

<b>SPF SENIORERNA NORRBOTTEN</b>		
<b>BALANSRÄKNING</b>	<b>11/25/2021</b>	<b>12/31/2020</b>
<b>Omsättningstillgångar</b>		
Bankkonto	314 977,77	236 893,77
Lunchkuponger		540,00
Fordringar	0,00	56 959,00
<b>Summa omsättningstillgångar</b>	<b>314 977,77</b>	<b>294 392,77</b>
<b>Anläggningstillgångar</b>		
Inventarier	41 673,00	41 673,00
Ack. avskrivningar inventarier	-41 673,00	-41 673,00
<b>Summa anläggningstillgångar</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>SUMMA TILLGÅNGAR</b>	<b>314 977,77</b>	<b>294 392,77</b>
<b>Skulder och Eget Kapital</b>		
Interimsskulder	0,00	-5 907,00
Personalskatter	0,00	-12 150,00
<b>Summa kortfristiga skulder</b>	<b>0,00</b>	<b>-18 057,00</b>
<b>Summa skulder</b>	<b>0,00</b>	<b>-18 057,00</b>
<b>Eget kapital</b>		
Eget kapital	-276 335,77	-208 183,49
Årets resultat	-38 642,00	-68 152,28
<b>Summa skulder och Eget Kapital</b>	<b>-314 977,77</b>	<b>-294 392,77</b>

<b>SPF SENIORERNA NORRBOTTEN</b>			
<b>RESULTATRÄKNING</b>	<b>11/25/2021</b>	<b>12/31/2020</b>	<b>BUDGET 2021</b>
<b>Intäkter</b>			
Föreningsavgifter	139 440,00	155 580,00	147 000,00
Lönebidrag	89 310,00	106 434,00	106 800,00
Bidrag Region Norrbotten	89 200,00	95 000,00	89 200,00
Bidrag Förbundet, Nolia		0,00	40 000,00
Utbildning	0,00	0,00	15 000,00
Konferenser	6 000,00	0,00	8 000,00
Övriga intäkter	0,00	1 465,28	0,00
Ränteintäkter/kostnader	0,00	0,00	0,00
	<b>323 950,00</b>	<b>358 479,28</b>	<b>406 000,00</b>
<b>Kostnader</b>			
Lokalhyra	-37 126,00	-27 738,00	-30 000,00
Distriktsstämma	-3 588,00	-3 428,00	-5 000,00
Löner inkl sociala kostnader	-149 152,00	-180 127,00	-190 000,00
Styrelse, AU och valberednin	-52 739,00	-58 557,30	-70 000,00
Hälsoaktiviteter/läkemedel	0,00	-1 579,00	0,00
Konferenser	-27 774,00	0,00	-15 000,00
Utbildning	0,00	-444,00	-30 000,00
Administrativa kostnader	-14 929,00	-16 078,70	-26 000,00
Noliamässan	0,00	-2 375,00	-40 000,00
	<b>-285 308,00</b>	<b>-290 327,00</b>	<b>-406 000,00</b>
Rörelseresultat	<b>38 642,00</b>	<b>68 152,28</b>	<b>0,00</b>

## Statistikrapport för alla föreningar i SPF Seniorena Norrbotten

Förening	Ing.saldo	Utg.saldo	Nya medl.	Avidna	Övriga utträdde	Förändr. antal	Förändr. %
SPF Seniorena Arvidsjaur	148	138	3	7	6	-10	-6,76%
SPF Seniorena Bergnäset Luleå	250	245	6	9	3	-5	-2,00%
SPF Seniorena Boden	148	137	8	7	13	-11	-7,43%
SPF Seniorena Fjällvinden Jokkmokk	94	81	2	6	10	-13	-13,83%
SPF Seniorena Glommersträsk	38	38	2	0	4	0	0,00%
SPF Seniorena Gnistan Kalix	276	274	7	9	2	-2	-0,72%
SPF Seniorena Gällivare	394	366	6	13	23	-28	-7,11%
SPF Seniorena Haparanda	209	203	5	4	7	-6	-2,87%
SPF Seniorena Häggen Piteå	756	721	20	16	40	-35	-4,63%
SPF Seniorena Kiruna	195	180	0	11	4	-15	-7,69%
SPF Seniorena Lappugglan Övertalix	108	105	3	2	4	-3	-2,78%
SPF Seniorena Mjölkudden Luleå	379	363	14	9	22	-16	-4,22%
SPF Seniorena Pajalabygden	247	219	6	5	29	-28	-11,34%
SPF Seniorena Pärilan Älvsbyn	231	222	1	7	3	-9	-3,90%
SPF Seniorena Råneå	100	95	7	3	9	-5	-5,00%
SPF Seniorena Rönnen Piteå	355	317	7	11	34	-38	-10,70%
SPF Seniorena Vuollerim	39	38	0	1	0	-1	-2,56%
SPF Seniorena Åkerbäret Luleå	781	726	25	27	56	-55	-7,04%
SPF Seniorena Övertorneåbygden	173	166	0	6	1	-7	-4,05%
<b>Summa:</b>	<b>4 921</b>	<b>4 634</b>	<b>122</b>	<b>153</b>	<b>270</b>	<b>-287</b>	<b>-5,83%</b>
<b>1/1-23/11</b>							

