Britt Åsebol.

– Då jag nu avgår som ordförande för SPF Seniorerna i Falun gör jag det med en stor erfarenhet rikare, sade avgående ordföranden Ann-Britt Åsebol. Det har varit mycket stimulerande att ha haft förtroendet att vara er ordförande, och jag kommer självklart fortsätta att arbeta med seniorfrågor i andra sammanhang.

– Det är med stor ödmjukhet som jag tar över som ordförande och får bli en i laget som skall försöka göra en bra förening ännu bättre, sade Herbert Carlén vid tillträdet. Vissa frågor är viktiga för en intresseorganisation som SPF Seniorerna att driva, t ex kommunala transporter. Varför drogs Mjuka linjen in till exempel, pensionärer måste ha möjlighet att på ett enkelt sätt kunna ta sig in till stan för en rimlig kostnad. Och pensionärspris på bussen borde vara en självklarhet.

Kommunala Pensionärsrådet, KPR, fick ny organisationstillhörighet i september, då rådet flyttades från omvårdnadsnämnden till kommunstyrelsen. På så vis får rådet allsidig information och möjlighet att påverka övergripande planeringsprocesser. SPF:s representanter i rådet har länge arbetat för denna förändring och utarbetat förslaget som antogs i sin helhet.

SPF-ombuden i rådet har besökt det nya vård- och omsorgsboendet Hälsingebacken, vilket resulterade i att det omtalade ”paternosterverket” nu fungerar. Genom SPF-ombudens ingripande är nu hörselslingan på Daljunkaregården lagad. Hörselslingorna på övriga vård- och omsorgsboenden kommer att kontrolleras.

SPF har varit representerat i referensgruppen för utbyggnad av vård- och omsorgsboende, i referensgruppen för anhörigvårdare och i kostrådet.

Erfarenheterna från årets arbete i Patientråden visar att verksamheten vid vårdcentralerna fungerat i stort sett bra. Under året har SPF också blivit representerat i den privata Falu Vårdcentral.

Utöver årsmötet har åtta medlemsmöten hållits, varav sju i Nybrokyrkan, med 120-140 deltagare. Luciafirandet lockade 180 medlemmar. Föreningen har bjudit på kaffet vid medlemsmötena. På programmet har stått t ex Faluhistoria, knäartros, Fröding, Äldre i trafiken (i samarbete med Trafikkommittén).

Andra arrangemang har varit filmvisning, quiz, öl- och matkväll, eftermiddagsteater, danskväll i samarbete med dansklubben Berguvarna, studiebesök vid återvinningscentralen.

Vårlunchen avåts på Dössberget i Bjursås. Kräftfest anordnades på Aspeboda Golfkrog.

Elva välbesökta lästipsträffar arrangerades.

Under året genomfördes 22 resor inom och utom landet med sammanlagt omkring 1000 resenärer. Utlandsresorna omfattade Åland, Norge, vinresa till Champagne och Tyskland, kryssning Lybeck-Bornholm-Visby samt en resa i Martin Luthers fotspår. Ett besök i Gamla stan och Drottningholm med guidning av Christopher O'Regan blev rekordsnabbt fullbokad.

Expeditionskommittén konstaterar att webbanmälningar till resor m m nu fungerar väldigt bra. Färre ringer eller kommer till expeditionen.

Kursverksamheten i samverkan med Studieförbundet Vuxenskolan har varit omfattande. Ett 90-tal kurser och cirklar har erbjudits, bland annat nyheterna filmklubb och medicinsk yoga.

Studiegruppen KGK-1 har under året haft ett tiotal träffar och bland annat besökt Idrottens Hus, Tension/Playground, Svenska Krämfabriken och Centrala Stadsrum. KGK-2 har träffats varje månad och gjort studiebesök på Sveriges Radio och det nybyggda Bovieran.

Friskvårdskommitténs verksamhet har omfattat boule, bowling, golf, skogsvandringar, rygg- och vattengymnastik, längdskidåkning, långfärdsskridsko, stavgång och Motionera Mera-lotteriet.

Boulegruppen är mycket aktiv och deltar i olika tävlingar.

Bowlinggruppen har samlats varje vecka. Under hösten har ytterligare en bowlinghall öppnats. Bowlarna spelar nu i båda hallarna och antalet har ökat. I SPF-mästerskapen på riksplanet har de haft fina framgångar.

Varje vecka under vår och höst har gemensam *stavgång* företagits.

Elva *skidutflykter* har gjorts. Föreningens lag har deltagit i StafettVasan. Under november gjordes fyra långvandringar med rekorddeltagande, runt 30 personer per gång.

För tolfte året i följd har *golfkurser* genomförts. Fortsättningskurserna samlade 35 deltagare och nybörjarkursen 5 deltagare. För scramblespelet har intresset varit stort, som mest 62 spelare. Klubbmästerskapet samlade 51 deltagare. Två medlemmar tävlade i SPF-Riksgolfen.

Skogsvandringarna fortsatte för femtonde året i rad, med elva vandringar med i snitt 20 deltagare. Årets rekordsiffra var 37 deltagare. Fördelningen män/kvinnor tenderar att jämnas ut.

