

Verksamhetsberättelse 2016 för SPF Seniorerna Falun

Årsmöte hölls den 10 februari 2016 i Nybrokyrkan. Förhandlingarna leddes av Bo Wickberg. Drygt ett hundra medlemmar deltog.

Styrelsens sammansättning framgår av förteckning nedan. Styrelsen har under året haft 13 sammanträden, protokollen redovisar 225 paragrafer.

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

Antalet medlemmar har under året ökat från 2235 till 2284, en ökning med 2,2%. Medlemsavgiften har under året varit 250 kr, varav till förbundet 130 kr, distriktet 20 kr och vår förening 100 kr.

Samtliga kommittéer har lämnat egna rapporter om sina aktiviteter.

Vår förening har medverkat i kommunens "Kvalitetsvecka" med utställning av våra aktiviteter och tillsammans med distriktet vid 60+-mässan på Lugnet.

Föreningen har under året anslutit sig till central uppbörd av medlemsavgifter.

Förbundet har fr o m 1 december infört dels en ny webbplattform och ett nytt medlemsregister. Införandet har varit förenat med avsevärda problem. Vid årsskiftet fungerar webbplattformen tillfredsställande men inte medlemssystemet.

Föreningen har haft träffar med såväl kommunala tjänstemän som förtroendevalda från Falu kommun för att diskutera och försöka påverka lokala trafikfrågor som berör främst pensionärer, busstrafikens linjedragningar och taxor, brister i trafikmiljön som främst påverkar säkerheten och begärt bättre utmärkning av trafikregler i Falun.

Mål upptagna i verksamhetsplan för 2016:

Vår förening ska under året ensam eller i samverkan med andra pensionärsföreningar gentemot kommunen driva minst en fråga av vikt för våra medlemmar.	Kollektivtrafikfrågor och sittplatser i centrum.
Minst två nya aktiviteter för våra medlemmar ska initieras under året.	Sommarvandringar och kräftskiva.
Antal medlemmar som av annat skäl än dödsfall eller avflyttning från orten lämnar föreningen ska minska till högst 50 medlemmar/år.	61 medlemmar har lämnat oss av annat skäl än dödsfall eller avflyttning från orten.
Andelen funktionärer som tycker att det är stimulerande att verka inom föreningen och därför är villiga att ställa upp för omval ska vara minst 80%.	89% ställer upp för omval.
I varje nummer av MedlemsNytt ska finnas en redovisning från Patientråden och Kommunala	Redovisning från KPR genomfört men ej Patientråden.

pensionärsrådet.	
Minst 9 möten och minst 6 studiebesök arrangerade av Programkommittén, gärna i samverkan med annan kommitté.	10 medlemsmöten, 4 träffar av typ "fest", 4 studiebesök samt 11 lästipsträffar har genomförts.
Minst 15 resor arrangerade av Resekommittén.	22 resor har arrangerats.
Minst 5 st aktivitetstyper under sommarmånaderna.	Lunchkryssning på Runn, Kräftfest, Tipspromenad, Lästipsträffar, Cykelutflykter, Gelogiexkursioner, Trädgårdar i Dalarna samt resor.
Minst 50 erbjudna kurser och studieverksamheter under verksamhetsåret.	Ett 40-tal kurser har erbjudits medlemmarna, de flesta under såväl vår- som höstterminen.

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

Ann-Britt Åsebol
Ordförande

Inger Ledin

Birgitta Wallman

Gun Eriksson

Bertil Eek

Holger Freij

Bo Bävertoft

Styrelse: Ann-Britt Åsebol ordförande, Inger Ledin vice ordförande, Holger Freij kassör, Bo Bävertoft sekreterare, Gun Eriksson, Birgitta Wallman och Bertil Eek.

Revisorer, ordinarie: Sören Thunström och Helena Norberg. Ersättare: Matts Nordström.

Ombud vid distriktets stämma: Bo Bävertoft, Gun Eriksson, Holger Freij, Birgitta Wallman, Ann-Britt Åsebol, Lisbeth Lundin, Bo Ottosson, Ingegerd Mellquist, Margareta Dunkars, Bengt Ahlstrand och Pia Ekström.

Ombud vid Vuxenskolas årsmöte: Pia Ekström.

Valberedning: Gunnar Trued sammankallande och Evert Karlsson.

Verksamhetsberättelse 2016 för Expeditionskommittén

Expeditionskommittén har under året bestått av Eva Wind, Kersti Jungsbo, Lisbeth Lundin, Lisbeth Thunström, Liselotte Sandberg och Torsten Gudmunds. Birgitta Eriksson Har slutat under året och blivit avtackad. Vi ska rekrytera en medarbetare till så småningom.

