

Verksamhetsplan 2026

SPF Seniorerna Umeå Norra

Det ska vara roligt och meningsfullt att vara medlem i vår förening! Vi vill ha aktiva och engagerade medlemmar som kommer med goda förslag och idéer till bra verksamhet. SPF Umeå Norra är en aktiv förening som vill främja medlemmarnas intressen genom social samvaro, med intressant och givande program samt friskvård och utbildning. Vi vill också bevaka och påverka "äldre-politiken" inom kommun och region. Föreningens mål är att ha en så bra verksamhet att alla medlemmar trivs och att vi också kan locka nyblivna pensionärer till oss.

Detta gör vi genom att ha följande 4 mål:

1. En organisation i tiden

Att erbjuda social gemenskap

Det gör vi genom att:

- Främja social samvaro och gemenskap inom och mellan åldersgrupper, även mellan generationer.
- Motverka ofrivillig ensamhet
- Ta till vara medlemmarnas önskemål om aktiviteter, programinnehåll, resor och samvaro.
- Regelbundet anordna träffar med varierande och intressanta program.

Att erbjuda utbildning/utveckling genom studiecirklar och föredrag.

Det gör vi genom att:

- Samla in önskemål från medlemmarna om ämnen för studiecirklar och kurser. Detta genom förfrågan till medlemmar via mejl, på olika möten och direktkontakter med styrelsen.
- Erbjud medlemmar att delta i olika studiecirklar
- Samarbeta med studieförbundet Vuxenskolan.
- Utse SPF - ombud som kan fånga in medlemmarnas intressen och inspirera seniorer att engagera sig i vår förening och vid behov samordna bilresor från sitt område

Att erbjuda aktiviteter som främjar hälsa och friskvård.

Det gör vi genom att:

- Medlemmar engagerar sig och leder olika aktiviteter inom föreningen.
- Arrangera resor av olika slag där föreningens reseansvariga har ansvar.
- Erbjuder aktiviteter under SPF Folkhälsoveckan v.21 (18-22 maj) 2026
- Inspirera medlemmarna att nyttja vår Boulebana i Taveljö och boka boulebanoor för medlemmar under vintern
- Promenadgrupper i byarna
- Fortsätta erbjuda Stark och säker – övningar för ökad styrka och balans, så att det finns i fler byar än Taveljö och Kroksjö.
- Erbjuder allsång i grupp
- Studiebesök

Att aktivt följa utvecklingen i frågor som gäller oss äldre.

Det gör vi genom att:

- Delta i möten/träffar/utbildningar, som anordnas av SPF centralt och av distriktet.
- Fortlöpande läsa SPF Förbundets nyhetsbrev och hemsida beträffande viktiga äldre frågor.
- Aktivt följa press och media när det gäller äldre frågor.
- Sammanfatta och vidareförmedla viktig information via hemsida, SPF-app, Facebook och månadsmöten.
- Inspirera medlemmar att delta i arbetet med äldre frågor

2. Fler och engagerade medlemmar

Att aktivt verka för att rekrytera nya medlemmar och för att befintliga medlemmar stannar kvar i föreningen.

Det gör vi genom att:

- Följa vår handlingsplan med aktiviteter som lockar nya och befintliga medlemmar.
- Aktivt kontakta nyblivna pensionärer och hälsa dessa välkomna till nästa medlemsmöte.
- På månadsmöte välkomna nya medlemmar.
- Bjuda in nyblivna medlemmar till särskilda träffar
- Kontakta medlemmar som avslutat sitt medlemskap och ta reda på orsakerna till att de lämnat organisationen och ta lärdomar av detta.

3. Vara en stark röst för seniorerna.

Att tillvarata våra intressen i kommunens och regionens verksamhet.

Det gör vi genom att:

- Utse ansvariga personer till samrådsgrupp med SPF:s representanter i Kommunala pensionärsrådet (UPR)
- Rapportera information från UPR på medlemsmöten, hemsidan och SPF-appen.

4. Öka vår synlighet.

Att stärka bilden av oss som förening hos medlemmar, blivande medlemmar, politiker, opinionsbildare och media.

Det gör vi genom att:

- Skriva insändare i lokaltidningarna i angelägna äldre frågor.
- Annonsera i lokalpressen och på Digitala seniortorget inför aktiviteter och möten.
- Skriva referat från alla aktiviteter och förmedla dessa till lokaltidningarna.
- Verka för en informativ, intressant hemsida, SPF-APP och SPF Seniorerna Umeå Norras Facebook sida.
- Använda mejl för att nå ut till våra medlemmar.
- Delta i familjedagar och arrangemang för seniorer.
- Samverka med andra föreningar.
- Delta i Senormässan på Nolia

Britta Unneby
Ordförande

Dan Weinehall
Vice ordförande

Stellan Hermansson
Kassör

Gunilla Åström
Sekreterare

Gunvor Eriksson
vice Sekreterare

Margaretha Lundquist
Ledamot

Solveig Johansson
Ledamot

Gunnar Sörlén
Ledamot