I *vattengymnastiken* var under våren fem grupper i gång och under hösten sex. Två nya ledare kunde rekryteras. *Senior lättgympa* och *mjukgympa* samlade 25 respektive 30 deltagare.

En ny aktivitet, *Pensionärsskridsko*, startades i november. Vid sex tillfällen har sammanlagt 86 deltagare övat teknik, balans, styrka och kondition.

I *motionslotteriet* deltog sammanlagt 116 deltagare, något fler än föregående år.

Trafikkommittén har under året försökt få en kontaktperson på Falu kommun för att följa upp de ärenden som skickats in. Under hösten informerades om att KPR ska vara en gemensam ingång för pensionärsorganisationen och därför avvaktar kommittén i väntan på mer information.

I oktober anordnades i samarbete med programkommittén en välbesökt föreläsning på ämnet *Äldre i trafiken*.

Den nybildade Trygghetsboendegruppen avser att driva frågor om boende för äldre och påverka kommun och byggföretag. Under våren gjordes en enkät bland medlemmarna för att undersöka intresset för trygghetsboende. Intresset var överväldigande och gruppen gick därför vidare med att kontakta byggföretag och politiker för att undersöka lämpliga tomter och politikernas intresse för att bygga ett trygghetsboende i centrala Falun.

Falu SPF-kör hade vid årets slut 57 sångare och har framträtt vid ett tiotal tillfällen, bland annat vid föreningens möten i Nybrokyrkan, i Kristine kyrka och vid vård- och omsorgsboenden, samt medverkat i tävlingen "Körslaget" i Boda missionshus. En bussresa till Rättvik med besök i Rättviks kyrka, Stiftsgården och Naturbruksgymnasiet avslutade vårterminen.

Väntjänstkommittén har medverkat i aktivitetsträffar och i söndagskafé på Britsarvsgården. Lördagskaféerna på Björken har fått fortsätta och varit välbesökta. De äldre medlemmarna inbjöds till en sommarutflykt till Samuelsdals pensionat. Gemensamma fredagsluncher har anordnats varje månad. En väntjänstträff har anordnats med information om demenssjukdom hos äldre.

MedlemsNytt har under året utkommit med fyra nummer. Omfång: 44 sidor (sommarnumret) respektive 48 sidor (övriga tre nummer). Upplaga: 2100 ex (vårnumret), 2400 ex (sommarnumret), 2600 ex (höstnumret) respektive 2300 ex (vinternumret).

Annonsintäkterna minskade något. Den vakanta posten som annonsansvarig tillsattes under senare delen av året.

Relativt många notiser och reportage om föreningens verksamhet har blivit införda i lokalpressen och på Seniorens webbplats under ”Landet runt”.

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.

Antalet gruppmejl 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. Utskicken 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. I slutet av året tillträdde en ny gruppmejlansvarig.

MedlemsNytt distribueras av 59 brevdovor, som under året delat ut drygt 6300 MedlemsNytt till medlemmar och offentliga inrättningar. Drygt 1200 MedlemsNytt har skickats genom PostNord. Inget utskick av MedlemsNytt i värvningssyfte har förekommit under året.

2018

Styrelse:

Anders Sätterberg, ordförande
Bertil Eek, vice ordförande
Holger Freij, kassör
Karin Malmgren, sekreterare

Gunilla Barkar
Gun Eriksson
Birgitta Wallman



Medlemsantalet ökade med 1,47% till 2.412. Antalet nyregistrerade medlemmar var 177. Under året har 93 medlemmar lämnat föreningen av annat skäl än dödsfall eller avflyttning från orten.

Medlemsavgiften var 230 kr, varav till förbundet 130 kr och till distriktet 20 kr. Föreningens del av medlemsavgiften sänktes med 20 kr.

Driftsproblemen i det centrala nya medlemsregistret har under året i allt väsentligt blivit lösta.

Samtalen med Falu kommun och PRO Falun angående ”Seniorernas hus” fortsatte. Trygghetsboendegruppen arbetade vidare. IT-hjälpen förstärktes till tre personer. Föreningen medverkade vid Å-festen, i kommunens aktivitetsmässan och i 60+-mässan.

Vid årsmötet valdes Anders Sätterberg till ny ordförande.

– En organisation med delegerat ansvar för olika kommittéer skapar ett brett engagemang hos flera medlemmar och borgar för ett utbud av många aktiviteter och arrangemang. Jag hoppas att tillsammans med styrelsen kunna stödja och utveckla vårt gemensamma arbete, sade Anders Sätterberg.

– Jag vill tacka för förtroendet att ha fått vara ordförande i en mycket livaktig och fantastisk förening, sade avgående ordföranden Herbert Carlén.

Kommunala Pensionärsrådet, KPR, är numera organisatoriskt knutet till kommunstyrelsen. SPF-ombuden i rådet har besökt äldreboendet Daljunkaregården och deltagit i referensgruppen för anhörigvårdare, i måltidsrådet, i arbetsgruppen för medborgardialog om välfärdsteknik, i förbundskonferens om att minska ensamhet samt i distriktets inspirationsdagar för KPR- och LPR-ombud.