Expeditionen har öppet tisdagar, torsdagar och fredagar 10.00-12.00. Sommartid har den varit öppet endast på tisdagar 10.00-12.00. Även stängt några veckor vid jul och nyår.

Vi tar emot samtal och besök. Vid resesläpp är vi alltid två som arbetar för att kunna ta emot samtal och besökande. Webanmälningarna har fungerat väldigt bra. Färre som ringer och kommer till expeditionen nu.

Vi ser även till att det finns kuvert, papper och frimärken m.m hemma.

Vi har haft fyra st planeringsmöten under året samt även ätit en lunch.

För expeditionskommittén
Eva Wind, sammankallande

Verksamhetsberättelse 2016 för Körkommittén

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

Kören har övat i Nybrokyrkan på tisdagseftermiddagar vid 30 tillfällen under året. Antalet sångare var vid årets slut 56; 22 sopraner, 20 altar, 5 tenorer och 9 basar. Ledare och dirigent är Margareta Åberg.

Kören har medverkat med sång vid följande tillfällen:

- Den 10 februari: SPF Seniorernas årsmöte
- Den 13 april: Konsert med Falu Evergreen
- Den 17 april: Körslag Boda Missionshus
- Den 27 april: Smedjan
- Den 28 april: Daljunkaregården
- Den 8 maj: Högmässa Kristine kyrka
- Den 12 maj: Sandviken
- Den 23 oktober: Körstämma Kristinehallen
- Den 23 november: Daljunkaregården

- Den 24 november: Lustigknopp
- Den 14 december: Norshöjden
- Den 18 december: Adventsgudstjänst Kristine Kyrka

Förutom de sedvanliga besöken vid vård-och omsorgsboenden har kören medverkat tillsammans med Falu Evergreen vid föreningens medlemsmöte i april då Nybrokyrkan var fylld till sista plats. Vårterminen avslutades med besök hos vänkören Syrenen i Sandviken då vi blev inbjudna att se ett modernt trygghetsboende förutom att ge konsert.

För åttonde gången inbjöd SPF Seniorerna Daladistriktet till körstämma i Kristinehallen. Fem SPF-körer från Dalarna samt Sandviken-kören deltog och det blev en mäktig kör på 140 personer. Förmiddagen ägnades åt repetitioner och på eftermiddagen bjöd sångarna på en offentlig konsert. Margareta Åberg var dirigent, Mats Åberg ackompanjator och Mats Bergman konferencier. Dala-pressen uppmärksammade körstämman i ord och bild och skrev bl.a: "Daladistriktets ordförande, Lennart Nilsson, uttryckte sin och publikens uppskattning av körernas engagemang och den fina musik de framfört".

Margareta Dunkars

Verksamhetsberättelse 2016 för Friskvårdskommittén

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

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

Boulegruppen är en mycket aktiv sektion både sommar och vinter. Under året har ett stort och ökande antal medlemmar deltagit i sammankomsterna. Antalet har vid flera tillfällen varit över fyrtio deltagare. Det genomsnittliga antalet har varit ca 35 deltagare. Grusplanen i närheten av korsningen Kopparvägen-Vallavägen är platsen för utomhusspelet. Inomhusspelet bedrivs liksom tidigare i Falu Bouleklubbs förstklassiga inomhusarena på Vallavägen i Norslund. Boulegruppen har med stor framgång deltagit i olika tävlingar. I "klotligan" med många deltagande lag från länets PRO-och SPF-föreningar spelas final både höst och vår. I vårfinalen där fyra av de tjugofyra finallagen kom från vår förening blev det en tredje resp fjärde plats för två av lagen. I årets höstfinal med sammanlagt 24 deltagande lag slutade det med att vår förening tog hem både segern och en tredje plats. De två andra lagen nådde också topplaceringar, åtta och tretton.

Ansvariga för bowlinggruppen är Gunnel Odén och Hans Engström Varje vecka har 24-26 deltagare samlats i bowlinghallen för spel och trevlig gemenskap. Närvarotalet har ökat de senaste åren. De som deltar har upptäckt att bowling är en nyttig motionsform med god

social gemenskap. I SPF-mästerskapen på riksplanet har våra bowlare som vanligt haft fina framgångar. Anita Bergqvist lyckades bäst med guldmedalj bland damerna.

