

TILLSAMMANS FÖR ETT RIKARE SENIORLIV



”VI ÄR SENIORERNAS RÖST I SAMHÄLLET”

SPF Seniorerna är en partipolitiskt och religiöst obunden medlemsorganisation för alla som har rätt till pension, oavsett ålder. Idag har vi cirka 260 000 medlemmar och 800 kommunalt förankrade föreningar i 27 distrikt. Vår förbundsordförande sedan juni 2017 är Eva Eriksson. Vi satte oss ner med henne för att låta henne ge sin syn på SPF Seniorernas roll i samhället och på hur hon arbetar när hon företräder medlemmarna.



Du är förbundsordförande för SPF Seniorerna. Vilken är din och förbundets uppgift?

– SPF Seniorerna är Sveriges äldsta seniororganisation. Vår viktigaste uppgift är lika aktuell nu som den var när vi bildades 1939: att föra pensionärernas talan på ett samlat sätt – eller,

som vi säger idag, att vi är seniorernas röst i samhället. ”Folkpensionärerna kräver full försörjning utan fattigvård” var vårt upprop i förbundets barndom. ”SPF Seniorerna kräver ett pensionssystem värt namnet och som ger inkomster som det går att leva på” är förbundets och mitt upprop idag. Och vårt syfte som påverkansorganisation – såväl nationellt som lokalt – har aldrig varit mer aktuellt än nu, konstaterar Eva.

”Vi är seniorernas röst i samhället”

– I min ordföranderoll utgår jag ifrån ett livslångt engagemang för människor. Jag har länge engagerat mig i och för organisationer som står bakom och lyfter människor och som ser den enskilda individen. För mig är det också grundläggande i uppdraget att jag är påläst och att jag förankrar förbundets ställningsta-

ganden i förbundsstyrelsen och ute i distrikt och föreningar.

Vilka frågor ser du som de viktigaste att arbeta med framöver?

– Vi ska fortsätta att kraftfullt driva frågan om ett förändrat pensionssystem och vi ska kämpa för att den högre skatten på pension tas bort helt och hållet. Något som jag tycker är oerhört viktigt är att vi alla ska ha de bästa möjligheterna och förutsättningarna för att kunna leva fria hela livet. Det ligger så mycket i uttrycket ”att leva fri” som vi ska värna om och arbeta för, menar Eva och fortsätter:

– För mig handlar det om att alla seniorer inte kan ses som ett enda stort kollektiv. Tyvärr förutsätts många av oss inte kunna – eller vilja – fatta egna beslut. Men vi seniorer är alla olika. Vi är unika, med egen vilja och egna önskemål. Vi har levt ett långt liv, där vi hela tiden har behövt fatta en rad viktiga beslut. Det är vår självklara rätt att fortsätta göra det i kraft av vår senioritet.

”Att leva fri handlar om rätten till ett värdigt liv”

Eva Eriksson förklarar närmare vad hon menar: – Det handlar om att det ska vara självklart att välja om du vill bo kvar hemma eller flytta till ett boende. Lika självklart att kunna välja om du vill bo i en mer anpassad bostad eller i ett boende i gemenskap med andra. Och lika självklart ska vi också kunna välja vem som ska ta hand om oss i våra hem, eller vem som ska hjälpa oss att städa.



– En annan viktig fråga är maten och måltidens betydelse för vårt välbefinnande och vår livskvalitet. Det borde vara en rättighet att få möjlighet att äta välsmakande mat i en trevlig miljö tillsammans med andra.

“Ensamhet bland de äldre är en fråga jag brinner särskilt för”

– Att leva fri hela livet handlar också om rätten till ett värdigt liv – ett liv där seniorer inte blir sittandes ensamma. Ensamhet bland äldre är en fråga som jag brinner särskilt för. Det är inte värdigt ett välfärdsland som Sverige att vi har så många äldre som saknar gemenskap och som far illa därför att de blir isolerade, slår Eva fast och utvecklar:

– Det gör mig därför så glad att se all den fantastiska verksamhet som görs ute i förbundets distrikt och föreningar och som betyder mycket för att bryta ensamheten för många. Jag ser verkligen fram emot att tillsammans med hela vår engagerade organisation få vara med och utveckla SPF Seniorernas verksamhet för mer glädje och mer gemenskap.

Har du frågor om hur du blir medlem i SPF Seniorerna och vad vi gör på riks-, region- och kommunal nivå? Besök vår hemsida www.spfseniorerna.se eller vänd dig till din lokala förening!



