



Ordförande har ordet



Jag får önska er alla ett bra 2026 där vi från SPF Seniorerna hoppas att vi kan vara en del av att skapa möjligheter till trevlig samvaro och intressanta aktiviteter under året.

Under 2025 har vi från föreningens sida varit aktiva kring kravställande på kommunen gällande äldrefrågor. Mer om detta separat i detta medlemsbrev.

En fråga som dock blir mer och mer aktuell är det s.k. digitala utanförskapet där ny teknik förklarar för en del men utestänger andra. Om deltagande kräver bank-ID och kontanter inte tas emot så betyder det att alla inte får möjlighet att vara med. Från föreningens sida försöker vi tänka på det så att även om vi kommunicerar med mejl och appar så skickar vi även ut programmet i pappersformat till den som inte har mejladress och det går att betala både med Swish och kontanter vid våra månadsmöten.

En annan mycket viktig fråga för oss som är 65+ är de alltmer sofistikerade bedrägeriförsök som inriktas speciellt mot äldre. Förslagna kriminella försöker genom telefonsamtal, sms, bluffannonser och mejl lura av folk pengar. Vi kan aldrig nog många gånger påminnas om att tyvärr vara miss-tänksamma, att ladda ner app i mobilen som varnar för telefonsäljare, inte svara på okända samtal, lägga på luren utan att söka vara artig om någon udda figur ringer, sätta låga uttags-spärrar på kreditkort, Swish och bankkonto och gärna välja en bank som börjat tillämpa fördröjd utbetalning av större belopp (kräver att man beställer det), etc.

Vill också passa på att tipsa om att ladda ner appen *SPF Seniorerna* så att du alltid har programmet lätt tillgängligt och får löpande information om vad som händer i föreningen, i SPF-distriktet och på riksnivå inom SPF.

Vi ses på våra olika aktiviteter och värva gärna nya medlemmar bland dina vänner.

Martin Normark

Övrigt

Vill du spela bordtennis?



Efter nyår planerar vi att dra i gång SPF:s bordtennis-sektion i den fina Kungshallen.

Vi kommer att ha

tillgång till hallen på tisdagar från och med den 20 januari mellan kl. 10 och 12. Det finns 18 bord som vi själva får ställa fram för spel och sedan ställa tillbaka. Har du inte egen utrustning finns det bordtennisracketar att låna. Vi har också tillgång till omklädningsrum och pentryt om vi vill ordna eget fika.

Vi vill gärna få en uppfattning om det finns tillräckligt intresse för att starta en bordtennis-sektion. Skulle du vara intresserad av att spela bordtennis i Kungshallen?

Svara via mejl till spf-vikingarna@bykyrkby.se

Vi söker fler i valberedningen!

En ideell förening sköter sig inte själv utan bygger på medlemmarnas engagemang. En valberedning ska gärna vara en lite bredare grupp som kan hjälpa varandra.

Hjälp till att värva nya medlemmar – få belöning



Vi blir gärna fler medlemmar och det bästa sättet att få nya medlemmar sägs vara mun till mun-metoden, dvs. att du som redan är

medlem påverkar släktingar, vänner eller andra bekanta som kan vara intresserade av att få tillgång till de förmåner vi har, alltifrån försäkring

till aktiviteter på både kommun- distrikts- och riksnivå. Du som värvar en ny medlem får två trisslotter och den du värvat får en lott.

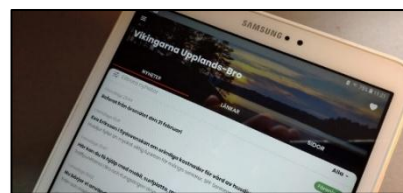
Gör så här: När den nye medlemmen gör sin ansökan kontakter du medlemssekreteraren via telefon 076-776 60 08 eller via mejl till **gerthy.ahlsen@telia.com** och berättar vem medlemmen är och vem du är som har värvat. När vi ser att det nya medlemskapet har registrerats hos förbundet skickar vi lotterna till dig och till den nye medlemmen.

Hemsidan och appen SPF Seniorerna



Detaljerade och dagsaktuella uppgifter om våra aktiviteter hittar du på vår hemsida

spf.se/vikingarnaupplandsbro som också speglas



till appen SPF Seniorerna vilken går att ladda ned till smarttelefon och surfplatta.

Vi har däremot beslutat att lägga ner vår Facebooksida på grund av lågt intresse.

Ge oss din mejladress



Har du fått medlemsbladet i frankerat kuvert betyder det att vi inte har någon mejladress registrerad för dig.

Om du har en mejladress ber vi dig meddela Gerthy Ahlsén på tel. 076-776 60 08, eller

per mejl till **gerthy.ahlsen@telia.com**, så kan du få mer löpande och snabbare information.

Kommunala Pensionärsrådet



Östen Gidlund och Irène Seth är våra ledamöter i det kommunala pensionärsrådet (KPR).