Ärenden som behandlats: Trygghetsboendegruppens arbete, boendepånen för äldre och brukarrevision vid vård- och omsorgsboendet Hälsingebacken. KPR har kritiserat förra årets undermåliga snöröjning och halkbekämpning och efterlyst nolltaxa för pensionärer på bussar under lågtrafik samt påpekat att bemanningen i äldreomsorgen inte får försämrats när de statliga stimulansmedlen inte längre betalas ut.

Flera av de frågor som avhandlas i Patientråden förs vidare till KPR och LPR (Landstingets Pensionärsråd). Framkomlighet på telefon, äldresjuksköterska och användandet av egenvårdsremiss har diskuterats.

Utöver årsmötet har åtta medlemmöten hållits, alla i Nybrokyrkan, med sammanlagt över 800 deltagare. Föreningen har bjudit på kaffet vid medlemmötena. På programmet har stått Kontanthantering i glesbygd, Region Dalarna, Testamente och generationsskifte, Gamla veckotidningar, Kyrkogårdar, Vårmode och Musikquiz.

Andra arrangemang med tillsammans mer än 200 deltagare har varit besök hos Svenska Skidspelen, Athena Nordic, Gruvmuseum, Ambulanssjukvården, Silverhyttan, Dalarnas Tidningar, Residenset och i Kopparstadens visningslägenhet samt pubbesök med musikquiz.

Vårlunchen förlades till Skedvibröd.

Elva lästipsträffar har arrangerats med 10-15 deltagare varje gång och fortsatte även under sommarmånaderna.

Under året genomfördes 17 resor med sammanlagt omkring 700 deltagare. Utlandsresor: Finland med Höga kusten, Oslooperan och Svenska teatern i Helsingfors samt den traditionella julbordsresan till Mariehamn. Teaterresor: Glada Änkan och My Fair Lady i Stockholm, Caprice i Lindsberg. Inrikes resor: Bohuslän, Inlandsbanan, shoppingresa till Stockholm, fondueafton vid Romme Alpin, Taxinge slott, Husbyringen, Ingmarsspelen, Västerdalarna (hemlig resa), lunchkryssning på Siljan samt Wålstedts i Dala-Floda. En resa ställdes in på grund av för få anmälningar.

Expeditionskommittén konstaterar att webbanmälningar till resor fungerar väldigt bra.

Kursverksamheten har varit omfattande. 115 kulturprogram, cirklar/kurser har erbjudits. 49 cirklar har genomförts. Antalet unika cirkeldeltagare var 354.

32 kulturprogram har genomförts, flera av dem i samarbete mellan Vuxenskolan och andra kommittéer.

Friskvårdsverksamheten har under året omfattat boule, bowling, golf, skogsvandringar, rygg- och vattengymnastik, längdskidåkning, stavgång, skridskoåkning och Motionera Mera-lotteriet.

Boulegruppen är mycket aktiv och deltar i olika tävlingar.

Bowlinggruppen har spelat i två olika hallar och deltagarantalet har ökat. I SPF-mästerskapen på riksplanet noterades fina framgångar. Föreningen anordnade förbundsmästerskapet i bowling, som blev en stor arrangörsframgång.

Gemensam *stavgång* har företagits varje vecka vår och höst.

Fjorton *skidutflykter* har gjorts under vintern, bl a till Mora för att åka i Vasaloppsspåren. Skidgruppen deltog också i StafettVasan.

Under november och december gjordes sju *långvandringar* med många deltagare.

För trettonde året i följd har *golfkurser* genomförts. Fortsättningskurserna samlade 33 deltagare och nybörjarkursen 6 deltagare. För scramblespelet har intresset varit stort, som mest 57 spelare. Årets klubbmästerskap i golf, det trettonde i föreningens historia, samlade 59 deltagare. Tre medlemmar tävlade i SPF-Riksgolfen.

Skogsvandringarna fortsatte för sextonde året i rad, med elva vandringar med i snitt 19 deltagare. Fördelningen kvinnor/män är numera relativt jämn.

För *vattengymnastiken* har intresset varit stort med sex grupper i gång. *Funktionell träning (tidigare kallad lättgymna)* och *mjukgymna* samlade 23 respektive 28 deltagare.

Pensionärsskridsko på Lugnet startade i november.

Motionslotteriet har under året pågått i en period med sammanlagt 116 deltagare, samma antal som föregående år.

Trafikkommitténs framtida roll har diskuterats. Frågorna kring kollektivtrafik och övriga frågor hanteras i fortsättningen inom KPR där Trafikkommittén har en suppleantplats.

Falu SPF-kör hade vid årets slut 48 sångare och framträdde vid ett tiotal tillfällen, bland annat vid föreningens möten i Nybrokyrkan, i Kristine kyrka och vid vård- och omsorgsboenden, samt medverkade i tävlingen "Körslaget" i Boda missionshus. Vartannat år inbjuder Daladistriktet till körstämma i Kristinehallen. Fem SPF-körer deltog denna den nionde gången. Liksom tidigare stod Falu SPF-kör för arrangemanget.