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

Längdskidåkning finns numera i friskvårdskommitténs program. Ledare för skidgruppen är Mats Hiertner. Skidvintern har trots snöbrist utnyttjats väl av vår skidgrupp. Åtta skidutflykter har genomförts från början av året till mitten av mars på olika ställen där åkbara skidspår har funnits. Skidgruppen har också deltagit i 2016 års "Stafettvasan". Laget SPF Seniorerna Falun genomförde Stafettvasan på tiden 8 tim 21min. I laget åkte Christina Holmberg, Bo Marklund, Ola Hedlund, Mats Isberg och som slutman Mats Hiertner. Före skidsäsongen genomfördes ett antal långvandringar under november och december. Dessa har varit populära med ca 20 deltagare varje gång.

För elfte året i följd har golfkurser genomförts under ledning av duktige instruktören Jonas Osterman från Samuelsdals golfklubb. Föreläsningsskolorna samlade i år 27 deltagare. Nybörjarkursen hade 7 deltagare, som genomförde kursen väl och klarade sina prov. Efter genomförda kurser har deltagarna tillsammans med andra golfspelande SPF medlemmar samlats varje onsdag från början av maj till september för s.k. scramblespel. Intresset har varit stort. Många deltagare har samlats varje gång till spel och social gemenskap, som mest 52 st. Sammanlagt har 70 olika individer deltagit i tävlingarna och totalt har 784 starter gjorts. Daniels Sven Olsson har både spelat och administrerat spelet på ett utmärkt sätt. Han har även fått in reportage från onsdagsgolfen vid flera tillfällen i dagstidningar. Vid avslutningen på säsongen bjöd tävlingsledare Sven Olsson på tårter och Tord Halvarsson underhöll med trevliga visor till gitarr.

Årets klubbmästerskap i golf, det elfte i SPF seniorernas historia, spelades i år på Samuelsdals golfbana fredagen den 17 juni. Tävligen lockade i år sammanlagt 48 deltagare. 2016 års klubbmästare är följande:

Damer klass A: Gunnel Odén, klass B: Annabella Söderkvist

Herrar klass A: L.G. Pettersson, klass B: Lars Henriksson

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

Motionslotteriet har under året pågått i en period. I lotteriet samlar deltagarna poäng. Varje poäng motsvarar en utförd aktivitet. I lotteriet deltog sammanlagt 110 deltagare vilket är det antal som det brukar vara. De deltagare som lämnat in sina motionskort har varit flitiga i sitt motionerande. Snittet för varje deltagare är ca 100 poäng. 40 vinnare lottades fram bland de inlämnade korten.

De populära skogsvandringarna har fortsatt för fjortonde året i rad. Tio planerade vandringar har genomförts samt en extra vandring som avslutade vårsäsongen och som gick till gränsröset Skuruhäll söder om Korså bruk. Vandringarna har företagits både i redan välbekanta områden och nya, som t.ex. Frostbrunnsdalen i Borlänge och redan nämnda Skuruhäll. Sträckorna har varierat mellan 3 och 6 km, från lättgånga till lite mer ansträngande vägar och stigar. I största möjliga utsträckning har samåkning tillämpats till

de olika startplatserna. I genomsnitt har 20 personer deltagit i vandringarna varav två tredjedelar kvinnor. Årets rekordsiffra var 34 deltagare. I juli och augusti gjordes på försök tre enklare vandringar i Lugnetterrängen, som dock lockade mycket få deltagare trots vackert väder och promenadvänliga motionsleder. Vandringarna har planerats och letts av fem vandringsledare. Inför våren 2017 har två nya vandringsledare rekryterats, för att täcka vakanser. Verksamheten fortsätter under 2017 med start den 27 april. Skogsvandringsprogrammet publiceras i Medlemsnytt och på webbplatsen.

Populära aktiviteter är vattengymnastik, senior lättgympa och mjukgympa. Vattengymnastiken är numera flyttad till Neptunbadet på Tallbacken inom lasarettsområdet. För att bereda alla anmälda plats under våren har varje deltagare fått ett reducerat antal gånger, en minskning från 12 till 6 gånger. Ledare under våren har varit Lena Grönberg och Astrid Nordén, som tyvärr blev tvungen att sluta under våren på grund av "knäproblem". Under hösten har fem grupper varit i gång. Vi har haft lyckan att få två nya ledare tillsammans med Lena Grönberg, nämligen Catharina Hjortzberg-Nordlund, som är medlem i föreningen och Frida Mård. Det är mycket glädjande att alla tre fortsätter som ledare kommande år.

Senior lättgympa, tidigare kallad ryggymnastik, har samlat 20 deltagare. Den ger mycket nyttig träning för hållningsmusklerna. Ledare är Lena Grönberg. Lena Grönberg leder också en grupp "Mjukgympa" som genomförs i ett lugnare tempo än Senior lättgympa. I mjukgympan utförs inga övningar liggande på golvet. Gruppen har blivit populär och har 26 deltagare.

