

SPF Örebro Distriktets Distriktskonferens

Tid torsdag den 23 september 2025, kl. 10:00 – 16:00

Plats Svalan i Örebro

Gemensam samling

Ordförande Siv K hälsade alla välkomna

Respektive distriktstyrelserepresentant presenterade sig

- Birgitta Borg (Styrelseledamot). Ansvaring för egna utbildningar och ansvarig för denna konferens. Kom ihåg att registrera nya funktionärer i medlemssystemet. Avsluta även de som slutat. OBS! vi kan utnyttja varandras resor.
- Stig Blomqvist (Styrelseledamot och vice ordförande). Fastighetsfrågor, ensamhetsfrågor.
- Anita Ström (Styrelseledamot). Kansliet och bokföring
- Lars Idstam (Styrelseledamot): Sekreterare och delaktig för "På gång"
- Tomas Hagenfors (Styrelseledamot). RPR och RPR AU och sitter i förbundsstyrelsen
- Sören Karlsson Arevång (Styrelseledamot). SPF-fest. Politikersamtal. Skriver i "På gång"
- Per Aspeli: Trafik, säkerhet, rekrytering och distriktsbroschyren,.
- Johan Strandberg (Styrelseledamot). Kassör och Ekonomiansvarig.
- Annika Gunnarsson (Uppdragsansvarig). Medlemssystemet "Softadmin".
- Christer Olsson (Uppdragsansvarig). Är ansvarig för hemsidan, IT-frågor. Utbildning för webbansvariga.

Förbundets generalsekreterare Peter Sikström

Suttit som generalsekreterare i 10 år. Betraktar sig som "urstockholmare".

Vi (SPF-Seniorerna) har ett högt anseende-index enligt SIFO. Vi har fått ett diplom på det.

Vi har en ökning av antal medlemmar, något som inte många föreningar har.

Vi har en bra ekonomi. Vi är inte beroende av bidrag.

Förbundskansliet är högt rankat av "Great Place to Work"

Sprid till alla medlemmar: "Vi ska vara stolta"

Vi är Sveriges äldsta förening för seniorer. Startade 5 september 1939 i Göteborg av Syndikalister och kommunister som en "Agitationsorganisation" för bättre pensioner, bättre bostäder, bättre sjukvård och omsorg. Inte alls olikt vad vi kämpar för idag.

PRO bildades senare som en utbrytargrupp ur SPF, som ursprungligen hette SFRF (Sveriges Folkpensionärers Riksförbund).

Vi är inte bara en rent borgerlig organisation utan våra medlemmar spänner över alla politiska åsikter.

Förbundets alla föreningar utför ca 100 000 aktiviteter per år, men många medlemmar är inte delaktiga i dem. Varför är de då medlemmar? Jo, tidningen Senioren och att vi påverka samhället till det bättre för oss.

Peter tycker att vårt namn SPF Seniorerna som skapade 1 januari 2014 var ett lysande drag. Ordet "senior" har en bättre klang hos gemena man än order "pensionär". Vi ska alltid säga "SPF Seniorerna" och inte bara "SPF"

Mål och strategier för 2026-2029

- En stark och inkluderande organisation
- Seniorers inflytande i samhället
- Motverka ålderism, ofrivillig ensamhet och digital utanförskap.
- Tillväxt och medlemsutveckling
- Synlighet och kommunikation

Problem: Socialt isolerad är bekymmersamt och är svårt att själv bryta.

Det påstås att 6% av 65 åringar och äldre lider av psykisk ohälsa, men 25% är nog närmre sanningen.

Peter spelade upp den SPF Seniorena låt som han tagit fram med hjälp av AI.

Fråga till Peter: Hur kan vi engagera medlemmar att ta på sig uppdrag?

Svar: Det finns två fenomen som är viktiga att förstå:

1. **"Kumulativ effekt"**: De som redan är engagerade tenderar att bli ännu mer engagerade.
2. **"Mikroengagemang"**: Börja med att ge en medlem en liten enkel uppgift. Sedan kan den kumulativa effekten slå in.

