

3 juni 2023

Hej alla medlemmar.

Nu har vi haft vårt sista styrelsemöte för våren där vi summerade vårens aktiviteter och blickade framåt mot hösten och även in på våren 2024.

Vi är c:a 460 medlemmar i SPF Tio Öar. Det gäller att vi hittar aktiviteter och arrangemang som passar så många som möjligt. Många är medlemmar för att vi har trevliga resor att erbjuda. Andra vill gå på våra månadsmöten och några är mest intresserade av våra fester. Ni medlemmar får mycket gärna komma med förslag på aktiviteter som ni vill se i vårt utbud. Ett exempel på detta är våra **pub-aftnar** med quiz och musik en gång i månaden. Dom återkommer i höst med en första kväll den 23 aug kl. 17.30.

Men innan dess har vi vår sista medlemsträff för våren. Den blir den 14 juni kl. 15.30 i Jungfruviken på Hönö då vi har **poängpromenad och grillning**.

Så kommer vår **Räkfest** på Hälsö den 15 sept. kl. 17.30. Anmälan gör du till Inga-Lill Wiklander på tel 073-642 1425 eller via mail till ingalillwiklander0@gmail.com.

Kommande medlemsmöten för hösten blir den 13 sept, 11 oktober, 8 nov och 13 dec. Alla kl. 15.30 på Solhöjden.

Den 13 sept kommer Eva Blume och Gjert Magnusson och underhåller med sång och musik. Den 11 oktober kommer Kerstin Bertrandsson Schiller från Vinga Vänner och berättar om Vinga och livet på Vinga. Den 8 nov bjuder Ulf Brocker in oss på allsång och den 13 dec kommer vi att ha luciatåg med sång och musik.

Under rubriken 'Aktiviteter', 'Månadsmöten' på hemsidan finns det mer information om höstens aktiviteter.

Hur får du information om vad som händer i vår förening?

- Du har väl gått med i vår **Facebook-grupp** för oss medlemmar i SPF 10 öar. Den heter 'SPF Seniorerna 10 öar Öckerö'. Det är en sluten grupp där vi släpper in er medlemmar efter ansökan. Här försöker vi löpande lägga upp intressant information och länkar. Kanske lite

lättare att få information den vägen än att gå in på hemsidan då och då.

- Men det finns nu också **en app** som heter '**SPF Seniorerna**' som man kan ladda ner till sin mobiltelefon. Välj sedan 'Bohusdistriktet' och 'SPF Seniorerna tio öar'. Då kan man få aviseringar när något nytt läggs in på vår hemsida, eller på distriktets eller förbundets. Ett enkelt sätt att hålla sig uppdaterad med vad som händer inom SPF.
- Den 4 maj lanserade SPF-förbundet en **ny app** som heter "**Mötesglädje**". Här finns tips och idéer om var och hur man kan hitta andra pensionärer att dela olika aktiviteter med, både i närheten och på distans. Appen kan du ladda ner till din mobiltelefon från Appstore eller Google Play, beroende på vilken sorts telefon du har.

Representanter i Kommun och Region:

- Vår styrelse har även för 2023 två representanter (Agneta och Kent) i **Kommunens pensionärsråd (PHR)** och en representant (Kent) i Regionens **Hälso- och Sjukvårdsnämnden Västs** pensionärsråd. Har du någon fråga du vill att vi ska framföra vid dessa möten så är du välkommen att höra av dig till oss i styrelsen. Vi följer här t.ex. kommunens fortsatta arbete med att utveckla sin hemtjänst utifrån resultatet av det riksomfattande Hemtjänstindex som presenterades den 23 november och som SPF centralt har tagit fram med ekonomiskt stöd från Allmänna arvsfonden. På det senaste PHR-mötet den 25 maj, fick vi seniorer en inbjudan om att vara med i en **testpatrull** för att testa digitala och tekniska tjänster som kan stärka och främja vår självständighet på äldre dar. Det kan t.ex. vara automatiska dosetter, VR-glasögon, mm. Ansökningsblankett finns på kommunens hemsida om du är intresserad.

Har du några frågor, synpunkter eller nya idéer om vår förening är du alltid mycket välkommen att kontakta oss. Adress och telefon-nummer hittar du på hemsidan, www.spfseniorerna.se

/Hälsningar från oss i styrelsen: Hans, Agneta, Britta, Inga-Lill, Milla, Janne, Olle, Göran, Kent.