Kommittén har under ledning av Per Börjesson arrangerat sex cykelturer. Trots relativt gynnsamt väder under turerna blev det endast 13 deltagare totalt inklusive ledarna. Vi konstaterar att cykling är ingen aktivitet att fortsätta med.

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

För Friskvårdskommittén
Hans Thors, sammankallande

Verksamhetsberättelse 2016 för Informationskommittén

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

Maria Bjerneby Häll tillträdde vid årsmötet 2016 som ny verksamhetsansvarig. Ann-Sofi Holmberg lämnade kommittén. Den har i övrigt bestått av Karin Bökman, Sven-Erik Ejeborg, Gustaf Lagerby, Margareta Nissby (redigering/layout), Bo Bävertoft och Per Börjesson (webbansvariga), Kersti Jungsbo (gruppmejlansvarig) samt distributionsansvariga

Britt-Mari Tägt och Inga-Lill Holm (ny för året). Posten som annonsansvarig har varit vakant sedan årsmötet 2015. Annonsverksamheten har nödortfört upprätthållits av Margareta Nissby. Det är angeläget att ny annonsansvarig utses.

Kommittén har under året sammanträtt åtta gånger.

Fyra nummer av MedlemsNytt har utgivits. Omfånget har varit 48 sidor, varav vårnumret inkluderat en fyrsidig inlägg (motionskortet). Sidantalet tenderar fortsatt att öka, beroende på att föreningens verksamhet utökas och därmed önskemålen från kommittéer om mera plats för att presentera utbudet. För att inte överskrida en portogräns är det önskvärt att sidantalet inte överstiger 48.

Upplagan har varit 2300 ex av vår-, sommar- resp. vinternumret och 2600 ex av höstnumret då extra många ex behövdes för vårt deltagande i Seniormässan. Innehållet har bestått av fakta om föreningen och dess organisation och funktionärer, information om kommande möten och andra aktiviteter som erbjuds medlemmarna samt reportage från föreningens olika verksamheter, intervjuer, presentationer, notiser. Innehållet samordnas med föreningens webbplats. Samma information publiceras i båda kanalerna, ofta utförligare på webbplatsen.

Annonssintäkterna minskade under året trots höjda annonspriser, främst beroende på att posten som annonsansvarig varit vakant. Antalet annonssidor för fyra nummer av MedlemsNytt har under år 2016 varit 14 att jämföra med 24 under år 2015.

Under året har kommittén diskuterat principer för information i MedlemsNytt om andra föreningars verksamhet. Förslag till annonspolicy har utformats av kommittén och fastställts av styrelsen. Kommittén har också diskuterat, utformat texter och fastställt arbetsbeskrivningar inom kommitténs ansvarsområden.

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

Gruppmejl med aktuella meddelanden till medlemmar med e-postadress har ökat från 61 föregående år till 71 år 2016. Antalet e-postadresser i medlemsregistret har ökat från ca 1450 till ca 1500. Genom gruppmejl nås fler än 1500 medlemmar eftersom många sammanboende medlemmar har gemensam e-postadress. Utskick av gruppmejl har skett via en e-postfunktion i medlemsregistret som inte medfört någon kostnad för föreningen. På grund av problem det nya medlemsregistret har endast ett (1) utskick av gruppmejl kunnat göras under december 2016, vilket begränsat antalet gruppmejl som i annat fall förmodligen skulle varit ca 80.

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

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

Distribution: Inom föreningen finns nu 40 brevdueområden, sedan några områden har delats, som har betjänats av 58 brevduvor under året. Några duvor samt tre andra trogna medlemmar har packat de kassar med försändelser som duvorna burit ut vid fyra tillfällen. 23 duvor har jobbat vid alla tillfällen, 9 duvor vid tre tillfällen, 10 duvor vid två tillfällen och 16 duvor vid ett tillfälle. 16 duvor har nyrekryterats. Duvorna har distribuerat närmare 6600 MedlemsNytt till medlemmar, offentliga inrättningar och i värvningssyfte. PostNord har distribuerat drygt 1200 MedlemsNytt till medlemmar och i värvningssyfte. En postförsändelse kostar 12 kr. Brevduvorna är alltså ekonomiskt mycket värdefulla för föreningen. De nästan 600 värvnings-försändelserna, med innehåll och adressetiketter, har iordningställts av expeditionen. Distributionsansvariga har skött kontakten med brevduvor och fördelat alla försändelser.

