



SPF Seniorerna Grindslantén Sollentuna

Lokalavdelning i Sollentuna inom SPF Seniorerna

Verksamhetsplan och inriktning år 2024 för SPF Seniorerna Grindslantén Sollentuna

Inledning Efter pandemiåren har intresset för att delta i föreningslivet för seniorer i någon mån återställts, vi ser en tillströmning av nya medlemmar som vi inte sett under några år. Samtidigt är det en utmaning att framgångsrikt driva meningsfull föreningsverksamhet i traditionell form då många nya varianter till samvaro erbjuds via internet. Vi försöker anpassa oss till denna nya värld genom att även satsa på användning av appar och sociala medier.

Ambitionen med verksamhetsplanen är att leva upp till de förväntningar och mål som finns i stadgarna för föreningen. Likaså ska ansträngningarna att nå icke föreningsanslutna pensionärer fortsätta öka bl.a. genom att föreningen kommer synas i den aktivitetskalender som kommunen planerar ge ut två gånger per år.

Aktiviteter ska spegla de ambitioner som behövs för att behålla de medlemmar föreningen har idag samt locka nya medlemmar. De ska liksom i förhandlingar och samarbete med kommunen generera bättre villkor för äldre i kommunen.

Månadsmöten

Första måndagen i varje månad träffas medlemmarna i ändamålsenlig lokal för gemenskap, underhållning, lotteri och information. Självklart bjuds det också på kaffe med dopp som ingår i entréavgiften.

Inriktningen på den underhållning och informationen som ges attraherar både yngre äldre och äldre äldre.

Under verksamhetsåret ska programpunkterna på mötena ha en fortsatt hög kvalitet. En del i detta är att vara lyhörda för attraktiva föredragshållare/underhållare som kan passa in i förenings månadsmöten. Månadsmötena är en ryggrad i vår sociala verksamhet där vi bl.a. arbetar för att få så många som möjligt att mötas.

Temamöten

Under vissa omständigheter kan ett månadsmöte vara ett forum för en frågeställning. Då det uppstår kommer medlemmarna att bjudas in till temamöten som tar upp ett specifikt område som intresserar vissa delar av medlemskåren. Ämnen för dessa ekonomi, försäkringar, hjälpmedel osv.

Träffpunkter

Vikten av att det finns mötesplatser kan inte nog understrykas. Vi vill skapa dessa möjligheter på olika sätt. Vi arbetar därför aktivt för att tex erbjuda möjligheter till gemensamma attraktiva måltider för seniorer i de befintliga restaurangerna i de norra kommundelarna.

Resor

Vi arrangerar i huvudsak resor genom researrangörer. För att tillmötesgå så många som möjligt i föreningen har resmålen varierande innehåll. Vi satsar i huvudsak på endagsresor utan övernattnin g inom landet. Föreningen verkar även för att

medlemmar i Grindslanten erbjudas möjlighet att delta i resor arrangerade av SPF-föreningar i närheten och tvärt om, på lika villkor, vilket breddar utbudet och gör det möjligt att arrangera fler resor samt att information om respektive förenings utbud publiceras i båda föreningarnas medlemsblad eller på annat sätt tex via e-post/hemsidorna. Vi fortsätter därför samarbetet med andra föreningar i nordvästra distriktet, såsom Tunasol, Upplands Väsby, Järfälla, Sundbyberg m.fl. Distriktet erbjuder även konceptet "Del i resa" vilket ger en extra bredd på utbudet. Mervärdet med resor är att skapa gemenskap och sammanhållning bland medlemmarna.

Studiebesök

Det finns mycket som vi är nyfikna på och en del av denna nyfikenhet tillfredsställs genom de många studiebesök som föreningen ordnar. Platser som besöks finns både lokalt och inom Storstockholm. Många studiebesök är unika så till vida att man som enskild person ej kan göra dem. Ett mervärde med studiebesöken är också att de skapar gemenskap och sammanhållning bland medlemmarna.

Kamratcirklar och kurser

Eftersom vi som seniorer/pensionärer är fortsatt intresserade av att lära oss mer inom många olika områden eftersträvar vi att om möjligt i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan ordna studiecirklar och kurser. Möjligheten att genomföra studiecirklar har ökat genom samarbetet med kommunens träffpunkter. Vi kommer fortsätta med bokcirkel-verksamheten i Rotebro bibliotek under 2024. Seniororganisationerna i Sollentuna har fördjupat sitt samarbete och vi arbetar tillsammans för att bredda kunskapen om informationsteknik till de äldre i kommunen. Vi har under 2023 haft ett antal föreläsningar på temat "Lära mer om det digitala livet" som har varit mycket uppskattade. Vi hoppas kunna fortsätta med detta samarbete under 2024.

Friskvård, motion och hälsa

Den bästa medicinen är att hålla kroppen i trim säger många läkare. Föreningen samverkar därför med olika aktörer som erbjuder anpassade program för oss äldre. Dessutom har vi medlemmar i föreningen som leder promenader och skogsutflykter. Dessa promenader har under pandemin betonats och utvecklats tex med avseende på startpunkt för att bli mer varierade, vilket har uppskattats.

