

VERKSAMHETSPLAN 2026



Jönköpingsdistriktet

Verksamhetsplan för SPF Seniorerna Jönköpingsdistriktet 2026

Allmänt

Hållbar organisation

SPF Seniorerna arbetar med FN:s globala hållbarhetsmål inom ramen för Agenda 2030, som mål 3 *god hälsa och välbefinnande*, mål 4 *god utbildning för alla* samt mål 13 *bekämpa klimatförändringarna*.

Dessa hållbarhetsmål är också till stor del mycket väl överensstämmande med SPF Seniorernas stadgar.

Utdrag ur §1, mom 3 (SPF Seniorernas uppgift)

”Vi ska informera, skapa debatt och påverka i samhällsfrågor som berör seniorer...

...Vi ska främja folkhälsa och verka för ett livslångt lärande...”

Utifrån de senaste årens träffar och kontakter med föreningar vill vi under 2026 fortsatt lyfta ett antal utmaningar/utvecklingsområden utifrån gångna årets erfarenheter:

- Vi ser en utmaning i att **engagera medlemmar till olika uppdrag** i styrelse och verksamheter.
- Vi har **en hel del att lära av varandra** mellan våra föreningar. Det kan handla om samverkan kring aktiviteter och att ge varann tips och förslag om organisation, verksamheter och aktiviteter.
- Rekrytering till **styrelsearbete och andra uppdrag** är ett område som SPF-distriktet fokuserar på inom ramen för våra kommittéers breda utbud. Att varje ledamot i distriktsstyrelsen har ett antal kontaktföreningar borgar för goda möjligheter i SPF Seniorernas interna dialog i länet.
- I kommunernas och länets pensionärsråd – **KPR och LPR** – har vi en viktig uppgift i att bedriva påverkansarbete för förbättringar i äldreomsorg, primärvård, geriatrik samt hälso- och sjukvård i förhållande till kommuners ledningar och Regionledningen, men även när det gäller geriatrik och demensvård, samt bostadsfrågor och den stora pensionsfrågan.
- Potentialen för att under de närmaste åren nå 11 000 medlemmar är god. Ca 50 procent av personer 65 år och äldre, är idag inte medlem i någon pensionärsförening.

SPF Seniorernas prioriterade frågor är äldres ekonomi, hälsa och omsorg, boende och rätt att arbeta. En viktig fråga för oss är att pensionerna måste följa med i samhällets inkomstutveckling. Det ska också vara en självklarhet med valfrihet i fråga om boende och rätten till vård och omsorg på äldre dagar. I SPF Seniorernas arbete är inflytande, valfrihet och livskvalitet viktiga ledord.

SPF Seniorerna är remissinstans för förslag som rör äldre i samhället, och vill även lagstadga om senior-/pensionärsråd i alla svenska kommuner och regioner.

Vårt mål är att organisationen ska växa i takt med det ökande antalet seniorer. I relationen med våra medlemmar och potentiella medlemmar ska vi vara nytänkande, framåtblickande och inkluderande. Vi behöver bli fler medlemmar för att få inflytande och bättre förmåga att påverka samhället. Fler medlemmar ger också bättre ekonomi vilket ger möjlighet till större bredd och högre kvalitet på verksamheten.

Vårt mål är att tillvarata seniorers sociala och ekonomiska intressen genom att arbeta med frågor om seniorers hälsa och omsorg, boende, ekonomi, rätt att arbeta samt äldreforskning. Vi ska uppfattas vara en innovativ, oberoende kunskapskälla vars starka förtroendefulla röst hörs både lokalt och nationellt. I vår Region Jönköpings Län är vi med i länpensionärsrådet (LPR) där vi påverkar sjukvården, infrastruktur, kommunikation och andra regionspecifika verksamheter.

Alla föreningar är med och påverkar sina kommuners vård- och omsorgsprogram, byggplaner samt andra, för pensionärer viktiga frågor. Detta görs i de Kommunala Pensionärsråden (KPR). I en del kommuner sker detta för vissa frågor också i samrådsgrupper anknutna till KPR.

Föreningarna har sin största uppgift i att hjälpa sina medlemmar med en intressant verksamhet som uppmanar till friskvård och gemenskap. Detta innebär också att föreningen och hela vår organisation blir attraktivare och att det blir lättare att rekrytera nya medlemmar och behålla befintliga.