Lars Lind ordförande för Örebro läns SeniorNet

SeniorNet Sweden består av ca 40 st föreningar. Vi är ca 6000 medlemmar. Örebro har 240 st medlemmar. Det kostar 250 kr/år att vara medlem. Går man med nu i höst är man medlem hela 2026 för samma peng. För det får man Studiecirklar, IT-träffas. Örebro har Zoom-möten på tisdagar kl 14:00 där man kan ta upp sina IT-relaterade frågor. Även IT-relaterade föredrag kan förekomma. Anmäl medlemskap på SeniorNets hemsida <https://seniornet.se/>.

Trygghetssamtal (AI-genererad)

Carl Falk och hans svärmor Ulla berättade hur trygghetssamtalen fungerar.

Om man prenumererar på tjänsten som kostar 79 kr/månad (69 kr för medlem i SPF Seniorerna). AI-tjänsten ringer upp varje dag på det klockslag som man själv bestämt för att kolla om allt är OK. Om man inte svarar ringer tjänsten upp igen 5 ggr. Om man inte svarar då, så kontaktas en anhörig som man själva har utsett. Vill man, kan man småprata med AI-rösten, som kan komma med små tips vad man kan hitta på. Tips: Lägg in AI-tjänstens telefonnummer i din kontaktlista i mobiltelefonen, så ser man vem som ringer. Idag heter rösten "Lena".

Man kan prova gratis i 14 dagar. Gå in på hemsidan <https://www.allai.se/>.

LUNCH

Bostadsenkät

Sören informerade om en enkät om bostadsfrågor, som delades ut under mötet. Den kommer även att skickas ut digitalt till alla ordföranden och sekreterare. Vi uppmanades att dela ut enkäten (som papper) på nästkommande månadsmöte i oktober. Alla svar samlas sedan upp och skicka till vårt kansli. Enkäten kan inte fyllas i digitalt. Den 15 november kommer alla svar från oss inom Örebrodistriktet att skickas in för slutgiltig registrering.

Vårfest 2026

Sören informerade att vi planerar en ny vårfest någon gång i maj 2026. Vi efterlyser idéer var vi kan vara och om det finns någon/några föreningar som kan vara delaktiga.

Gruppdiskussioner

SEKRETERARE

Vi diskuterad vilka utbildningar som finns för oss. Vi har bra information på vårt intranät, men även Studieförbundet Vuxenskolan kan erbjuda det.

En del av oss lägger ut sina styrelseprotokoll på nätet. Tänk bara på att undvika känslig information i protokollen. Vi pratade om arkivering. Det finns inga krav att arkivera dokument förutom ekonomiska rapporter. Man kan köpa arkivering från Arkivcentrum i Örebro eller kommunerna egna arkiv, som normalt är gratis. Vi pratade om ifall man måste använda de dyra arkivbeständiga papperna, men många erfar att vanliga skrivarpapper duger.

Arkivbeständiga pennor däremot kan vara bra att använda. Gruppen positiv till vårfest 2026.

KASSÖRER

Begäran om ekonomiskt stöd från distriktet ventilerades. Fyra ansökningar har inkommit som också blivit beviljade. Det är bra att nå folka på e-post via medlemssystemet. Viktigt att känna till de som sitter i styrelser och är ordförande, kassörer, sekreterare etc. även måste registreras som styrelsemedlem i vårt medlemssystem. Gruppen positiv till vårfest 2026.

ORDFÖRANDE grupp 1

Vårfesten 2025 i Gällersta var bar med programmet var lite för tajt. Man måste lämna viss tid mellan programpunkterna. Alla föreningar bör utse digitaliseringsansvariga som givetvis ska registreras i medlemssystemet.

Gruppen positiv till vårfest 2026.

ORDFÖRANDE grupp 2

Gruppen positiv till vårfest 2026.

Önskar utbildning i bedrägerier. Önskar även mer föredrag av Peter Sikström.

Kaffepaus

Avslut

Siv tackade alla för visat engagemang och vice ordförande i Hallsberg Christer Einarsson tackade för en bra dag.

Vid Pennan

Lars Idstam