Väntjänstkommittén har medverkat i aktivitetsträffar och i söndagskaféer på Britsarvsgården. Lördagskaféerna på Björken har fått fortsätta men under hösten endast en lördag i månaden. De äldre medlemmarna inbjöds till sommarutflykt till Gullnäsgråden. Gemensamma fredagsluncher har anordnats varje månad.

Medlemsbladet har under året utkommit med fyra nummer. Under året har föreningen sökt och erhållit utgivningsbevis för MedlemsNytt och anmält föreningens ordförande Anders Sätterberg som ansvarig utgivare. Annonsintäkterna har ökat.

Många notiser och reportage om föreningens verksamhet har blivit införda i Falu-Kuriren, DT-webben, och på Seniorens webbplats under ”Landet runt”.

Föreningens webbplats har regelbundet uppdaterats med information om kommande aktiviteter och referat från genomförda sådana. På föreningens Facebooksida 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 Facebooksida delats på föreningens sida. Under året har QR-kod till föreningens webbplats respektive Facebooksida införts i MedlemsNytt.

Gruppmejl med aktuella meddelanden till medlemmar med e-postadress har minskat till drygt 40 (föregående år drygt 50). Antalet e-postadresser i medlemsregistret har ökat från ca 1700 till ca 1750. Medlemmar utan dator erbjuds motsvarande information genom grupp-SMS till mobiltelefonen.

MedlemsNytt distribueras av 62 brevduvor, som under året delat ut drygt 6800 MedlemsNytt till medlemmar och offentliga inrättningar. Drygt 900 MedlemsNytt har skickats genom PostNord. Antalet som skickats med post har för varje utgivning minskat.

Utskick från föreningen av MedlemsNytt för rekrytering av medlemmar har inte skett under 2018.

2019

Styrelse:

Anders Sätterberg, ordförande
 Bertil Eek, vice ordförande
 Holger Freij, kassör
 Karin Malmgren, sekreterare

Gunilla Barkar
 Anders Runströmm
 Birgitta Wallman



Medlemsantalet ökade med 3,26% till 2.505. Antalet nyregistrerade var 231, antalet avlidna 68 och antalet utträdna 88. Antalet vänmedlemmar var 8. Medlemsavgiften var 260 kronor.

I oktober flyttade föreningen från Kuselska gården till nya lokaler i "Studenternas hus/Gamla Stadshotellet" på Åsgatan 37. Flytten omfattade föreningens expedition och sammanträdesrum samt SPF-distriktets expedition. Under resten av året och tills vidare fortsatte medlemsmötena att förläggas till Nybrokyrkan. Expeditionen fick nya öppettider, helgfria tisdagar och torsdagar kl 10.00-12.00.

Samtalen med Falu kommun och PRO Falun angående "Seniorernas hus" fortsatte. Styrelsen påbörjade arbetet med att prioritera nya aktiviteter samt ge förslag på kompletteringar i organisationen. Nya lokaler samt siktet på ett Seniorernas Hus ställer nya krav.

Trygghetsboendegruppen arbetade vidare. Föreningen deltog i Å-festen i juni och i 60+-mässan i oktober.

Föreningens 40-årsjubileum firades den 4 maj med en nostalgishow på Kulturhuset tio14 samt en jubileumsfest på Dalasalen med underhållning och dans.

SPF-ombuden i **Kommunala Pensionärsrådet, KPR**, har besökt äldreboendet Risholmsgården och deltagit i utvecklingsgruppen för Seniorernas Hus, studiereisa till Seniorernas Hus i Gnesta, digitala utvecklingsgruppen, Högskolans referensgrupp om teknikstöd, måltidsrådet, Hörselskadades förening och nytt trafikförsörjningsprogram samt i distriktets inspirationsdagar.

Ärenden som särskilt engagerat: brukarrevisioner på de sex träffpunkterna i kommunen, arbetet i Trygghetsboendegruppen, projektet "Aldrig ensam" och remissvar om planerat naturreservat. KPR har påtalat nödvändigheten av att hörslingorna i kommunens lokaler fungerar och behovet av äldresjuksköterskor på vårdcentralerna samt efterlyst nolltaxa på bussar för pensionärer under lågtrafik.

Ärenden i vårdcentralernas **patientråd**: Finns äldresjuksköterska på resp vårdcentral? Hur ska informationen från patientrådsmöten nå ut till SPF:s medlemmar?

På medlemsmötet i november informerades om patientrådets verksamhet och i varje nummer av MedlemsNytt har en kort sammanfattning införts. Få medlemmar har under året kontaktat patientråden.

Utöver årsmötet har tio **medlemsmöten** hållits, alla i Nybrokyrkan, med sammanlagt närmare 1200 deltagare. Föreningen har bjudit på kaffet vid medlemsmötena. På programmet har stått bl a Dalatrafik – priser och tillgänglighet, Dalarnas Tidningar om digitala nyheter, kvinnor bakom gatunamn, vårkonsert med SPF-kören, krisberedskap, Centrala stadsrum, Falu dragspelsgille och luciafirande.