Denna verksamhetsplan för 2026 försöker återspegla och understödja de behov som föreningarna har. Skapa gemenskap, anordna resor, friskvård och ge nya kunskaper för medlemmarna samt att underlätta för föreningarna att rekrytera nya medlemmar.

Mål

- Öka dialogen mellan distriktsstyrelsen och lokalföreningarnas styrelser.
- Distriktsstyrelsen skall ha en kontinuerlig dialog med förbundsstyrelsen.
- Distriktsstyrelsen skall samverka med övriga pensionärsorganisationer.
- Informera press, SVT och SR om SPF Seniorernas verksamhet.
- Motverka ålderism, diskriminering av äldre t.ex. via insändare och presskontakter.
- Främja och stimulera fortsatt utveckling av digitala kunskaper hos medlemmarna men samtidigt arbeta aktivt för att värna de som lever i digitalt utanförskap.
- Arbeta för god psykisk och fysisk hälsa hos alla medlemmar.
- Främja och stimulera föreningarnas arbete för att skapa en meningsfull gemenskap för alla medlemmar.
- Förbättra samverkan med kommuner och region.
- Genomföra satsningar för att utveckla KPR i alla kommuner.
- Utveckla distriktets och föreningarnas hemsidor.

PR-kommittén

Mål

- Att öka antalet medlemmar i SPF Seniorerna.
- Att behålla våra medlemmar genom intressanta program.
- Att öka vår synlighet i media.
- Att samtliga föreningar ska ha en bra hemsida och bör vara aktiva på Facebook.

Verksamhet för att nå målen

- Anordna PR-konferenser. Där vi vill inspirera deltagarna att göra bra program, där man både ska försöka locka yngre medlemmar, samtidigt fortsatt behålla befintliga medlemmar.
- Skicka ut sommarhälsning med rekryteringstips.
- Tipsa om vikten av bra hemsidor och Facebook.

Utbildningskommittén

Mål

- Antal deltagande föreningar i distriktets utbildningar ska vara 50%.
- Ge föreningarnas styrelser och valberedare förutsättningar att göra ett bra arbete.
- Ge webbredaktörer och medlemsregisteransvariga förutsättningar att göra ett bra arbete.
- Underlätta och inspirera föreningars och medlemmars digitala utveckling och inkludering.
- Inspirera föreningarna att driva studiecirklar, såväl fysiska som digitala.
- Utveckla föreningarnas arbete, ”utmana” och inspirera. Deltagare vid utbildningar och konferenser ska få med sig erfarenheter och kunskap att vidareförmedla och använda i sina föreningar.

Verksamhet för att nå målen

- Arrangera utbildning/konferens för styrelsemedlemmar.
- Arrangera utbildning/konferens för valberedare
- Arrangera utbildning/konferens för medlemsregister-ansvariga
- Arrangera utbildning/konferens för webbredaktörer
- Arrangera utbildning/konferens för digitaliseringsombud

- Inspirera till att starta och delta i lokala studiecirklar för medlemsregisteransvariga och webbredaktörer.
- Delta i Studieförbundet Vuxenskolas inspirationsdagar för studieombud och arbeta för att det finns studieverksamhet och studieombud i distriktets samtliga föreningar.
- Möjliggöra för och inspirera föreningarna till att organisera och delta i utbildningar kring mobiltelefoner och surfplattor för kunskap i t.ex. e-post, Bank ID, säkerhet och bedrägerier, appar och webbsidor i samarbete med t.ex. Studieförbundet Vuxenskolan och SPF Seniorerna.

Pensionärspolitiska kommittén

Kommunala Pensionärsrådet

Mål

- Att ge kunskap och förståelse för hur viktig äldres munhälsa är
- Att ge kunskap och insikt i vikten av att det finns en äldre sjuksköterska på samtliga av våra vårdcentraler
- Att inspirera ledamöter att sprida kunskap om KPR
- Att utveckla ett arbetssätt för att fånga upp viktiga frågor från medlemmarna på föreningsnivå
- Att samverka mellan KPR och LPR

Verksamhet för att nå målen

Två utbildningsdagar anordnas med följande innehåll:

Utbildningsdag 1 *Äldres munhälsa* (genomförande under v. 18 – 2026)

- Belysa risken för undernäring vid dålig munhälsa
- Hur arbetar man med detta på SÄBO – i Hemtjänsten?
- Svårigheten med på demensboende
- Hur kan folktandvården hjälpa till?
- Hur agerar privata aktörer?