VI TAR BORT PÅVÄXTER SÅSOM MOSSA, ALGER OCH LAV FRÅN ERT TAK!

Vi gör även rent fasad och marksten

Detta ger ert tak mer livslängd.
Att det blir rent och snyggt får ni på köpet!

Ring eller maila oss för kostnadsfri offert.
072-188 90 60 • 0500-88 02 69 • alf.andersson@takvard.se

LA
www.takvard.se

VÄLKOMMEN TILL SPF SKARABORGSDISTRIKTET!

Till Skaraborgsdistriktet hör de SPF-föreningar som finns i det tidigare Skaraborgs län. Föreningar finns i praktiskt taget alla områdets kommuner och i flera kommuner finns mer än en förening. Skaraborgsdistriktet består av 26 föreningar med sammanlagt cirka 9 500 medlemmar. Distriktets uppgift är att vara en länk mellan föreningarna och förbundsstyrelsen och att ge föreningarnas styrelseledamöter men även övriga medlemmar stöd och god service.

Föreningarna i Skaraborgsdistriktet är av mycket skiftande karaktär, allt från små och medelstora till riktigt stora. Medlemmarna finns i städerna, större och mindre samhällen och på landsbygden. Intressen och önskemål om verksamhet är skiftande och medför en utmaning för alla eldsjälar som ger av sin tid för att SPF Seniorerna ska erbjuda ett varierat utbud av underhållning, föreläsningar, studiecirklar, resor och aktiviteter som främjar en god hälsa och social samvaro. En viktig uppgift är att bevaka seniorernas intressen på lokal och regional nivå.

Hur vi arbetar

I distriktsstyrelsen finns grupper som arbetar med att arrangera event, veteranvetartävling, distriktsmästerskap, utbildning, äldrepolitik och kommunikation.

Distriktet erbjuder tillsammans med Studieförbundet Vuxenskolan kurser, konferenser och inspirationsdagar inom vitt skilda ämnen.

I Skaraborgsdistriktet har vi en stor kursverksamhet som är riktad till våra föreningars funktionärer, till exempel kassörer, aktivitetsansvariga, webbredaktörer och valberedare.

Varje år erbjuder vi upp till 20 kurstillfällen, vilket placerar oss i toppen när det kommer till kursutbud.

Seniorernas villkor

Kommuner och regioner (landsting) har ansvar för bland annat bostadsförsörjning, äldreomsorg och sjukvård, områden som är viktiga för oss när vi blir äldre. Distriktet medverkar i lokala och regionala pensionärsråd där vi träffar den politiska ledningen för regionerna och har möjlighet att argumentera för seniorernas speciella intressen och behov.

Distriktet ger också särskilt stöd till föreningarnas företrädare i de kommunala pensionärsråden som där möter ledande kommunpolitiker. I samhällsdebatten arbetar vi med opinionsbildning för att skapa förståelse för de äldres särskilda behov bland alla generationer.



Du vet väl om att vi inte bara arbetar med Begravningar utan även med

*Testamenten • Gåvobrev • Äktenskapsförord
Samboavtal • Bouppteckningar • Arvskiten • Livsarkiv*

Du kan alltid nå oss dygnet runt

Stedts

BEGRAVNINGSBYRÅ
KARLSBORG • HJO • TIBRO

Södra Vägen 12
546 31 Karlsborg
Tel. 0505-131 99
info@stedts.se



Bloms

BEGRAVNINGSBYRÅ

Varnhemsgatan 20 E
541 31 Skövde
Tel. 0500-41 30 94
info@blomsbegravningsbyra.se



AKTIVITETER MED GEMENSKAPEN I CENTRUM

En av de viktigaste idéerna med SPF Seniorerna är att organisationen ska verka för gemenskap, trygghet och trivsel bland medlemmarna. Det är i huvudsak i föreningarnas olika verksamheter som det erbjuds sammanhang där man kan träffa och umgås med gamla och nya vänner. De lokala föreningarna ser inte likadana ut, var och en har sin speciella verksamhetsinriktning beroende på medlemsantal, geografiskt läge och medlemmarnas intressen. En gemensam sak för alla är den sociala gemenskapen. Den genomsyrar all verksamhet.

Spännande tävlingar

Som medlem hos oss finns ett rikt aktivitetsutbud att välja mellan. De flesta föreningarna har månadsträffar med intressanta föreläsare och underhållning. Du kan delta i resor och utflykter. Tycker du om att spela bridge eller hellre spelar boule går det bra i flera av föreningarna.