För Informationskommittén
Maria Bjerneby Häll, sammankallande

Verksamhetsberättelse 2016 för Kommunala Pensionärsrådet

Kommunala Pensionärsrådet är ett rådgivande organ med representanter från pensionärsorganisationerna, omvårdnadsnämnden, kommunstyrelsen och Landstingets hälso- och sjukvårdsnämnd. Rådet sammanträder vid fyra tillfällen fördelade på kalenderåret. Pensionärsrådets arbetsutskott bereder ärendena till sammanträdena och deltar i eller föreslår representanter till beredningar och utskott. KPR leds av omvårdnadsnämndens ordförande.

SPF representanter under året har varit: Ordinarie ledamöter Ann-Britt Åsebol Ingrid Melin, Margareta Dunkars, Urban Björn och Elisabet Ottervald, sammankallande, samt ersättare Ulla Björling, Ingrid Colberg och Torsten Gudmunds.

Under året har SPF representanterna träffats fyra gånger, inför kommande sammanträde, för att få information om aktuella ärenden och förbereda egna frågor och/eller kompletteringar. Ordförande och sammankallande har, inför kommande sammanträde, deltagit i kommunens arbetsutskott vid fyra tillfällen under året,. KPR har haft fyra sammanträden under verksamhetsåret och de flesta medlemmarna från SPF har också då deltagit. SPF har tillsammans med PRO och SKPF utarbetat ett förslag till nytt reglemente för KPR. Förslaget innebär att KPR organisatoriskt knyts till kommunstyrelsen. Vård- och omvårdnadsnämnden har behandlat ärendet och stödjer förslaget, som ska upp i kommunstyrelsen efter årsskiftet.

SPF har under året representerats i olika grupper såsom referensgruppen för utbyggnad av vård- och omsorgsboende, referensgruppen för anhörigvårdare, referensgruppen för teknik i vården samt i det kommunala matrådet.

Gruppen har också representerats vid en konferens för KPR och LPR medlemmar i Gävle, anordnad av förbundet.

Verksamheten har presenterats för nya medlemmar vid två tillfällen under året.

För SPF representanterna i Kommunal Pensionärsrådet
Elisabet Ottervald, verksamhetsansvarig

Verksamhetsberättelse 2016 för Medlemsregistret

Under år 2016 har medlemsantalet ökat från 2235 till 2284 en ökning med 2,2 %. Av ökningen utgör 179 nyregistrerade medlemmar, 13 återregistrerade och 7 tillflyttade från annan SPF förening. Avregistrerade medlemmar var 104, varav 8 avflyttade till annan SPF förening och avlidna 35. Antalet vänmedlemmar under året har varit 16 stycken.

Medlemsregisteransvariga har under året haft många kontakter med medlemmar per brev eller telefon. Flera av frågorna gällde försäkringsfrågor. Likaså har kontakter tagits vid uppdatering/ändring i medlemsregistret.

Under december månad förelåg stora datatekniska problem för medlemsregistret. Förbundsstyrelsen hade tidigare beslutat att det gamla registret skulle bytas ut till ett nytt system – Miriam – och att detta skulle tas i bruk december månad. Vid införande av det nya systemet uppstod klara driftsproblem vilket innebar att man under december månad ej kunde registrera nya medlemmar eller avregistrera medlemmar vid utträde. För oss lokalföreningar orsakade detta klara bekymmer i hantering av medlemsregistret. Vid årsskiftet var dessa problem ännu icke lösta.

Torsten Gudmunds

Kersti Jungsbo

Maud Nilsson

Verksamhetsberättelse 2016 för Patientråden

SPF Seniorerna Falun har två representanter i vart och ett av de landstingsdrivna vårdcentralerna i Falun; för Britsarvet: Anita Bergqvist och Karin Olausson, för Grycksbo: Silja Lagerberg och Sigrid Strand, för Norslund: Ulla Jansson och Sonja Schnürer och för Tisken: Harriet Engström och Ingvar Mårtensson. Patientråden har två möten per halvår och flera av de frågor som avhandlas där förs vidare till KPR och LPR (Landstingets Pensionärsråd). Patientråden har därför en viktig uppgift i att vara en länk mellan faluborna och hälso-och sjukvården.

Torsdagen den 8 september samlades SPF:s patientrådsrepresentanter till ett möte i SPF:s kansli lokal för att diskutera hur vi på bästa sätt ska kunna samverka i arbetet med att hjälpa våra medlemmar att få en bättre vård. Exempel på förhållanden som patientråden kan påtala och göra bättre är: Framkomlighet per telefon, läkartider, remissbekräftelse från lasarettet, svar på provtagningar, bussförbindelser, parkeringsplatser, trivsammare väntrum.

Torsdagen den 1 december ordnades ett lunchmöte på Restaurang Hammars då fem patientråd hade möjlighet att närvara. De tillfällen vi får att utbyta erfarenheter och idéer vid våra möten är värdefulla.