Utbildningsdag 2 *Behovet av äldre sjuksköterska* (genomförande under v. 43 – 2026)

- Krav att varje vårdcentral har denna funktion
- Påvisa vikten av denna service
- Samverkansbehovet mellan region och kommun
- Rehabiliteringsbehovet
- Förebyggande åtgärder

Vid varje utbildningsdag medverkar också ledamöter från Läns pensionärsrådet. Dessutom inspiration kring hur man sprider kunskap om KPR, goda exempel.

REGION-GRUPPEN

Mål

- I ökad omfattning påverka Regionens beslut i äldre frågor inom LPR.
- Aktivt samverka med övriga pensionärsorganisationer inom LPR-
- Aktivt samverka årligen med de olika partigrupperna i regionen.
- Att följa upp att Äldrevårdsmottagning/Äldre sjuksköterska finns.
- Att följa upp att beslut om fast vårdkontakt verkställs.
- Arbeta för att vaccinationsprogrammet för äldre införes.
- Arbeta för ökad samverkan med Regionens i det förebyggande hälsoarbetet för äldre
- Arbeta för att öka insatserna för tidig upptäckt av sjukdom hos äldre, t.ex. mammografi och HPV.

- Arbeta för att förbättra samarbetet mellan lokalföreningarna och vårdcentralerna samt att pensionärsföreningarna är representerade i vårdcentralernas patientråd.
- Arbeta för att Regionen skall visa ökad respekt för personer som lever i digitalt utanförskap.
- Arbeta för att geriatrisk kompetens och vårdplatser skall finnas inom länets tre sjukvårdsområden samt samtliga SÄBO.
- Arbeta för att förändringar av vården i livets slutskede på kommunernas äldreboenden följs upp.

Verksamhet för att nå målen

- Genom samarbete med övriga pensionärsorganisationer.
- Genom information av olika verksamhetsföreträdare.
- Genom regelbundna träffar med de olika politiska partierna årligen.

Folkhälsokommittén

Mål

- att öka föreningarnas och medlemmarnas kunskaper om vikten av egna insatser för att främja hälsa och välbefinnande, samt att verka för att alla ska ingå i en social gemenskap
- att alla föreningar ska ha minst 2 friskvårdsombud
- att föreningarna ska ordna minst 2 temamöten med hälsotema, gärna i samarbete med vårdcentralerna
- att uppmuntra till ökad användning av friskvårdskorten
- att genomföra en folkhälsodag för alla friskvårdsombud i september
- att verka för att föreningarna uppmuntrar sina medlemmar att ta del av förbundets fina digitala utbud samt att slå ett extra slag för fysisk aktivitet under folkhälsoveckan maj 2026

Verksamhet för att nå målen

- förmedla folkhälsokommitténs ambitioner till föreningarna
- stimulera föreningarna till att ordna sociala sammankomster regelbundet, tex luncher eller fikastunder med jämna mellanrum.
- verka för att fler friskvårdsombud utses
- förmedla friskvårdskort till föreningarna

Matpatrullen

Mål

- Matpatrullen ska genomföra c:a 8 restaurangbesök per grupp på distriktets öppna seniorrestauranger under verksamhetsåret 2026.

Verksamhet för att nå målen

- Komplettera och justera checklista/rapportformulär med frågor rörande specialkost som t.ex. allergianpassning och vegetariska rätter.
- Genomföra oanmälda besök, med kontroll enligt gemensam, förutbestämd checklista
- Granskning av kommunernas hemsidor beträffande information om restaurangerna, prissättning och publicering av matsedlar.
- Rapportering: Efter varje besök görs om möjligt en direkt återkoppling till restaurangansvarig. Efter genomförande av samtliga besök sammanställs alla resultat till en slutrapport. Rapporten skickas till berörda inom SPF Seniorerna.

