

SPF Seniorerna Frejas Verksamhetsplan för år 2024

SPF Seniorerna Freja är en förening för den som vill 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 2023/2024 var drygt 1750 till antalet.

Syftet med vår förening är att

- tillvarata våra medlemmars rättigheter inom bland annat vård och omsorg genom direkt deltagande i KPR (kommunala pensionärsrådet) samt RPR (regionala pensionärsrådet) via deltagande från vårt distrikt.
- erbjuda en aktiv gemenskap genom regelbundna månadsmöten, resor, studiebesök, studiecirklar, fysiska aktiviteter m.m.
- främja värdefull social gemenskap
- främja friskvård, hälso- och sjukdomsförebyggande åtgärder
- ge information om vad som händer inom vårt förbund

Föreningen har sökt stöd från Socialstyrelsen för ett projekt med syfte att motverka ofrivillig ensamhet. Det är ett högt prioriterat projekt som riktar sig bland annat till de äldsta medlemmarna i föreningen och de som av en eller annan anledning inte känner sig hemma med epost och annan digital teknik.

Föreningens planerade verksamhet under 2024 utgår från det underlag som upprättades vid ett planeringsmöte den första december 2023 med Frejas aktivitetsansvariga. Underlaget resulterade i en kalender. Av denna framgår, förutom datum för styrelsemöten och utskick av månatliga mail till medlemmarna, datum för sju medlemsmöten samt möten med funktionärer och nya medlemmar. Där finns också tidpunkter inlagda för Månadens lunch och Snackcaféer samt de resor som redan nu är inbokade. 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 en palett av aktiviteter där alla medlemmar kan hitta något som passar.

Vi vill också bidra till att Frejakören, skolvolontärerna, äldre-volontärerna och bridgeklubben har en fortsatt livaktig verksamhet.