Margareta Dunkars, sammankallande

Verksamhetsberättelse 2016 för Programkommittén

Följande program har under året genomförts:

Januari: Hjälpmedelscentralen informerade och visade hjälpmedel för ett 40-tal medlemmar. Dagen var rejält kall och det var nog skälet till att fler deltagare inte kom, då programmet säkert kan ha varit var intressant för många fler.

Februari: Årsmöte med sång av kören, cirka 80 deltagare.

Mars: Kommunpolisen Hans-Erik Renstam informerade, 67 deltagare.

April: "Superonsdag" med kören och Falu Evergreen, stor uppslutning.

Maj: Vårlunch på Gamla Staberg.

September: Höstens program för medlemsmötena inleddes onsdagen den 14 september med föredrag av Peter Foxdal som har doktorerat i ämnet fysiologi. Föreläsningen handlade om träning i allmänhet och träning för äldre i synnerhet. Föredraget samlade drygt 80-talet åhörare.

Oktober: Medlemsmötet hade som programpunkt modevisning av dam- och herrekeperingsbutiken Rut & Knut i Svärdsjö. Modevisningen pågick i drygt 45 minuter och de duktiga SPF-mannekängerna visade upp höstens plagg för en publik på cirka 90 personer.

November: Medlemsmöte med Falu kommuns konsumentjuridiske rådgivare Ellen Gräfnings samlade cirka 90 personer. Ellen talade bl.a. om s.k. "konsumentfällor".

December: Medlemsmötet onsdagen den 7 december kl 13:30 drog rekordpublik. Cirka 150 personer samlades för att lyssna på ett föredrag av SVT:s utrikesreporter Lars Moberg som berättade om sina två år i Kina.

Luciafirandet i december onsdagen den 14 december kl 16:00. Luciaåget, som bestod av 22 elever som alla kom från Falu kommuns Kunskapsskolan. Ledare för luciaåget var Gudrun Domar. Cirka 150 personer kom till luciafirandet. Programkommittén bjöd medlemmarna på luciakaffe efteråt.

Samtliga medlemsmöten utom vårlunchen har ägt rum i Nybrokyrkan i Falun.

19 mars anordnades pubkväll, Håkan Arvidsson från Munsänkarna berättade om öl, 40 deltagare vilket var max för lokalen.

Lunchkryssning med Slussbruden på Runn den 7 juni genomfördes trots att det inte blev fler än 23 deltagare. Anledningen till det dåliga intresset var nog att den anordnades mitt i sommaren då många var bortresta eller hade annat för sig.

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

Onsdagen den 12 oktober arrangerades vinprovning i Kristinegården. Ett 50-tal personer hade samlats för att smaka på utvalda italienska viner. Även här var Håkan Arvidsson experten och föredragshållare. Efter vinprovningen serverades en utsökt italiensk buffé.

Fyra studiebesök har anordnats, Dalarnas Museum 27/1, Dalasinfoniettan 23/2 samt SVT Dalarnas lokalredaktion 21/9 och 17/11. Deltagarantalet var maximerat till 20 personer per gång.

Lästipsträffarna har varit välbesökta under hela år 2016. Nytt för året har varit att de också ägt rum under sommarmånaderna. Vi träffas på Kopparhatten, normalt sista torsdagen i varje månad (med undantag för december), kl. 10.00–11.30. Vi har varit mellan 10 och 15 deltagare vid varje tillfälle, något färre under sommarmånaderna. Träffarna under år 2016 har ägt rum: 28/1, 25/2, 31/3, 28/4, 26/5, 30/6, 28/7, 25/8, 29/9, 27/10 och 24/11.

För programkommittén,
Håkan Romlin, sammankallande

Verksamhetsberättelse 2016 för Resekommittén

Resekommittén har haft följande sammansättning: Gunnar Helgesson, Ingegärd Mellqvist, Stig Olsson, Irene Börjesson, Eva Önneby och Ingalill Bergvall. Under året har Eva Önneby ersatt Ruth Trued som valt att sluta i Resekommittén.

Vi har haft fyra sammanträden 21/1, 5/4, 4/8 och 6/10 samt telefon- och mail-kontakter. Vi har även deltagit vid möten med nya SPF-medlemmar, månadsmöten och möten för kommittéansvariga samt vid möte med distriktets samordningsgrupp.

Följande 22 resor har genomförts:

Den 14 jan – Nyårskonsert i Västerås.

Den 18 febr – Ett hemma hos besök hos konstnär Lennart Sand i Solarvet.

Den 18 mars – Konstresa till Lars Lerin på Sandgrund i Karlstad (resa nr 1).