## Till föreningarna i Norrbotten.

### **Folkhälsoveckan 16-20 maj 2022 = Kampanjvecka för SPF Seniorerna Norrbotten?**

Vid FO-konferensen 14/10 i år, diskuterades hur den negativa medlemstrenden skulle kunna vändas.

Varför inte en samordnad kampanj under FOLKHÄLSOVECKAN för hela distriktet i samarbete med förbundet?

Kampanjen skulle kunna innehålla en gemensam annonskampanj, politikerutfrågningar inför valet, aktiviteter av alla de slag som föreningarna brukar arrangera.

Aktivitetserna behöver inte nödvändigtvis ske alla de fem dagarna som Folkhälsoveckan varar. Men tänk om varje förening och distriktsstyrelsen kunde arrangera någonting under två av de fem dagarna? Det skulle innebära 40 aktiviteter i länet den veckan!

Vi skulle synliggöra oss i massmedia och i alla komuner, få ut SPF:s budskap som viktig påverkande organisation för pensionärer. Målet är att få utträdde medlemmar att återkomma och nya att ansluta sig.

**Här följer några förslag på verksamheter och aktiviteter som skulle kunna vara aktuella under veckan:**

-En för distriktet **gemensam annons** där samtliga föreningar presenteras tillsammans med förbundets kampanj. Publiceras i Gratistidningen som kommer ut till alla hushåll i hela länet med en upplaga på 146 000 ex.

-alla föreningar arrangerar en **politiker-utfrågning** med aktuella valfrågor. Även krav på en **redovisning** av hur pengarna till LYFTET AV ÄLDREOMSORGEN har använts.

-distriktet kan arrangera en utfrågning med regionalpolitikerna eller länsföreträdare för de olika partierna.

-**massmedia** informeras och inbjuds till samtliga arrangemang i länet,

-lördagen skulle vi kunna göra en för alla föreningar **gemensam aktivitetsdag** med festliga inslag, musik, kulturyttringar, konserter, sångkörer ute på stan, konst i det gröna, tipsrundor, korvgrillning, naturvandringar och PUB-aftnar, dans osv. **Allmänheten inbjuds och kan delta i aktiviteterna!** I samband med aktiviteterna utdelas informationsmaterial om SPF och föreningarna, blanketter för medlemsansökan mm...Det är bara fantasin som sätter gränser!

**Gemensam annonskampanj** för kampanjveckan läns- och lokaltidningar, lokala annonsblad, lokalredaktioner, radio och TV. Samma logo (SPF Seniorerna) i alla tidningar och annonsblad som kan vara aktuella. SPF Seniorerna skall synas överallt. Affischer. Massmedia skall förse med information.

Eftersom det är valår är kampanjen extra viktig, men också en kampanj för att värva nya medlemmar och få utträdde att komma tillbaka. Varje dag skall ha ett tema.

**Hösten:** Demonstrationståg??

Vad tycker ni i er förening? Är det här något att satsa på?

Hör av er till distriktsstyrelsen!

Luleå / 2022

Styrelsen

### **Vaccinerad eller inte mot Covid!**

Vi inom SPF Jämtland/Härjedalen är mycket oroade att personal inom vård, hemtjänst med flera offentliga tjänster inte är vaccinerade mod Covid.

Ovaccinerade utgör som vi ser det ett hot mot de äldre som de möter. De äldre vet ej om de är vaccinerade eller ej. Bara det skapar en onödig oro.

