

SPF Seniorerna Frejas

Verksamhetsplan för år 2023

Inledning

SPF Seniorerna Freja fyller under året 33 år och är fortfarande en ung förening med mogna medlemmar som vill träffas, resa, träna, utbilda sig och ha trevligt i största allmänhet. Vi har cirka 70 funktionärer som gör stora insatser för ta hand om våra medlemmar som vid årsskiftet 2022/2023 var drygt 1700 till antalet.

Verksamhetens syfte

Syftet med vår förening är att

- tillvarata våra medlemmars rättigheter inom bland annat vård och omsorg genom deltagande i KPR (kommunala pensionärsrådet) och RPR (regionala pensionärsrådet)
- Erbjuder en aktiv gemenskap genom regelbundna månadsmöten, resor, studiebesök, studiecirkel, fysiska aktiviteter m.m.
- Främja värdefull social gemenskap
- Främja friskvård, hälso- och sjukdomsförebyggande åtgärder
- Ge information om vad som händer inom vårt förbund mm

Aktiviteter

Under våren 2023 kommer vi att

- genomföra 4 medlemsmöten (varav 1 möte är årsmöte och parentation)
- fortsätta med många motionsaktiviteter
- inbjuda till resor, dagsutflykter, studiebesök, månadsluncher mm

Hösten 2023 är ännu inte detaljplanerad men aktiviteterna blir i stort sett som på våren.

Frejakören, Skolvolontärerna, Äldrevolontärer, Bridgespelarna fortsätter, och förhoppningsvis ökar, sin verksamhet.