Den 8 april – Konstresa till Lars Lerin på Sandgrund i Karlstad (resa nr 2).

Den 12 april – Björn Skifs på Göta Lejon i Stockholm (resa nr 1).

Den 21 maj – Furusundsvandring, sjung och vandra med Michael Blum i Norrtälje och Furusund.

Den 2 juni – Hemlig resa till bl a Borlänge, Säter, Bispberg, Stora Skedvi och Rankhyttan.

Den 1 juli – Nostalgitur i Bergslagen med bl a ångfartyg på Strömsholms kanal, oljeön Petrolia, kärrgruvan mm.

Den 8-12 aug – Läs och res till Gotland.

Den 9 juli – Vattnäs konsertlada med sångfest – en föreställning om Coco Chanel.

Den 24 aug – Besök hos Slottsbarbro och Alice Lund.

Den 6 sept – Författarresa med Jan Mårtensson på VikingLines fartyg Rosella.

Den 19-25 sept – En flodkryssning på Donau.
 Den 4 okt – Författarresa med Roslund & Hellström på VikingLines fartyg Rosella.
 Den 11-17 okt – En resa till Lissabon & Alentejo i Portugal.
 Den 26 okt – Konstresa till Lars Lerin på Sandgrund i Karlstad (resa nr 3).
 Den 30 okt – 7 nov – SPA-resa till Pärnu i Estland.
 Den 16 nov – Konstresa till Lars Lerin på Sangrund i Karlstad (resa nr 4).
 Den 19 nov – The Phantom of the Opera på Cirkus i Stockholm.
 Den 24 nov – LunchTrav på Romme Travbana i Borlänge.
 Den 30 nov-1 dec – Årets julbordsresa med m/s Birka till Mariehamn.
 Den 6 dec – Björn Skifs på Göta Lejon i Stockholm (resa nr 2).

Vi har genomfört en resa till Gotland 2016 under temat "Läs och res". Förberedelserna för denna resa startade i november 2015 då arkeologen Joakim Wehlin tog med oss på en föreläsning om Gotlands äldsta historia, därefter har vi träffats ytterligare fyra gånger under våren 2016 för att läsa bl a om Gotland och dess historia.

Under året har en resa ställts in på grund av för lågt intresse. I övrigt har antalet anmälningar till våra resor varit högt, vi har vid ett tillfälle dubblerat en resa då intresset varit mycket högt och vi har även haft fyra resor till konstnär Lars Lerin i Karlstad. På våra resor under 2016 har vi haft cirka 1000 resenärer.

Marknadsföringen av våra resor har främst skett genom information i MedlemsNytt, på SPF:s webbsida, genom grupp-mail och information på möten. Vi har även ett samarbete med andra föreningar inom distriktet för att hjälpa åt att fylla tomma platser.

Resekommittén tackar för det gångna året och hälsar alla, såväl gamla som nya, resenärer välkomna på våra intressanta och spännande resor 2017.

För resekommittén
Ingalill Bergvall, sammankallande

Verksamhetsberättelse 2016 för Studiekommittén

Studiekommittén har haft följande sammansättning: Monica Annersten, Marianne Häggblom, Anne-Marie Larsson, Liselotte Sandberg samt Pia Ekström (sammankallande).

Under året har vi haft 8 ordinarie sammanträden i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan, samt däremellan telefonkontakt. Samarbetet har varit mycket positivt. Vi har dessutom representerat vid möten med nya medlemmar samt möten för kommittéansvariga. Vi har även deltagit vid Vuxenskolans årsmöte.

Erbjuden kursverksamhet under året:
 Akvarellmålning – måla tillsammans
 Användning av din moderna mobiltelefon (flera cirklar)
 Betonggjutning - dekoration till trädgården.

Blomsterbinderi
Bli en bättre fotograf
Bli vän med svenska språket
Bridge
Dalarnas idrottshistoria
Dalarna från urtid till nutid - exkursion
Dans – Linedance – 2 grupper
Engelska – språket och samhället
Enkel spanska
Geologiexkursion
Gitarren och jag
Guldkant på tillvaron
Handarbete – knyppling och tvåändsstickning
Handarbete - Vi virkar, stickar och syr
Historia och kulturhistoria
Jazzcirkel
Kalligrafi – en skönskrift
Keramik- skapa i lera
Kvinnliga konstnärer i Sverige
Konversationsengelska
Körsång – SPF – kören
Lunch tillsammans (2 grupper)
Läsecirkel
Mat från hela världen
Minnet – en upptäcksresa i minnets värld
Naturkänslan – kom ut och njut
Passion för livet
Quigong – må bra i kropp och själ
Seniorer – hälsa och välbefinnande
Skriv din egen släktbok
Släktforskning – grundkurs
Skrivarcirkel
Snickeri
Spanska - grund
Surfplatta /smartphone – grund
Tryggare ekonomi på äldre dar
Trädgård – Föreläsning
Vegetarisk matlagning