Nu har flera kommuner och regioner i Sverige beslutat att omplacera anställda som ej är vaccinerade.

Vi anser att samtliga kommuner och regionen inom J/H kräver vaccination mot Covid till personal som träffar äldre i sitt arbete, **annars skall de omplaceras**.

I våra egna möten så meddelar vi att "Besöker Du mötet förutsätter vi att du är vaccinerad"

SPF Jämtland/Härjedalen

Martin Rolén

Distriktsordförande

## INSÄNDARE

**Undertecknad anhåller om att få följande insändare publicerad i Er tidning.**

Vi inom SPF Seniorerna Norrbotten är mycket oroadе över att personal inom vård, hemtjänst, med fler offentliga tjänster, inte är vaccinerade mot Covid.

Icke vaccinerade utgör, som vi ser det, ett hot mot de äldre som de möter i sitt arbete. De äldre vet inte om personalen är vaccinerade eller inte. Bara det skapar onödig oro hos dem.

Nu har flera kommuner och regioner i Sverige beslutat att omplacera anställda som inte är vaccinerade.

Vi anser att samtliga kommuner och regionen i Norrbotten kräver vaccination mot Covid av personal som träffar äldre i sitt arbete. Annars skall de omplaceras.

SPF Seniorerna Norrbotten  
Göran Johansson / Ordf.

Edensvägen 4

955 32 Råneå

TEL: 070-5946478

## För fler friska år i Norrbotten – en dag för senior hälsa 19 sep – 31 dec 2022

**Kick - off för PRO – SKPF – SPF- Seniorerna den 19 sep 2022, kl: 09.00 – 16.00**

genomförs i aula i Gällivare sjukhus via länk. Utbudet av hälsosamma program presenteras under dagen/kommun.

**Frågor** :Vem får komma delta?...hur marknadsförs de?...var kommer programmen att finnas? ..Regionen behöver programmen i förväg.....God balans mellan insatser..... förbättrade matvanor....ökad fysisk aktivitet.....motverka ensamhet....både inomhus och utomhusaktivitet

Utlottnings av priser till bästa hälsosamma program hösten 2022

Ev. en liten mäsas i foajén i anslutning till aulan....studieförbund,bibliotek....?

**Uppgift:** Pensionärsföreningarna bidrar med aktivitetsprogram för hösten 2022

Programmen presenteras på respektive organisation distriktssida senast september

### Förslag på programinnehåll 19 sep 2022.

- Kultur och hälsa – dans, musik, bibblan.
- Vad är bra kost och varför är den bra?
- Fysisk aktivitet/stillasittande/fallskador
- Länge leve lusten -sexuell hälsa och rättigheter
- Hjälpmedel – en naturlig del av livet ( hörsel ,rullator m.m.)
- Psykisk hälsa

**Alt. 1. Hälsöfrämjande aktiviteter i Gällivare/förening SPF, PRO, SKPF**

**Alt. 2. Programmen kan vara gemensamt/kommun**

### Exempel på program :

Stav promenad - ta med en vän....samlingsplats...tid...kontaktperson....anmälan till..

Körsång - ex. varje tisdag.....var...tid....kontaktperson.....anmälan till...

Studiebesök – på..... – ta med en vän....anmälan till

Kaffe och korb vid elden.....tid....var...

Mat och prat – studiecirkel för förbättrande kostvanor....när.....var....anmälan till...

Seniorgympa..... m.m



**Förslag: Nya medlemmar – Rekrytering m.m.**

- **Ett informationsmöte varje år om vad vi gör....öppet för alla...**
- **Lägga ut vårt program på bibliotek, sjukhus, frisörer m.m.**
- **Stavgång – väst med stor logga på ryggen även nyttjas vid andra tillfällen**
- **Bjuda in lokalpress till någon aktivitet**
- **Lokala studiebesök**
- **Stå på ex. Coop och värva nya medlemmar (info. material från SPF)**
- **Aktivitet för "Ofrivillig ensamhet"**
- **Info lokalpressen inför en aktivitet**
- **Kanske göra ett studiebesök hos ex. PRO.....hur gör dom?**
- **Uppmaning på våra medlemsmöten om att via mun-till-mun metoden/nya medl.**
- **Data support till våra medlemmar, dator,platta och mobil...hur?(biblioteket?)**
- **Samla nya medlemmar (när vi har ett antal) för info om SPF**
- **Skicka programblad samt info om SPF- Seniorerna Gällivare till 65 -åringarna eller bjuda in dom.**
- **Där är allas ansvar att bidra till info på vår Facebook sida och hemsidan. Admin lägger in.**
- **När vi är inne på Facebook och läser inlägg från SPF-Seniorerna, dela gärna.**