Samhällsdebatter

En viktig del i vår verksamhet är att vara aktiva genom att vara med och driva frågor som berör äldres situation idag och imorgon i samhället. Vårt boende, den vård vi anser oss behöva, den trygghet vi vill ha omkring oss, att inte halka då vi rör oss utomhus, trygghet mm. Listan kan göras lång på de ansvarsområden vi agerar inom för att främja en socialt bra tillvaro för oss äldre.

Äldrerådet

I Äldrerådet, där pensionärsföreningarna i Sollentuna samt demens-föreningen i Sollentuna samverkar, är vi engagerade både i själva rådet och i de arbetsgrupper som finns. Här ingår alla de beröringspunkter vi äldre har med samhället. Inte bara för de som är med i vår förening utan för alla äldre i kommunen.

KPR

I detta forum träffar och diskuterar representanter för pensionärsorganisationerna och demensföreningen kommunens företrädare i Vård- och omsorgsnämnden. Basen för föreningens insatser i KPR är resultaten från beredningen som görs i Äldrerådet.

Kommunens öppna verksamhet för äldre

Kommunen driver den öppna verksamheten i sina fem träffpunkter i egen regi vilket är mycket positivt för de äldre men även har öppnat upp för samutnyttjande av träffpunkterna för pensionärsorganisationerna. Kommunens volontärverksamhet riktad mot äldre har formerats vilket ger våra medlemmar möjlighet till meningsfulla och stimulerande insatser. Grindslanten kan bidra genom att sprida information om vilka möjligheter man har som volontär via våra kontaktvägar.

Medlemstidningen

Den allmänna trenden i dag är att informationsspridningen allt oftare övergår från tryckt till digital form vilket framför allt ger billigare och snabbare distribution. Med tanke på att genomslaget för digital teknik bland svenskar i de högre åldrarna enligt en undersökning från den oberoende Internetstiftelsen dock sker relativt långsamt fortsätter Grindslanten tills vidare att producera medlemstidningen i tryckt form och med samma utgivningstakt som tidigare, fyra nummer per år. I externa sammanhang är det också ofta fördelaktigare att kunna lämna över en handfast trycksak, tidningen, i stället för att bara hänvisa till en hemsida eller gruppmail. Vi kommer under 2024 genom övergången till ett nytt medlemsregister i SPF kunna erbjuda möjligheten att få tidningen i digital form via e-post för de som vill ha det så.

Informationsdelning via sociala medier och föreningens hemsida

Att läsa tidningen är för många av oss årsrika naturligt. Men nu är det trycka mediet starkt kompletterat med digital information. D.v.s. information som ges via sociala medier och föreningens hemsida. Här vill vi stärka oss och är mycket medvetna om att vi inom detta är en mycket heterogen grupp. De av oss som är äldre äldre är många gånger främmande för sociala medier och hemsidor men de som är yngre äldre i vår gemenskap har med sig detta som något naturligt. Ambitionen för året blir att fortsätta utveckla oss på sociala medier och vår hemsida. Vi kommer fortsätta erbjuda en app till medlemmarna för enklare tillgång till nyheter & information från förening/distrikt och förbund.

Medlemsvärvning

Ensam är inte stark - föreningen vill kunna erbjuda fler personer vårt trevliga programinnehåll samt ge möjlighet att göra sina röster hörda via SPF Seniorerna på alla nivåer. Vi inför därför en liten värvningspremie för befintliga medlemmar som värvar nya medlemmar i form av ett fritt inträde för värvaren till ett av våra månadsmöten. Detta är i linje med kunskapen om att "mun- till- mun- metoden" är bästa värvningsmetoden.

Ekonomi 2024

Föreningen har drabbats av kostnadshöjningar på alla områden, vi jobbar därför hårt för att få mesta utbyte för nedlagda medel. Lokalkostnader, tryckning, porto, gage, fika är några kostnader som ökat.

På intäktssidan har tyvärr inte ökningen varit lika stor, vi ser inte heller någon större möjlighet att höja medlemsavgifter eller inträden i nuläget utan att det skulle öka medlemstappet. Föreningen får arbeta vidare med sponsring, annonsörer mm för att täcka upp. Kanske kan vi spara en del på att distribuera medlemsbladet digitalt till de som önskar det, även lokalkostnaden för våra månadsmöten måste ses över. Det indikerade underskottet för 2024 i budgeten bör ses som en stark signal.

Avslutningsvis

Vår verksamhet leds och drivs av ideella krafter och drivkraften är att göra vardagen trevlig och innehållsrik för föreningens medlemmar samt lyfta fram medlemmarnas behov och önskemål inom den sociala delen i samhället.

I en tid då tyvärr färre väljer att gå med i föreningar är vårt arbete extra viktigt då det finns många pensionärer som mot sin vilja har ett liv i ensamhet. Gemenskap, trivsel och samvaro är våra rättesnören i vår förening.

Sollentuna 2023-10-06

Göran Ahlberg
Ordförande