Rådet träffas fyra gånger per år. Vid träffarna informerar kommunen pensionärsorganisationerna om olika förändringar i lagstiftningen vilka kan beröra oss pensionärer. Vi för dialoger om aktuella förändringar och händelser inom den kommunala verksamheten som kan påverka oss seniorer. Vi har möjlighet att ställa frågor och få svar.

Under hösten har SPF aktualiserat följande:

- Utbildning för den som får sin första rullator.
- Påminna boende på kommunens olika äldreboenden att teckna hemförsäkring.
- Hur många av kommunens hemtjänstpersonal har undersköterskeutbildning? Kan all personal få sådan utbildning?
- Finns krav på att nyanställda ska ha godkänd svenskspråksutbildning?
- Det är brist på parkeringsplatser för bilar i närheten av vårdcentralen för bland annat besökare som har svårt att gå.
- Har kommunen någon form av dagverksamhet för hemtjänsttagare som har svårt att gå eller är ofrivilligt ensamma?
- Är kommunens interna kontrollsystem sådant att det kan identifiera ekonomiska missförhållanden (välfärdsbrott) eller till exempel professionella (yrkesmässiga) missförhållanden inom kommunens respektive den privata hemtjänstverksamheten?
- Kontrollerar hemtjänsten hemtjänsttagarnas larm så att de fungerar på korrekt sätt?
- Är hemtjänstens larmcentral aktiv dygnet runt alla dagar i veckan?
- Förekommer det hot från hemtjänsttagare mot hemtjänstpersonalen? Finns upprättade handlingsplaner?
- SPF har begärt att Upplands-Brohus system för bostadskö inte ska innehålla krav på årlig mailförnyelse (digital) för att man ska få behålla kö-platsen. Nuvarande system ger ett digitalt utanförskap för många seniorer, som till exempel saknar dator/smartphone. Något svar har ännu inte erhållits.
- SPF-förbundet rangordnar årligen landets hemtjänster (kommuner) utifrån vissa kriterier. Vår kommun har plats 172 av landets 290 kommuner. Kommunen har två år i rad fått en lägre placering än tidigare. SPF har i flertal möten med kommunens hemtjänst gett signaler om vad som bör förbättras utan att vi fått någon reaktion.

Kontaktlista (gäller till årsmötet 2026)

Styrelse

Ordförande	Martin Normark	070-529 49 03	martin.normark1@gmail.com
Vice ordförande	Östen Gidlund	076-982 26 17	ostgid@gmail.com
Sekreterare och medlemssekreterare	Gerthy Ahlsén	076-776 60 08	gerthy.ahlsen@telia.com
Kassör	Lillebil Grass	070-480 49 58	lillebil.grass@gccryom.se
Ledamot	Irène Seth	070-858 35 30	irene.seth@almare.se
Ledamot	Gerd Gustafsson	070-731 40 55	gerd.gus@telia.com
Ledamot	Marie-Louise Bernstone Eriksson	070-576 22 75	Milleberiksson@gmail.com
Ledamot	Krister Saldenius	0738-15 19 70	ksaldenius@gmail.com
Ledamot	Britt-Marie Charfi	076-840 50 71	brittcharfi@gmail.com

Revisorer

Revisor, ordinarie	Birgitta Wörn	070-528 37 50	birgitta.warn@live.se
Revisor, ordinarie	Mats Högberg	070-770 96 39	boatlife.nu@gmail.com
Revisor, suppleant	Leif Söderlund	070-870 41 02	soderlund.leif@gmail.com

Valberedare

Valberedare, sammank.	Tina Teljstedt	072-888 23 73	tina.teljstedt84@gmail.com
Valberedare, ordinarie	Vakant		
Valberedare, suppleant	Vakant		

KPR

KPR-ledamot	Östen Gidlund	076-982 26 17	ostgid@gmail.com
KPR-ersättare	Irène Seth	070-858 35 30	irene.seth@almare.se

Funktionärer

Programkommitté	Styrelsen		
Webbredaktör	Torbjörn Ahlsén	070-245 27 42	torbjorn.ahlsen@telia.com
Gratulationsansvarig	Gerthy Ahlsén	076-776 60 08	gerthy.ahlsen@telia.com
Bouleledare	Hans Dahlberg	073-687 61 22	hans.dahlberg44@gmail.com
Bridgeledare 1	Anders Eklöf	070-315 24 22	anderseklof@icloud.com
Bridgeledare 2	Johan Seth	070-842 19 82	johan.seth@almare.se
Reseombud	Styrelsen		
Läsecirkelledare	Marianne Stigle	073-730 31 45	mariannestigle@gmail.com
Målargrupp	Krister Saldenius	073-815 19 70	ksaldenius@gmail.com
Trafiksäkerhetsombud	Staffan Jogmar	070-298 10 37	staffan.jogmar@telia.com