

FÖRSLAG TILL VERKSAMHETSPLAN OCH BUDGET

ÖVER VERKSAMHETEN I SPF SENIORERNA, ÄLMHULT,

inför föreningens ÅRSMÖTE den 13 februari 2026.

SPF Seniorerna Älmhult arbetar för att förbättra medlemmarnas villkor och rättigheter i olika äldrefrågor samt ge ett omväxlande och stimulerande verksamhetsprogram.

Därför inbjuder vi till **månadsmöten** i Församlingshemmet andra fredagen i följande månader: januari, februari (årsmöte), mars, april, september, oktober, november och december (julmöte). I augusti blir det **Höstupptaktsmöte** i Brokehill, Brokhult.

Under maj månad åker vi till **Eriksberg** i Blekinge och i juni blir det **Försommarfest** på Olles Loge. I juli åker vi till **Tattoo** i Eksjö och i höst kan det bli ytterligare någon resa.

Dessutom planerar vi några **utflykter** under året till intressanta platser i Älmhults kommun eller i dess närhet, t.ex. för att spela bangolf i Liatorp, samt att gå natur- och kulturvandringar.

På utvalda datum kan vi åka till Växjö för att, med SPF-rabatt, se Innebandy och Ishockey.

Vi ska också arbeta med olika **hjälpmedelsfrågor** kring olika handikapp. Våra representanter i **KPR (Kommunala Pensionärsrådet)** bevakar

och framför våra medlemmars frågor när Älmhults Kommun planerar sitt stöd till äldre personer.

Vissa år är vi med i Distriktets Mat- resp. Bostadspatrull. Ansvariga från föreningen som arbetar med **"Tillsammans mot ensamhet"** försöker möta medlemmar som känner sig ensamma.

I vår **friskvårdsverksamhet** inbjuder vi våra medlemmar till bl.a. Boule på Älmekulla och i Boule 16: s hyrda lokal. **Bowling** i Osby, **Golf** vid Äskya samt **Stavgång** i motionsspåren vid Haganäs. Vi propagerar även för träningsverksamhet hos Friskis & Sveltis och STC i Älmhult.

När det gäller **studieverksamheten** samarbetar vi med Studieförbundet Vuxenskolan. Vi planerar bl.a. följande cirklar: "Kören över", "Litteraturcirkel" samt "Musik vi minns".

I vår **gruppverksamhet** spelar vi Kortspel och Schack i Föreningslokalen.

Vi deltar på SPF-distriktets **Årsstämma** och på frågesportstävlingen **Hjärnkoll** samt på distriktets **Trafikdag** och **Kulturdag**.

Dessutom planerar vi att ordna aktiviteter på SPF-distriktets **Folkhälsovecka** den 18 - 22 maj.

SPF-föreningens sångkör **"kÖrhänget"** uppträder ibland på våra månadsmöten. De sjunger också några gånger i Älmhults kyrka samt på olika äldreboenden i kommunen.

Vi **samarbetar** även med övriga pensionärsorganisationer med frågor som rör de äldres situation i Älmhults kommun.

2026-02-05