Pia Ekström, sammankallande

Bilaga till Studiekommitténs verksamhetsberättelse

Verksamhetsberättelse 2016 för studiegruppen KGK-1

Gruppen består av 14 herrar och har som syfte att skapa social gemenskap, och tillsammans göra studiebesök hos företag och institutioner, vi ses även för samtal med utbyte av egna erfarenheter och det finns mycket och stor kunskap inom olika områden

Vi har under året haft 10 schemalagda träffar med bl.a. besök på Sätters Biomuseum och Skönviks mentalmuseum och spelat boule i Kålgården, vår och höstavslut med pubkväll som några exempel. Vi planerar våra träffar och vad vi vill göra eller besöka vid våra möten i SPF lokalen

Vid pennan
Conny Kindåker

Verksamhetsberättelse 2016 för studiegruppen KGK-2

En andra KGK-grupp kom igång i slutet av 2015. Den består av 8 medlemmar. Gruppen har under året regelbundet träffats varje månad med undantag av sommaruppehåll. Tre studiebesök och två pubkvällar har också genomförts under året.

Per Börjesson

Verksamhetsberättelse 2016 för Trafikkommittén

I Trafikkommittén har under året ingått Bo Ottosson (verksamhetsansvarig), Lennart Kjellin, Lars Bergfalk och Chester Bernsten. Kommittén har under året haft 5 st protokollförda möten och därutöver ett antal informella kontakter för kommitténs verksamhet.

Kommittén har haft träffar med såväl kommunala tjänstemän som förtroendevalda från Falu kommun för att diskutera och försöka påverka lokala trafikfrågor som berör främst pensionärer. Frågor om busstrafikens linjedragningar och taxor har därvid diskuterats särskilt och synpunkter och skrivelser till kommunen med förslag till förbättringar har ingetts.

Kommittén har vid flera tillfällen även påtalat och även tillskrivit kommunen med angivande av brister i trafikmiljön som främst påverkar säkerheten och begärt bättre utmärkning av trafikregler i Falun. Förslag till förbättringar för cykeltrafiken längs Korsnäs vägen har tagits fram och inlämnats till kommunen.

En tipspromenad ordnades tillsammans med Friskvårdskommittén i juni. Det blev ett lite lågt deltagande men de som deltog trivdes.

Kommittén anordnade i november en informations- och diskussionsträff om busstrafik där bl a linjedragningar, turtäthet och biljettpriser behandlades. Vid träffen deltog förutom trafikkommittén också politiker och tjänstemän från kommunen samt företrädare för Dalatrafik. Arrangemanget lockade ett 40-tal deltagare och många frågeställningar belystes.

Bo Ottosson, sammankallande

Verksamhetsberättelse 2016 för Väntjänstkommittén

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

22 aktiva medlemmar” är väntjänstare” och har ansvar för varsina stadsdelar i kommunen. Väntjänstkommittén har haft 6 sammankomster under året på SPF expeditionen. Träffarna har fått fortsätta med Kafé på Björken hela året kl 14-16, lördagar. De har varit besökta ändå upp till 51 personer där. Kaféer har väntjänsten också haft på Britsarvsgården och Smedjans äldreboende.

Under våren och hösten har SPF Seniorerna kunnat samlas på restaurang Küselska krogen första fredagen i varje månad. Två från väntjänsten har tagit emot dem som kommit. Gun Eriksson har varit med i kommunens referensgrupp under temat anhörigstöd för SPF:s del. Marianne Häggblom har deltagit på Britsarvsgårdens aktivitetsträffar. Samarbete med Borlänges väntjänst skedde under våren då kommittén besökte deras väntjänst och åt lunch plus fick ett föredrag av kommunpolisen och hur äldre skall akta sig för bedragare och ett föredrag om fallolyckor och att se upp i trafiken.

Vid väntjänstträffen med alla ”Falu väntjänstare” på Smedjan den 10 mars berättade Erik Grönlund från kommunens om vårdnadsförvaltning om anhörigstöd och hjälp i olika former som man kan få om man vårdar en anhörig hemma.

De äldre pensionärerna i föreningen erbjöds att följa med på en utflykt till Samuelsdal, Falun där de bjöds på föredrag om gården och därefter en mycket stor smörgås och kaffe/te.

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

För väntjänsten

Gun Eriksson, sammankallande