Andra arrangemang med tillsammans närmare 600 deltagare har varit besök på Medicinhistoriska museet, hos Svenska Skidspelen, på Rådhuset, teaterföreställning, hjärtlungräddning och halkkörning. Vår lunchen intogs på Staberg.

De äldre medlemmarna (80+) inbjöds i slutet på juli till en guidad bussutflykt runt Faluns nya områden som avslutades med kaffe och musik på Samuelsdals Pensionat.

Lästipsträffarna har varit välbesökta, med 10 – 15 deltagare varje gång.

Under året genomfördes 16 **resor** med sammanlagt omkring 500 deltagare. Utlandsresor: Moseldalen och Pfalz, Lofoten, Toscana samt den traditionella julbordsresan till Mariehamn.

Teater- och konsertresor: Svansjön på Cirkus, Ane Brun i Berwaldhallen, Så som i himmelen på Oscarsteatern, Trollflöjten på Operan samt Västanå teater i Sunne.

Inrikes resor: Ekomuseum Bergslagen, ölprovning och mentalvårdsmuseet, vårmiddag i Nittsjö, Stockholms skärgård, Uppsala, Ore-Orsa ((hemlig resa) och shoppingresa till Stockholm.

Fyra resor ställdes in pga för få anmälningar. Distriktet har bildat en grupp med uppdrag att samordna reseaktiviteterna i distriktet och möjliggöra att planerade resor kan genomföras.

Expeditionskommittén konstaterar att webbanmälningar till resor fungerar väldigt bra.

I november presenterades förslag på kommande resor vid en informations-träff för medlemmarna.

Studieverksamheten har varit omfattande. 51 studiecirklar med sammanlagt 409 deltagare har genomförts. Exempel: handarbete, mobiltelefon, foto/bilder, dans, yoga, spanska, släktforskning, sång och musik, böcker och skrivande, geologi.

Friskvårdsverksamheten har omfattat boule, bowling, golf, skogsvandringar, rygg- och vattengymnastik, längdskidåkning, stavgång, skridskoåkning, volleyboll och Motionera Mera-lotteriet.

Boulegruppen är mycket aktiv och deltar i olika tävlingar.

Bowlinggruppen spelar numera i Falun Bowling & Krog. I SPF-mästerskapen på riksplanet noterades fina framgångar.

Gemensam *stavgång* har företagits i stort sett varje vecka.

Bara nio *skidutflykter* har gjorts under vintern pga den sena säsongstarten. SPF Seniorerna Falun deltog för första gången med två lag i StafettVasan.

Under november-december gjordes sex *långvandringar* med många deltagare (rekord: 63).

För fjortonde året i följd har *golfkurser* genomförts. Fortsättningskurserna samlade 30 deltagare och nybörjarkursen 6 deltagare. För scramblespelet har intresset varit stort, som mest 51 spelare. Årets klubbmästerskap i golf, det fjortonde i föreningens historia, samlade 53 deltagare. I SPF-Riksgolfen fick föreningen två fina tredjeplatser.

I årets riksmästerskap för SPF:are i *orientering* fick våra medlemmar tre medaljer.

Skogsvandringarna fortsatte för sjuttonde året i rad, med tio vandringar med i snitt 20 deltagare.

För *vattengymnastiken* har intresset varit stort med sex grupper i gång.

Funktionell träning och *mjukgympa* samlade 22 respektive 32 deltagare.

Pensionärsskridsko på Lugnet startade i november.

Motionslotteriet har under året pågått i två perioder med sammanlagt 116-120 deltagare.

Falu SPF-kör hade vid årets slut 50 sångare och framträdde vid ett tiotal tillfällen, bland annat vid föreningens möten i Nybrokyrkan, i Stora Kopparbergs kyrka och vid vård- och omsorgsboenden samt vid en offentlig konert i Sandviken tillsammans med vänkören SPF Syrenen där.

Medlemsbladet har under året utkommit med fyra nummer. Upplagan har varierat mellan 2400 och 2 600 ex, en generell ökning som framför allt beror på utskick av ”värvarbrev” till nyblivna 65-åringar i Falun i syfte att rekrytera nya medlemmar. Omkring 700 sådana har skickats ut under året. Annonstäckerna har minskat något jämfört med år 2018. Intresset att annonsera i MedlemsNytt är dock gott.

MedlemsNytt distribueras av 58 brevduvor, som under året delat ut drygt 6900 ex till medlemmar och offentliga inrättningar. Drygt 970 ex har skickats genom PostNord. Tendensen är att allt fler MedlemsNytt måste skickas med PostNord.

Många notiser och reportage om föreningens verksamhet har blivit införda i Falu-Kuriren, DT-webben, och på Seniorens webbplats under "Landet runt".

Gruppmejl med aktuella meddelanden och information till medlemmar med e-postadress har ökat från drygt 40 föregående år till närmare 50 år 2019. Det är en medveten strategi att samla aktuell information för utskick en gång i veckan. Antalet e-postadresser i medlemsregistret har ökat från ca 1750 till ca 1940.

