

ORDFÖRANDEBREV 1/2023

Hej alla medlemmar i SPF Seniorerna 159!

Årsmötet 2023 gav mig förnyat förtroende som föreningsordförande. Efter ett år som ordförande inser jag att jag fortfarande har "det mesta" kvar att lära men jag fortsätter att lyssna och lära så mycket jag bara kan och hoppas kunna motsvara medlemmarnas förtroende.

Rolf Karlsson och Bengt Olsson har lämnat sina styrelseuppdrag och vi tackar dem för mångåriga fina insatser. Därmed har vi fått två nya ledamöter, Thomas Persson, känd för många efter att under flera år ha drivit Statoil-macken på Låreda Bro och Margreth Segerstein, med flera kommunala uppdrag och tidigare ordförande i Senioren. Jag ser med glädje fram emot att samarbeta med såväl gamla som nya styrelseledamöter!

Som vanligt tar jag tillfället i att be er stämma av att ni har angivit korrekt telefonnummer och e-postadresser, allt för en smidigare kommunikation. Tänk på att man inte måste vara särskilt aktiv på internet för att läsa e-post så ta för vana att gå in på din e-mail någon gång då och då och läs senaste nytt!

En viktig förändring från föregående verksamhetsår är att medlem som trots påminnelse inte har betalt sin avgift senast den 1 april anses ha begärt sitt utträde ur SPF Senioren och stryks därmed av förbundet som medlem.

Visst är det fantastiskt att vi har så många positiva och aktiva funktionärer som erbjuder en palett av olika aktiviteter! Här kan man välja på att träna kroppen i gympa, stavgång, cykling, golf mm. Man kan träna rösten i den populära kören eller gympa hjärnan i olika kortspel. Mobil-telefon-grupperna kör igång igen till gagn och nytta för alla! Onsdagsträffarna och kvällsträffarna inte att förglömma, tack PR-gruppen för kreativa och spännande program! En av "nackdelarna" med intressanta program för onsdagsträffarna är att vår möteslokal har ett maxintag och det händer tyvärr att vi måste neka någon / några inträde!

Det finns något för alla! En viktig komponent i detta är alla nya människor som vi har möjlighet att lära känna och må gott tillsammans med. Sitt inte hemma, utan anmäl ditt intresse för någon av erbjudna aktiviteter eller... om du har idéer på nya aktiviteter eller har andra tankar är du alltid välkommen att kontakta styrelsen. Vi i styrelsen hade gärna sett att vi hade fått igång några studiecirklar, så har du något specialintresse / specialkompetens så hör av dig så kör vi igång!

Som flera av er redan vet så har vi startat en mobil-utbildning under ledning av Tommy Nermar och Per Wallenius. Detta är en synnerligen elementär utbildning i hur man navigerar på sin mobiltelefon och det finns även möjlighet att träffas på tisdagar i vår chatt-hörna. Den här utbildningen följer inteensam.org-projektet. **Målet för projektet är att minska ofrivillig ensamhet och isolering bland äldre personer, som inte är självald.** Projektets uppgift är att utbilda medlemmar och utveckla/erbjuda verktyg och metoder. Det handlar om att utarbeta metoder för att nå de vi normalt inte når med vår ordinarie verksamhet. Den stora utmaningen är

att nå de som inte kan eller vill bli digitala. Lösningen blev en handbok för meningsfulla telefonsamtal, enskilt och i grupp. Tommy Neremar berättar mer på onsdagsträff i maj, välkommen då!

Folkhälsovecka äger rum den 8 - 12 maj. Gå gärna in på förbundets hemsida ([SPF - Seniorerna Folkhälsoveckan 2023 \(spfseniorerna.se\)](https://www.spfseniorerna.se)) och anmäl dig till något intressant webinarium och / eller stegutmaningen!

Kom gärna in på Senioren och ta en billig fika och träffa vänner.

Gör det till en god vana att gå in på hemsidan med jämna mellanrum, där finns all information du behöver och mer därtill, det är ett snabbt och enkelt sätt att ständigt hålla dig uppdaterad! Läs ... om föreningen, om aktiviteter, se bildgalleri och läs referaten från våra föreningsaktiviteter och mycket annat! www.spfseniorerna.se/distrikt/skanedistriktet/foreningslista/159-hassleholm/

Ha det bra och må gott! Och, glöm inte att vi i styrelsen aldrig är längre bort än ett mail eller telefonsamtal (eller ett besök på kansliet tisdagar 10.00 – 12.00)!

Hässleholm i mars 2023

Styrelsen i SPF Seniorerna 159 Hässleholm, gm

Ruth

Ruth Brunner
Ordförande 2023
070 – 858 01 57
ruth.zonta@gmail.com

Synnerligen preliminärt höstprogram (datumen gäller, programpunkten kan ev ändras)

6/9 Anders Myrberg, präst
20/9 Billy Bengtsson, "Tidningens mest lästa sida"
4/10 Hjärta och Smärta, del 3
18/10 Anders Rosengren & far och son Runesson / Röda Salongen
1/11 Anders Niklasson, "Mitt mörka liv"
15/11 Else Brötzner, "Färgernas betydelse"
6/12 Luciafirande

Kvällsträffar 2023

5/10 Tyrolerafton
23/11 Wine and Roses