Kommittéer 2026/2027

Folkhälsa

Ragnhild Lorefors (sammankallande)	SPF Seniorerna Tabergsdalen
Kerstin Elmebro	SPF Seniorerna Eksjö
Anita Fick	SPF Seniorerna Tabergsdalen
Marita Karlsson	SPF Seniorerna Eksjö
Britt-Marie Magnusson	SPF Seniorerna Bor-Rydaholmskretsen
Hillevi Stenberg-Legfors	SPF Seniorerna Skirö-Alseda

Pensionärspolitik

Kommungruppen (KPR)

Olof Ejdeblad (sammankallande)	SPF Seniorerna Bankeryd
Bo Arencrantz	SPF Seniorerna Nässjö
Ing-Britt Häger	SPF Seniorerna Ås
Jörgen Samuelsson	SPF Seniorerna Vetlanda

Regiongruppen (LPR)

Britt Johansson (sammankallande)	SPF Seniorerna Skillingaryd
Bo Arencrantz	SPF Seniorerna Nässjö
Olof Ejdeblad	SPF Seniorerna Bankeryd
Christina Ekblad	SPF Seniorerna Eksjö
Agneta Hedljung	SPF Seniorerna Jönköping Öster
Ragnhild Lorefors (läkemedelsansv.)	SPF Seniorerna Tabergsdalen

PR-kommittén

Gittan Ekelund (sammankallande)	SPF Seniorerna Jönköping Centrum
Christina Ekblad	SPF Seniorerna Eksjö
Kent Forsén	SPF Seniorerna Nässjö
Britt Gånfält Garholm	SPF Seniorerna Brahe-Grenna
Jan Östberg	SPF Seniorerna Tranås seniorerna

Utbildningskommittén

Staffan Magnusson (sammankallande)	SPF Seniorerna Vetlanda
Christina Gustafsson	SPF Seniorerna Tranås seniorerna
Bengt-Åke Gustavsson	SPF Seniorerna Jönköping Öster
Christer Ullemark	SPF Seniorerna Skillingaryd
Kjell Larsson (dig.ansv)	SPF Seniorerna Bankeryd
Maria Jacobsson (dig.ansv)	SPF Seniorerna Jönköpingsdistriktet, konsulent

Matpatrullen

Mats Ovegård (sammankallande)	SPF Seniorerna Jönköping Centrum
Anita Ovegård	SPF Seniorerna Jönköping Centrum
Lennart Lööw	SPF Seniorerna Jönköping Centrum
Margareta Lööw	SPF Seniorerna Jönköping Centrum
Gunilla Andersson	SPF Seniorerna Jönköping Centrum
Birgit Ahnström	SPF Seniorerna Jönköping Centrum
Eva-Lena Eliasson	SPF Seniorerna Jönköping Centrum
Susanne Törnvall	SPF Seniorerna Jönköping Centrum

Förslag till reviderad budget 2026 och budget 2027

SPF Seniorerna Jönköpingsdistriktet

SPF Seniorerna Jönköpingsdistriktet
826000-9694

RESULTATRÄKNING Not	Reviderad		
	Utfall 2025	Budget 2026	Budget 2027
Belopp i kr			
Intäkter			
Medlemsavgifter	259 820	260 000	310 000
Bidrag Regionen	525 000	543 000	550 000
Övriga intäkter	10 000	10 000	10 000
Ränteintäkter	29 024	20 000	20 000
Summa intäkter	823 844	833 000	890 000
Kostnader			
Verksamheten			
Konsulenttjänster, kontorshyra	446 735	455 000	465 000
Matpatrullen	9 183	10 000	10 000
Kurser/utbildningar	84 303	80 000	80 000
PR/marknadsföring	20 086	25 000	25 000
Friskvård/folkhälsa	53 409	50 000	50 000
KPR/LPR	28 951	25 000	25 000
Styrelsen	71 664	65 000	65 000
Årsstämma	63 595	70 000	70 000
Ordförandekonferens	39 206	35 000	35 000
Förbunds kongress	35 323		
STIM-avgift	33 194	35 000	37 000
Summa verksamhetskostnader	885 649	850 000	862 000
Övriga kostnader			
Kontorsomkostnader	27 434	25 000	25 000
Övriga kostnader	2 503	3 000	3 000
Summa övriga kostnader	29 937	28 000	28 000
RESULTAT	-91 742	-45 000	0