Föreningens **webbplats** har regelbundet uppdaterats med information om kommande och genomföra aktiviteter. 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" Vid ett antal tillfällen har även notiser från förbundets Facebooksida delats på vår sida.

2020

Styrelse:

Anders Sätterberg, ordförande

Bertil Eek, vice ordförande

Holger Freij/Pernille Hallgren, kassör

Karin Malmgren, sekreterare

Gunilla Barkar

Herbert Carlén

Birgitta Wallman

Medlemsantalet ökade med 0,68% till 2.515. Antalet nyregistrerade var 167, antalet avlidna 53 och antalet vänmedlemmar 6. Medlemsavgiften var oförändrad, 260 kronor.

Året präglades av covid 19-pandemin och föreningens verksamhet var starkt begränsad. Inga välkomstmöten för nya medlemmar kunde hållas.

Expeditionen var under sommaren och hösten bemannad endast tisdagar, och fysiska besök undanbads.

Med utgångspunkt från Rapport från arbetsgruppen för rekrytering och medlemsvård 2018 hade den särskilt tillsatta Utvecklingsgruppen tre möten.

Styrelsen tog över rapporten och påbörjade arbetet med att prioritera nya aktiviteter samt ge förslag på kompletteringar i organisationen. Nya lokaler samt siktet på ett Seniorernas hus ställer nya krav.

Samtal har fortlöpande förts med Falu kommun samt PRO och SKPF om Seniorernas hus.

Trygghetsboendegruppen arbetade vidare med att förmå byggare och politiker i Falun att bygga trygghetsboende.



En studiegrupp om ensamhet utmynnade i en **”ringgrupp”** (bilden ovan) med uppgift att ringa runt till ensamma medlemmar. I slutet av juni hade man ringt

över 600 samtal till medlemmar över 80 år. Verksamheten fortsatte under hösten. Initiativet blev mycket uppmärksammat i lokalpress, radio och TV.

SPF-ombuden i **Kommunala Pensionärsrådet, KPR**, har deltagit i Utvecklingsgruppen för Seniorernas hus, Tillsammans i Falun, Digitala utvecklingsgruppen, Högskolans referensgrupp om teknikstöd, Måltidsrådet och Hörselskadades förening.

Ärenden som särskilt engagerat: Seniorernas hus och Wallmanssalen, projektet Aldrig ensam och Ringgruppen, skrivelser till kommunen om avsaknad av kommunal krisberedskap och om användningen av statligt bidrag till äldreomsorgen, insändare till dalatidningarna gällande äldreomsorgslyftet, info om vart man vänder sig när minnet sviktar, bristande underhåll av cykelbanor, trygghetsboenden, remisser om Kungsgårdsvägen och Tallen.

Patientrådets verksamhet har i stort sett ej kunnat genomföras. Falu vårdcentral och Norslunds vårdcentral genomförde under januari-februari var sitt patientråd. Mycket få av våra medlemmar har tagit kontakt med någon representant i patientrådet.

Programkommittén planerade ett omväxlande program för 2020, men från och med mars måste alla aktiviteter ställas in.

Medlemsmöten i Nybrokyrkan januari-mars: Digitala betaltjänster, årsmöte, Gamla Falun. Sammanlagt 235 medlemmar deltog.

Andra arrangemang: Besök på Villa Bergalid och i Officererssalongen, tre höstkonsert på Lilltorpet. Sammanlagt 163 medlemmar deltog. Två lästips-träffar med 16 resp 20 deltagare.

Resekommittén genomförde endast en resa under året – Fredagsfestligt i Gävle i februari – med 48 deltagare. Övriga planerade resor ställdes in, liksom informationsmötet med medlemmarna.

Distriktet har bildat en grupp om sex personer med uppdrag att samordna reseaktiviteterna i distriktet. Verksamhetsansvarig för Resekommittén ingår i gruppen. Första mötet hölls i mars. Arbetet i gruppen har pausats tills vidare.

Studieverksamheten har i princip legat nere under året. De flesta cirklar måste avbrytas i månadsskiftet mars-april, medan de som var digitala kunde pågå och avslutas i vanlig ordning. Under hösten startade enbart digitala cirklar, med 330 deltagare.

Friskvårdsverksamheten startade som vanligt men i slutet av mars måste de flesta aktiviteterna inställas.

En promenadgrupp runt Tisken kom igång och samlade 6-9 deltagare.

”Promenera med din smarta telefon” var en ny idé – en tipspromenad med frågor i telefonen. Tre olika rundor har erbjudits i centrala Falun. Nästan 100 lag, dvs uppskattningsvis 150-175 personer, har deltagit.

En enda *skidtur* företogs; därefter gjordes sammanlagt 18 *långvandringar* under våren med i snitt 43 deltagare. Rekordet blev 71 deltagare. På hösten

gjordes två vandringar med 106 resp 102 deltagare. Vandringarna skedde i tre grupper med var sin vandringsledare. Vid samåkning delades munskydd ut.