Gillar du att tävla? Då kan du mäta dina krafter med andra medlemmar i olika grenar, både på distrikts- och förbunds nivå. Att vinna kan självklart vara viktigt, men framförallt syftar tävlingarna till att stärka gemenskapen ytterligare.



Till er tjänst i hemmet, trädgården och med hantverk

Vi kommer gärna ut till er och berättar mer om **hur man kan använda våra tjänster** eller bli veteran. Hör gärna av dig.

Boka ett möte!

 **VETERANPOOLEN®**
www.veteranpoolen.se

Ring 070-795 46 86

UTBILDNING I KÖRTEKNIK OCH HALKKÖRNING

En mycket uppskattad aktivitet som Skaraborgsdistriktet, i samarbete med NTF och Kinnekulle Ring, erbjuder är en utbildning i körteknik och halkkörning.

Under körteknikpasset gnuggas medlemmarna av skickliga instruktörer i moment som backning i trånga serpentiner och fickparkering. Sådant man en gång lärt sig men kanske glömt!

ABS-bromsar och antisladdsystem fanns inte när våra medlemmar tog körkort. Därför är det mycket nytt vid halkkörningen, eller riskutbildningen som det heter idag. Förutom att övningarna är väldigt nyttiga är de också fantastiskt roliga!



Samla poäng idag,
för en bostad i framtiden

*Senior- och trygghetsboenden för dig som är 55+.
Bekvämt, tryggt och prisvärt.*

www.skovdebostader.se

 SKÖVDEBOSTÄDER

MEDLEMSKAPET – LADDAT MED FÖRMÅNER

Som medlem i SPF Seniorerna får du social gemenskap och en organisation som jobbar för dina hjärtefrågor, men också en del rabatter och förmåner.

Distriktsförmåner

Länsförsäkringar Skaraborg

SPF Seniorerna Skaraborgsdistriktet har ett fint samarbete med Länsförsäkringar Skaraborg och det innebär att medlemmarna kan tillgodogöra sig mycket fina rabatter och förmåner.

Förbunds förmåner

If – Huvudpartner

- 15 % rabatt på hem-, villa- och fritidshusförsäkring
- 5 % rabatt på bilförsäkring
- 15 % rabatt på hund- och kattförsäkring
- 10 % rabatt på båtförsäkring
- 50 % rabatt på släpvagnsförsäkring

mySafety – Partner

Som medlem i SPF Seniorerna får du ID-Skydd Bas från mySafety helt utan kostnad (ordinarie pris 249 kronor per år) och det gäller så länge du är medlem. Med mySafety ID-Skydd Bas kan du snabbt spärra allt med ett enkelt telefonsamtal.

Skandia – Partner

Som medlem i SPF Seniorerna kan du teckna prisvärda olycksfalls- och livförsäkringar.

E.ON – Partner

E.ON vill sprida bra energi bland Sveriges seniorer! Därför får du som är medlem i SPF Seniorerna ett förmånligt erbjudande.

- Välkomstrabatt upp till 500 kronor
- Rabatt på rörligt och fast pris
- Rabatt på förnybar energi
- Betala bara halva årsavgiften
- Eget nummer till kundservice

Hallon – Officiell leverantör

Ett abonnemang för mobiltelefoni ska vara enkelt och billigt. Därför får du som medlem hos SPF Seniorerna, förutom extra bra pris på våra abonnemang, även förtur till vår kundservice.

Tallink Silja – Officiell leverantör

Tallink Silja inbjuder alla medlemmar i SPF Seniorerna att följa med på sköna kryssningar och hotellresor med Tallinks och Silja Lines fartyg. SPF Seniorernas medlemmar har upp till 20 % rabatt och givetvis väljer du själv vart du vill resa.

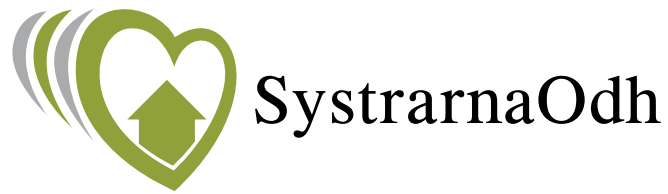
Familjejuridik

Som medlem i SPF Seniorerna har du ett antal förmåner hos Familjens Jurist och Fonus.

Senioren

Senioren är SPF Seniorernas medlemstidning och den kommer ut med nio nummer per år. Upplagan har ökat år från år och är nu uppe i 207 100 exemplar. Tidningen är en uppskattad medlemsförmån.





