

## SPF Seniorerna Hammarö – verksamhetsplan 2023

SPF Hammarö är en ideell, partipolitiskt och religiöst obunden pensionärsförening med syfte att ta tillvara äldres sociala och ekonomiska intressen samt bedriva lokalt påverkansarbete.

Föreningen har bl a till uppgift att

- *informera* medlemmarna i frågor som berör dem,
- verka för *social gemenskap, trygghet och trivsel* bland medlemmarna,
- *tillvarata medlemmarnas intressen* på det lokala planet,
- främja *folkhälsa*,
- verka för ett *livslångt lärande*,
- aktivt verka för att *rekrytera* personer som kan bli medlemmar,
- i övrigt bedriva verksamhet som främjar föreningen.

### Under år 2023 vill föreningen:

#### *Information*

- fortsätta att tillhandahålla en informativ och lättillgänglig hemsida, SPF-app samt öka ansträngningarna att få medlemmarna att ansluta sig till Facebook-sidan – allt för att medlemmarna enkelt och snabbt ska få relevant information och möjlighet att kommunicera
- fortsätta att ge ut ”Månadsbladet” och tillhandahålla detta i pappersformat för de medlemmar som saknar smartphone eller dator
- öka ansträngningarna att få in aktuella e-postadresser
- i samband med månadsmötena ge muntlig information om kommande aktiviteter m m
- anordna egna aktiviteter så som IT-caféer och informera om andra aktörer med syfte att minska det digitala utanförskapet bland äldre

#### *Social gemenskap, trygghet och trivsel*

- anordna minst tio månadsmöten (varav ett årsmöte, en sommarlunch och ett julbord) där det erbjuds en lämplig blandning av aktuell information samt underhållning och förströelse
- i samarbete med Hammarö kommun och PRO anordna en pensionärsdag med information, utställningar m m för pensionärer
- anordna mindre sammankomster för information och/eller underhållning på Clevegården, exempelvis våffelcafé, provsmakning i samarbete med ICA, studiecirklar etc.
- eventuellt i samarbete med PRO och andra aktörer försöka få till stånd någon/några aktiviteter som syftar till att lindra ”ofrivillig ensamhet”

#### *Tillvarata medlemmarnas intressen*

- vara representerade i Kommunala Pensionärsrådet (KPR) och där framföra medlemmarnas synpunkter och bevaka deras intressen

#### *Folkhälsa*

- fortsätta de uppskattade verksamheterna med bl.a. boule, promenader, bangolf, bridge, dans, sittgympa och bordtennis
- anordna flera friskvårdsaktiviteter under SPF:s folkhälsovecka i maj, exempelvis gå-fotboll

Funktionärerna tar gärna emot ytterligare förslag

### **Livslångt lärande**

- fortsätta de populära verksamheterna med jazzlyssning, utbildning i HLR (hjärt-lungräddning), IT-caféer
  - fortsätta med de uppskattade resorna och studiebesöken inom och utanför kommunen
  - försöka få till stånd studiecirklar, exempelvis matlagning för, i första hand, oerfarna män samt Skoghall/Hammarö och dess historia
  - korttillverkning
  - hjärt-lungräddning samt genomgång om vad vi gör om brandlarmet går
- Funktionärerna tar gärna emot ytterligare förslag

### **Rekrytering**

- genomföra kampanjer för medlemsvärvning och ständigt påminna om det nya belöningsystemet för värvare med målsättning att vi vid slutet av 2023 ska vara fler medlemmar än vid slutet av 2022

### **Övrigt**

- samarbeta med PRO i pensionärspolitiska frågor och söka utökat samarbete kring arrangemang och program
- Styrelsen kommer under året att, tillsammans med medlemmarna, arbeta för att ytterligare utveckla föreningens verksamhet och stärka medlemskapets värde.