

## VERKSAMHETSPLAN 2020

### INLEDNING

Styrelsen för SPF Seniorerna Gavle föreslår att årsmötet antar följande verksamhetsplan för verksamhetsåret 2020. Verksamhetsplanen innebär ett uppdrag från medlemmarna till styrelsen att genomföra verksamheten med den inriktning som anges i planen.

### ÖVERGRIPANDE VERKSAMHETSINRIKTNING

- Program/aktiviteter som bidrar till ett mer aktivt liv och fler kontakter med andra och som riktar sig till samtliga medlemmar. Därutöver målgruppsinriktade program/aktiviteter med samma inriktning.
- Samhällsengagemang i form av insatser för särskilt utsatta äldre som komplement till skattefinansierad och annan verksamhet.
- Lokal och regional intressebevakning och opinionsbildning med fokus på äldres situation och behov.

### PROGRAM/AKTIVITETER

Program och aktiviteter ska utformas så att fler medlemmar deltar. Det är också särskilt angeläget att även nå fler medlemmar i äldre åldrar.

Månadsträffar, m.m.

Månadsträffarna ska fånga upp frågor som har betydelse för medlemmarna eller erbjuda en stunds avkoppling. Träffarna ska alltid ge möjlighet till samvaro för de som vill. Variation i programmet ska eftersträvas.

Månadsträffarna hålls på Silvanum. Lokalen har fullgod tillgänglighet.

Aktiviteter där medlemmar samlas kring en måltid av något slag ska finnas med bland Gavles aktiviteter.

Under verksamhetsåret ska även ett par kvällsaktiviteter erbjudas.

Aktiviteter i föreningslokalen på Sockerbruksgatan 46

Lokalen ger möjligheter för aktiviteter för max 24 personer vid varje tillfälle. Den är belägen en halvtrappa under gatunivån och har därför begränsad tillgänglighet för rullstolsburna. I lokalen ska program som bäst lämpar sig för denna gruppstorlek genomföras.

Resor

Anordnas i samverkan med övriga SPF-föreningar inom Gästriklandsdistriktet.

Friskvård

Schack har etablerats som ny del av friskvårdsverksamheten. Vandringar/promenader varannan vecka är en återupptagen aktivitet. Möjligheten att spela canasta och boule ska fortsatt erbjudas, liksom bokcirklar, gymnastik och andra friskvårdande aktiviteter.

## Studieverksamhet

Studieverksamheten organiseras i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan (SV), där SPF-medlemmar har 10 % rabatt på deltagaravgiften. Söker du något som inte finns i kurskatalogen, kan du kontakta SV.

## SAMHÄLLENGAGEMANG

### Musik som brobyggare hemma

Detta är ett projekt 2019—2020 med syftet att erbjuda individuellt stöd till hemmaboende personer med demenssjukdom, deras anhöriga och vänner. Projektet, som leds av Studieförbundet Vuxenskolan i samarbete med övriga SPF-föreningar i Gävle, Gävle demensförening och Omsorg Gävle, erbjuder möjligheter för musikintresserade medlemmar som inom ramen för sin egen förmåga vill bidra till andras livskvalitet.

### Ofrivillig ensamhet

Den ökande ofrivilliga ensamheten med åtföljande sociala, psykologiska och somatiska konsekvenser har fått ökat uppmärksamhet. Motåtgärder behövs och SPF Gavles medlemmar bör bidra utifrån de förutsättningar och möjligheter som finns.

## INTRESSEBEVAKNING OCH OPINIONSBILDNING

Aktivt engagemang i KPR (kommunala pensionärsrådet) och RPR (regionala pensionärsrådet) genom SPF:s lokala samarbetsråd respektive SPF-distriktet samt äldrefunktionärerna, som omsluter samtliga SPF-föreningar i Gästrikland.

SPF Seniorerna Gavle kommer under året att aktivt delta i ett projekt som benämns "Hälsocentralspatruller". Det innebär att det på ett systematiskt sätt prövas hur bra hälsocentralerna fungerar för äldre. Under de närmaste 10-15 åren kommer antalet 80+ att öka med 50 % med de vårdbehov som följer med detta.

## MEDLEMSKOMMUNIKATION

Styrelsen ska inom tre månader från påbörjat medlemskap ha en telefonkontakt med nya medlemmar för att etablera ett samband mellan föreningen och medlemmen för att bl.a. ta reda på vad som intresserar dem mest i verksamheten.

Under det senaste året nya medlemmar ska bjudas in till en träff med företrädare för styrelsen.

Medlemmarna ska löpande ges möjlighet till information om verksamheten genom E-post. Medlemmar som saknar E-post får i brev programinformation 1-2 gånger per år. Möjlighet till sms-utskick avvakts.

Medlemmar ska även ha möjlighet att söka aktuell information via föreningens hemsida på Internet. Adressen är [www.spfseniorerna.se/gavle](http://www.spfseniorerna.se/gavle).

Av kostnadsskäl ska föreningen under året pröva att inte annonsera månadsträffarna i lokalpressen. Däremot ska föreningen pröva möjligheterna att få referat från månadsträffarna publicerade i lokalpressen. Referaten ska även publiceras på hemsidan.

## MEDLEMSUTVECKLING

Vid årsskiftet 2019/2020 hade föreningen 595 medlemmar. Målsättningen är att SPF Gavle ska omsluta 600 medlemmar vid följande årsskifte. Den aktiva medlemsrekryteringen ska företrädesvis ske genom personliga kontakter. Ökat deltagande i den mångfacetterade verksamheten ska prioriteras genom förbättrad kommunikation via E-post, hemsidan samt - så snart det finns förutsättningar - sms.