**Jag bifogar om hur Örebros folder för programverksamhet (en färgbroschyr vikbar)**

## Höstens programverksamhet

SPF Kamraterna har ett stort och omväxlande program så som månadsmöten, studiebesök, dagsresor, vandringar och studiecirklar. På våra månadsmöten varierar vi programmet mellan föreläsning och underhållning. Vi försöker att bredda våra aktiviteter så Du ska kunna hitta trevligheter som passar dig!



Sommar aktivitet hemesterdag i Karlslund



## Kamraterna Örebro

### Brytpunkt.

### Hej !

Vi vänder oss till dig som fyller 65 år eller kanske redan har fyllt. En ny period i ditt liv väntar. Du kommer att få tid att göra saker som du inte har haft tid med förut.

Vi hoppas med detta brev få dig intresserad av vad vi i SPF Kamraterna har att erbjuda dig.

SPF Kamraterna Örebro, med ca 500 medlemmar, är en av SPF Seniorernas drygt 800 föreningar i Sverige.

Geografiskt omfattar vi i stora drag Adolfsberg, Mosjö och Marieberg med omnejd. Vi har också en distriktsorganisation som omfattar hela Örebro län, allt som allt 24 föreningar.

## Höstens aktiviteter som vi har kvar. Nytt program kommer i januari.

- 6/10 Matresa i syd Närke.
- 10/10 Sjöfleooperan Billy Elliot The Musical.
- 20/10 Nikolaikyrkans orgels historia.
- 21/10 Vandring i Munkatorp.
- 25/10 Månadsmöte.
- 10/11 Nationalmuseet Stockholm.
- 19/11 Vinprovning
- 25/11 Örebrotravet lunchtrav med guidning.
- 29/11 Månadsmöte
- 3/12 Julmarknad i Brunnby.
- 13/12 Månadsmöte med luciafirande.

Höstens program finns på vår Hemsidan.

[www.spfseniorerna.se/kamraterna-orebro](http://www.spfseniorerna.se/kamraterna-orebro)





## Dina förmåner

Som medlem får du en hel del förmåner och rabatter bl.a. hos elbolag, försäkringsbolag och resebolag. Se våra samtliga förmåner på: [www.spfseniorerna.se](http://www.spfseniorerna.se)

## Smart Senior

Som medlem i SPF får du gratis medlemskap i Smart Senior, se hemsida: [www.smartsenior.se/spf-seniorerna](http://www.smartsenior.se/spf-seniorerna)

## Senioren

### uppskattad medlemsförmån

Senioren är SPF Seniorernas medlems-tidning som kommer ut med nio nummer per år. Upplaga: 206 700 exemplar.



## Välkommen att bli medlem

Gå in på kamraternas hemsida och klicka på **BLI MEDLEM** eller ring eller maila medlemsansvarig Karin Wilde.

Tel.070 316 86 38 [karin.wilde@telia.com](mailto:karin.wilde@telia.com)

Eller använd medföljande talong och posta.

**PS.** bli medlem nu och få resten av 2021 gratis. Medlemsavgiften är **280kr/år**.



Eva Eriksson  
SPFs förbundsordförande

## Vi behöver dig!

De senaste året har blottat brister i samhället och visat att vi som seniororganisation behövs mer än någonsin. På SPF seniorerna har vi länge arbetat för att förstärka både äldreomsorgen och pensionssystemet. Två av våra viktigaste krav är en **TRYGG ÄLDREOMSORG** med starkare medicinsk kompetens och **HÖJDA PENSIONER** som speglar arbetslivets insats.

Bli medlem i SPF Seniorerna och hjälp oss att göra skillnad. Ju fler vi är, desto mer kan vi påverka. Därför behöver vi dig

**Tillsammans gör vi Sverige till ett bättre land för alla seniorer nu och i framtiden.**

Gör som 265 000 andra seniorer över hela Sverige. Gå med i SPF Seniorerna!

Vi arbetar för att du ska ha det bra i ditt seniorliv. Inte minst vill vi att Du ska ha det roligt och trivas i vår gemenskap.