För femtonde året i följd har *golfkurser* genomförts. Fortsättningskurserna samlade 20 deltagare, färre än vanligt. Nybörjarkursen blev inte av på grund av deltagarbrist. Årets föreningsmästerskap i golf måste ställas in.

Volleybollintresserade medlemmar har träffats i Lugnets sporthall i stort sett varje vecka under våren.

Motionslotteriet har pågått i två perioder. Sammanlagt 120–130 medlemmar deltog, en klar ökning från föregående år.

Falu SPF-kör hade vid årets slut 49 sångare och framträdde vid tre tillfällen – vid medlemsmöte i Nybrokyrkan, på Korsnäsgården samt vid Stabergs gård i samband med avtackning av avgående körledaren Margareta Åberg.

Medlemsbladet har under året utkommit med fyra nummer. Upplagan har varierat mellan 2500 och 2600 ex.

Medlemsbladet distribueras av 48 brevduvor, som under året delat ut drygt 4.600 ex till medlemmar och offentliga inrättningar. Närmare 600 ”värvarbrev” skickades till nyblivna 65-åringar i Falun i syfte att rekrytera nya medlemmar.

På grund av pandemin kunde inte brevduvor anlitas i full omfattning och betydligt fler exemplar än tidigare (drygt 3.550) måste skickas med PostNord. Därför begränsades sidantalet till 28 i nr 2, 3 och 4 så att endast enkelt porto skulle behövas.

Annonsvolymen och annonsintäkterna minskade till följd av pandemin.

Många notiser och reportage om föreningens verksamhet har blivit införda i de lokala tidningarna, deras webbplatser och på Seniorens webbplats under ”Landet runt”. Bland annat har föreningens ”ringgrupp” uppmärksammats inte bara lokalt utan även i riksnyheter.

Antalet **gruppmejl** med aktuella meddelanden och information till medlemmar med e-postadress har uppgått till ca 50. Antalet e-postadresser i medlemsregistret har ökat från ca 1.940 till ca 2.065.

Föreningens **webbplats** har regelbundet uppdaterats med information om kommande och genomförda aktiviteter. 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”. Vid ett antal tillfällen har även notiser från förbundets Facebooksida delats på vår sida.

2021

Styrelse:

Anders Sätterberg, ordförande
Bertil Eek, vice ordförande
Kerstin Assmundson, kassör
Karin Malmgren, sekreterare

Gunilla Barkar
Herbert Carlén
Birgitta Wallman

Medlemsantalet minskade under året med 33 personer, dvs 1,31%, till 2.483. Antalet nyregistrerade var 133, avlidna 42 och utträdna 134. Antalet vänmedlemmar var vid årets slut 6. Medlemsavgiften var oförändrad, 260 kronor.

På grund av pandemin måste årsmötet genomföras per capsulam. Svarsfrekvensen motsvarade väl närvaron vid ett fysiskt möte.

Styrelsen har hållit ett välkomstmöte för nya medlemmar samt ett möte med kommittéernas verksamhetsansvariga.

Föreningen har arbetat aktivt inom projektet ”Tillsammans i Falun” och ansvarat för tre aktiviteter. Föreningen deltog i 60+mässan i oktober i samarbete med Daladistriktet. Trygghetsboendegruppen har medverkat i planering för ett trygghetsboende vid Yxhammargatan.

Expeditionen har haft öppet tisdagar klockan 10–12.



Fika i parken. Föreningen bjöd in till utomhusträffar i Läroverksparken på tisdagar. De avslutades i augusti men fortsatte med träffar i SPF-lokalen.

Kommunala Pensionärsrådet, KPR har behandlat remisser om den nya boendeplanen för äldre samt förslag till patientavgift för hjälpmedel i Dalarna.

Ett SPF-ombud deltog i förbundets utbildningsserie i form av Zoom-webbina-rium för ledamöter i pensionärsråden.

Ärenden som särskilt engagerat: Seniorernas Hus och tillgången till Wallmansalen, trygghetsboenden, äldrevården under pandemin, projektet ”Aldrig ensam”, utanförskap när det gäller modern teknik, inrättande av en tjänst som digital fixare, att äldrevårdsfrågorna ska lyftas genom att engagera de seniora organisationerna, behovet av en äldreombudsman som ska utveckla Falun till en äldrevänlig kommun, ”Tillsammans i Falun” – ett samarbete mellan SPF Seniorerna, PRO och SKPF, att bowlinghall saknas i Falun, kontakt med Kultur-och fritidsförvaltningen m fl, att wifi finns på de flesta boenden, digitaliserat TV-och kanalutbud.

Patientrådets verksamhet har pga Covid-19 varit mycket återhållsam. De flesta mötesärenden har berört frågor kring pandemin. Frågor kring bemötande har inkommit och behandlats. Vid Falu Vårdcentral har bland annat diskuterats frågor kring utbyggnad av verksamheten.

Programkommittén: Under våren ställdes alla fysiska aktiviteter in, men medlemsmöten kunde genomföras digitalt och lades ut på hemsidan.

