

Verksamhetsplan för år 2023

Vi planerar ett antal aktiviteter för 2023

Ett programhäfte kommer att tas fram och delas ut till medlemmarna. Information om aktiviteter läggs ut på SPF seniorernas hemsida allt eftersom nya tillkommer.

SOCIALA AKTIVITETER

Månadsmöten hålls för 2023 2:a torsdagen i månaden, dvs

12 januari, 9 februari (årsmöte), 9 mars, 13 april, 11 maj, 8 juni, 14 september, 12 oktober, 9 november, 14 december .

Nöjeskommittén har som ambition att vid varje månadsmöte, förutom att äta lunch tillsammans, bjuda på underhållning, föredrag eller för oss seniorer väsentlig samhällsinformation.

Vi erbjuder våra medlemmar att delta i **studiecirklar** i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

PUB-kvällar/Afterwork

Planeras två kvällar på våren och två på hösten. I dagsläget är 3 mars inplanerad.

Tjejkvällar

Målet är att ordna tjejkvällar en gång på våren och en gång på hösten. I dagsläget är 30 mars inplanerad.

RESOR

Samordnade resor mellan distriktets föreningar ger ett stort utbud samt dessutom leder till att resande SPFare lär känna varandra och får vänner bland medlemmar i andra föreningar. Nöjes/resekommittén arbetar löpande med att även ordna egna resor.

HÄLSA

- Vi erbjuder bingopromenader (ej vintertid) - kortare resp längre sträcka i bruksområdet. Gå när det passar dig. Brickor säljs på månadsmöten alt hos friskvårdskommittén.
- Träningsmöjligheter erbjuds genom Rörelsedriv, friskvårdscenter Robertsfors samt gymträning i Folkets Hus Överklinten
- Friskvårdskort. Aktivitet minst 30 minuter fylls i på kort och lämnas in vid månadsmöten för vinstdragning
- Vår förhoppning är att även kunna erbjuda boule
- Vår förhoppning är att även erbjuda gåfotboll

PÅVERKAN

Vi kommer att fortsätta vara aktiva i kommunala pensionärsrådet (KPR) och verka för att kommunens reglemente ang KPR följs och förbättras i syfte att kunna påverka beslut innan de klubbas.

SAMVERKAN

Vi samverkar med SPF Seniorerna i Änäset och Bygdeå samt övriga pensionärsorganisationer när så är lämpligt.

Vi håller god kontakt med distriktet och deltar i kurser och konferenser som erbjuds. Vi räknar med att distriktet kommer att anordna ett antal funktionärsutbildningar.

ÖVRIGT

Lotter säljs på våra månadsträffar.

Föreningen tillämpar Swish och kontant betalning vid månadsträffar och andra aktiviteter.

Se vår hemsida [Seniorerna Robertsfors](#)

Om någon har nya trevliga programidéer eller känner sig hågad att starta och hålla i någon ny grupp, snälla kontakta någon i styrelsen!

Ta gärna med Din kompis vid nästa SPF-möte!

Väl mött!

Styrelsen