TACK

Systrarna Odh är Skaraborgs största privata aktör med verksamhet inom hemtjänst. Våra medarbetare sätter varje individs livskvalitet och trygghet i fokus.

Vi finns här som en extra resurs för dig.

Välkommen att kontakta oss så berättar vi mer om hur vi kan hjälpa just dig.



systrarnaodh.se

HITTA DIN FÖRENING!

SPF Skaraborgsdistriktet består av 26 föreningar. Så här kommer du i kontakt med dem.

Ardala

070-361 94 27
elsa.hovmark@telia.com

Elin-Skövde

070-647 70 67
spfskovdeelin@hotmail.se

Falköping

073-049 38 43
ture.roland@gmail.com

Frökind

073-328 81 45
karl-ake.ekunger@telia.com

Gudhemsbygden

0515-180 86
ulla.bertilsson@outlook.com

Gullspång-Hova

0551-200 73
info@spfgsphova.se

Götene-Kinneulle

0511-591 27
spf.gotene@gmail.com

Hjo

0503-143 02
boman.owren@gmail.com

Holmestad

0511-532 36
grossgarden@live.se

Järpåsbygden

0510-915 18
gfridlund@hotmail.com

Karlsborgsbygden

070-658 10 66
ripanas@yahoo.se

Kvänum

070-529 25 03
rolf.hallsas@telia.com

Lidköping

070-545 205 7
n.bergman@telia.com

Mariestad

073-669 28 41
eklof48@yahoo.se

Nordbillingen

072-325 40 17
bustadvilly@gmail.com

Norra Härene-Hovby

0510-297 68

Skara

070-595 69 63
janolof.gunnarsson@skara.net

Skövde

0500-41 53 62
spfskovde@telia.com

Stenstorp

0500-45 07 32
munkaledet@outlook.com

Sventorp-Forsby

070-538 64 82
2wedholms@gmail.com

Tibro

070-301 34 68
bengtedman1@gmail.com

Tidaholm

0502-108 88
lars.hjerten@gmail.com

Törebodabygden

070-511 77 13
janeriksandegren@telia.com

Vallebygden

0511-603 50
ernius@skara.net

Varabygden

0512-123 30
lollo12330@telia.com

Vartofta

070-356 33 79
marianne@manke.se



VILL DU BLI MEDLEM?

SPF Seniorerna är en ideell, partipolitiskt och religiöst obunden organisation för seniorer. Vi är cirka 260 000 medlemmar fördelade på 27 distrikt och cirka 800 lokala föreningar.

Medlemskap beviljas den som har rätt att uppbära pension av något slag samt den som är gift eller sambo med medlem. Medlemskapet gäller från den dag medlemsavgiften är betald. Medlemskapet kostar 200-300 kronor per år. Avgiften varierar mellan föreningarna.

På www.spfseniorerna.se kan du söka efter din närmaste förening.