Digitala medlemsmöten: Sanna och osannolika historier, Gustav Vasas äventyr i Dalarna, Kulturella skillnader, Dalarnas framtid, Produktutveckling och upptäckarglädje.

Fysiska medlemsmöten med begränsat deltagarantal: Viltvård, Tryggare ekonomi, Covid-19, Ökad medellivslängd, luciatåg.

Andra arrangemang: Digital konsert med PopNix, besök Rankhyttans herrgård, besök Kristine kyrka, besök Rolf Ericson Bil, besök Boutique Affär.

Den nya kommittén **Husgruppen** kunde börja sitt arbete under hösten. Fyra möten genomfördes i Wallmansalen under november–december.

Resekommittén: Årets reseverksamhet präglades av den pågående pandemin. Endast fem resor genomfördes: Göta/Kinda kanal, Världsarvet Höga kusten, Dalafjällen, hemliga resan samt julbordsresan inklusive adventskonsert i Blå hallen. Totalt deltog 165 medlemmar.

Informationsmötet om 2022 års resor genomfördes i november vid två tillfällen och ca 80 medlemmar deltog.

Studieverksamheten: Under våren kunde endast digitala cirklar genomföras. Under hösten startade flera cirklar. De flesta måste avbrytas, några har kunnat slutrapporteras och de som varit digitala har kunnat pågå och avslutas i vanlig ordning.

Lästipsträffarna återupptogs under hösten.

Friskvårdsverksamhetens alla aktiviteter utom Motionslotteriet var inställda vid årets början.

När *boulespelet* återupptogs i juli var deltagarna få men vid årets slut som förväntat. 2020 års finalspel i klotligan kunde slutföras ett år försenat.

När *bowlingspelet* efter mer än ett års uppehåll kunde starta fanns inte längre möjlighet att spela bowling i Falun. Under hösten har 30–35 medlemmar deltagit i bowlingspelet. Årets förbundsmästerskap blev en strålande Faluframgång.

En promenadgrupp runt Tisken samlade 6-9 deltagare.

Promenera med din smarta telefon: Sommarens digitala tipspromenader avslutades med en finalvecka i september.

Covid-19 satte stopp för alla *skidtur*er och *långvandringar* under första halvåret. Under hösten gjordes 15 vandringar med i genomsnitt ett 20-tal deltagare. Första vandringen samlade 72 deltagare.

Efter ett långt uppehåll återkom *skogsvandringarna* under hösten med fem vandringar. Intresset var stort med som mest 38 deltagare.

I Riksidrottsförbundets projekt ”Idrott för äldre” deltog 22 medlemmar i *kanotpaddling* i Runns kajaksällskaps regi.

För sextonde året i följd har *golfkurser* genomförts. Nybörjarkursen samlade 8 deltagare och fortsättningskurserna rekordstora 47. Seniorgolfen startade i juni. Totalt spelades 17 omgångar med sammanlagt 713 deltagare.

Årets föreningsmästerskap i golf spelades liksom tidigare på Samuelsdals golfbana i september med 42 deltagare.

Volleybollintresserade har träffats i Lugnets sporthall i stort sett varje vecka under hösten.

Vattengymnastik: Efter ett längre uppehåll kunde fyra av de planerade sex grupperna starta i oktober.

Funktionell träning har efter uppehåll samlat ca 20 deltagare under hösten.

Mjukgympa har under hösten samlat ca 25 deltagare.

Pensionärsskridsko på Lugnet kunde efter uppehåll starta i november med 16-20 deltagare.

Motionslotteriet har pågått i två perioder. Sammanlagt 120–130 medlemmar har deltagit. Varje deltagare har i de flesta fall samlat flera poäng än som varit vanligt tidigare.

Falu SPF-kör hade vid årets slut 44 sångare. Verksamheten var inställd under våren men kören sjöng utomhus för boende på Daljunkaregården i maj.

I november deltog kören i adventsfirande på Stora Torget

Medlemsbladet har under året utkommit med fyra nummer. Upplagan har varierat mellan 2.450 och 2.600 ex.

Medlemsbladet distribueras av 73 brevduvor, som under året delat ut drygt 5.900 ex. Den tidigare tendensen att allt fler MedlemsNytt måste skickas med PostNord kvarstår. Därför begränsades sidantalet i nummer 1-3 så att endast enkelt porto skulle behövas.

Närmare 600 ”värvarbrev” skickades till nyblivna 65-åringar i Falun i syfte att rekrytera nya medlemmar.

Annonsvolymen och annonsintäkterna minskade till följd av pandemin.

Många *notiser och reportage* om föreningens verksamhet har införts i de lokala tidningarna, deras webbplatser och på Seniorens webbplats under ”Landet runt”.

Antalet *gruppsmejl* med aktuella meddelanden och information till medlemmar med e-postadress har uppgått till 42. Antalet e-postadresser i medlemsregistret var vid årets slut 2.057.

Föreningens *webbplats* har regelbundet uppdaterats med information om kommande och genomförda aktiviteter. 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”. Vid ett antal tillfällen har även notiser från förbundets Facebooksida delats på föreningens sida.