

Verksamhetsplan för år 2026

SPF Seniorerna Freja är en ideell förening som tillvaratar medlemmarnas intressen när det gäller äldre frågor i samhället och som vill skapa mötesplatser för medlemmarna att träffas, resa, träna, utbilda sig och ha trevligt i största allmänhet. Vi har cirka 60 funktionärer som gör stora insatser för att ta hand om våra medlemmar som vid årsskiftet 2025/2026 var drygt 1 800 till antalet.

Syftet med vår förening är att

- Tillvarata våra medlemmars rättigheter och intressen inom bland annat boendefrågor, vård och omsorg.
Detta sker t.ex. genom direkt deltagande i KPR (kommunala pensionärsrådet) samt i Dialogforum, tidigare Regionala Pensionärsrådet -RPR.
- Erbjuder en aktiv gemenskap genom regelbundna månadsmöten, resor, studiebesök, studiecirklar, kurser, fysiska aktiviteter m.m.
- Motverka ofrivillig ensamhet och främja värdefull social gemenskap.
- Främja friskvård, hälso- och sjukdomsförebyggande åtgärder
- Ge information om vad som händer inom vårt förbund och i aktuella seniorfrågor.

Föreningen har sökt stöd från Socialstyrelsen för ett projekt med syfte att motverka ofrivillig ensamhet. Det är ett högt prioriterat projekt som vi fortsätter att driva och som riktar sig bland annat till de medlemmar som, oavsett orsak, kan ha hamnat i ett socialt utanförskap och de som av en eller annan anledning inte känner sig bekväma med att använda t.ex. e-post eller annan digital teknik.

Föreningens planerade verksamhet under 2026 utgår från den verksamhet som bedrivits under 2025, vilken framgår i verksamhetsberättelsen för 2025. Verksamheten presenteras bl.a. i en kalenderfolder som tillställs medlemmarna. Av denna framgår datum för planerade möten, kända aktiviteter, resor och utskick av månatliga mail till medlemmarna.

Kalendern blir ett arbetsredskap för styrelse och aktivitetsansvariga och kan kompletteras allt eftersom nya aktiviteter tillkommer.

Vi avser att fortsätta med ett varierat utbud av motionsaktiviteter, studiecirklar och kurser studiebesök och olika slags nöjen m.m. för att kunna erbjuda ett smörgåsbord av aktiviteter där alla medlemmar ska kunna hitta något som passar.

Vi vill också bidra till att Frejakören, skolvolontärerna samt bridgeklubben har en fortsatt livaktig verksamhet.