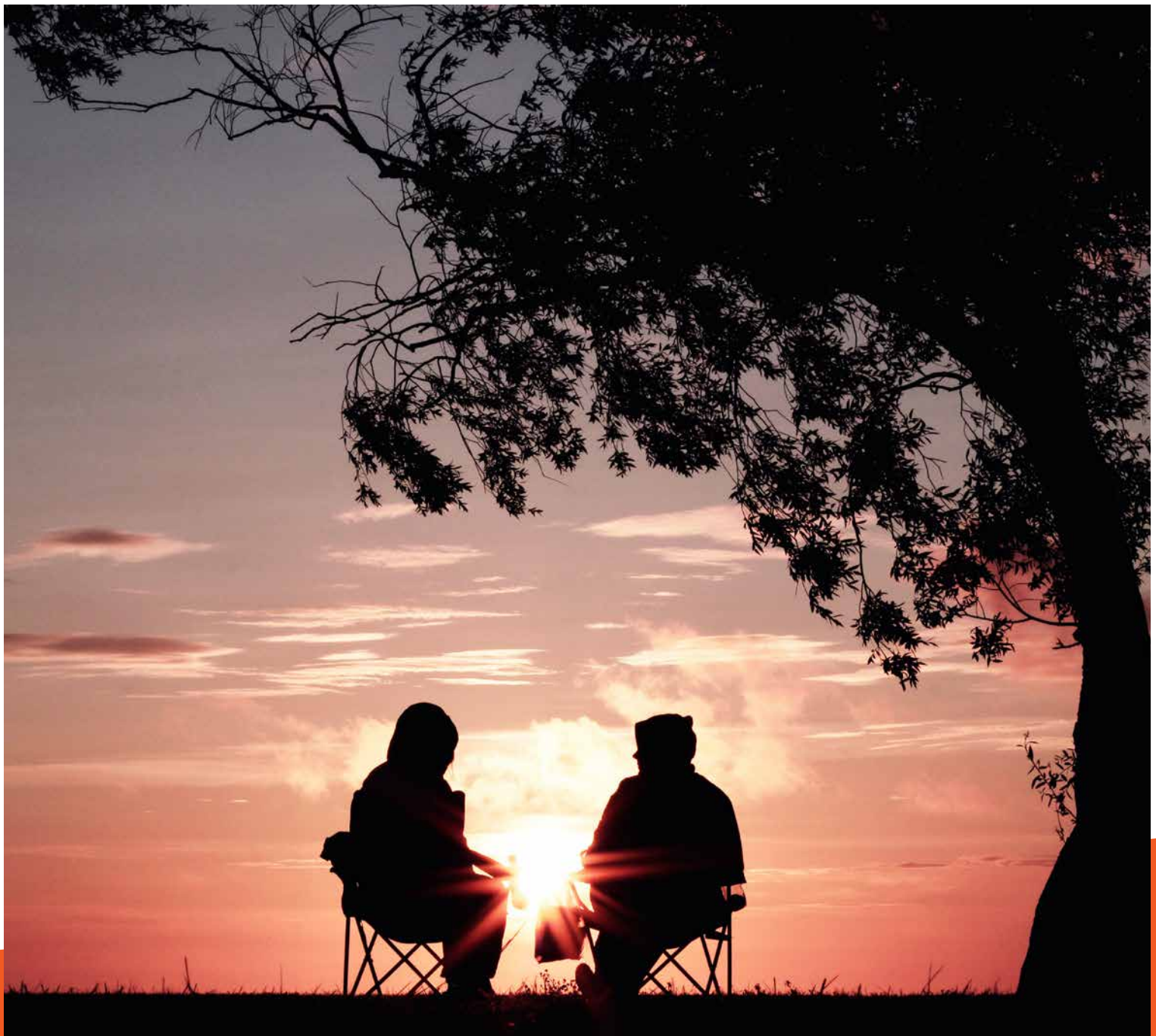
SPF Seniorerna Skaraborgsdistriktet

Badhusgatan 13
534 31 Vara

076-771 12 28

spf.seniorerna.skb@gmail.com

www.spfseniorerna.se/distrikt/skaraborg



Livsarkivet, en gåva till dina anhöriga



Visst vore det skönt att veta att dina anhöriga har möjligheten att ta del av dina önskemål och din vilja även när du inte längre kan ge uttryck för den själv. Livsarkivet är ett enkelt redskap som hjälper dig på vägen.

Mitt i livet funderar vi sällan på vad som kommer att ske den dag vi inte längre kan förmedla oss med omvärlden. Att ägna en stund åt att berätta om våra val och våra tankar hjälper inte bara oss själva utan även våra anhöriga den dag då besluten måste tas.

Livsarkivet är utformat för att underlätta och för att vägleda dig när du valt att ta ställning till de svåra frågorna.

Frågor som berör livets slut är varken lätta att ställa eller lätta att besvara. Vi erbjuder medmänsklighet och professionell hjälp. Välkommen in till oss och hämta ditt kostnadsfria exemplar av Livsarkivet som innehåller dels en vägledning, dels ett formulär där du kan fylla i dina önskemål.

Hos oss kan du också helt utan kostnad förvara ditt livsarkiv och vi ser till att det hittas den dag det behövs.



Falbygdens
Begravningsbyrå

Falköping • 0515-121 50
www.falbygdensbegravningsbyra.se

BRANELLS
BEGRAVNINGSBYRÅER

Vara-Nossebro-Grästorps
0512 - 100 59 • www.branells.se

Bloms
Mariestad - Töreboda - Vadsbo
BEGRAVNINGSBYRÅER

0501-105 27 • www.blomsmtv.se

Begravningsbyrån
Bo Svensson
i Skara

Efter Thomas Gustafsson



0511-100 35 • www.bosvensson.se

Begravningsbyrån
Eilert Ahlstrand

Lidköping 0510-285 80 • Götene 0511-508 70
www.e-ahlstrand.se

Sandstedts
Begravningsbyrå

Tidaholm 0502-109 09 • Mullsjö 0392-109 09
www.sandstedt.se

www.begravningar.se