

## VERKSAMHETSPLAN FÖR 2024

### Målsättning för SPF:s Tyresö verksamhet

- Tillit
- Transparens
- Glädje
- Lyhördhet
- Skapa påverkansmöjligheter
- Stark röst i den lokala debatten
- Samverkan
- Arbeta mot ålderism

### Styrelsen

Styrelsen sammanträder normalt en gång per månad med uppehåll under sommarmånaderna. Därutöver extra möten vid behov.

### Kommunala Pensionärsrådet – KPR

Föreningen representeras av tre ordinarie ledamöter och tre ersättare i det kommunala pensionärsrådet – KPR. I KPR har man ett samarbete med kommunen i frågor som rör äldre. Vid behov sker mötena i KPR digitalt.

### Södertörnsgruppen

Föreningen fortsätter sin medverkan i Södertörnsgruppen (ett samverkanforum för SPF-föreningar i södra länsdelen av Stockholmsdistriktet).

Haninges och Tyresös ordförande samverkar kring aktuella frågor.

### Nya medlemmar

Fortsatt satsning på medlemsrekrytering avseende både 67 och 69-åringar. Omhändertagande och uppföljning av nya medlemmar ska på lämpligt sätt göras under året.

### Medlemsbladet och Hemsidan

Sammanställning och distribution av fyra nummer av Medlemsbladet planeras.

Regelbunden uppdatering av hemsidan.

### Facebook-sida

Den offentliga facebooksidan som öppnades i december 2023 uppdateras regelbundet..

### Samhällsfrågor

SPF har tillsammans med PRO en särskild aktionsgrupp som gemensamt fortsätter att bevaka äldrefrågorna i kommunen i dialog med respektive förening. Som exempel kan nämnas flera träffpunkter i kommunen och en tidplan för detta samt kvalitets- och kompetenssäkring av personalen inom äldreomsorgen.

### Föreningsträffar, studiebesök och resor

Föreningsträffar, informationsmöten, besök på museer och andra intressanta platser, resor m m planeras efter rådande omständigheter. Det är angeläget att medlemmarna fortlöpande ~~får~~ erbjuds intressanta och roande upplevelser. Medlemmarna uppmanas att även fortsättningsvis lämna synpunkter och förslag om programverksamheten.

Föreningsträffar planeras – om det är möjligt - två gånger per månad med uppehåll för juni – augusti och en träff i december och januari. En lunch med hemkockt ärtsoppa planeras i januari, vårlunch i maj och en höstlunch i november.

Målsättningen är – om det är möjligt - minst ett studiebesök per månad med uppehåll under juli och augusti. Programgruppen arbetar vidare med att finna nya intressanta platser att utforska. Eventuellt genomförs några träffar/aktiviteter under sommaren.

Resor i form av dagsutflykter och längre resor planeras i samarbete med olika resebyråer. Dessutom planeras resor i samarbete med Stockholmsdistriktet och andra SPF-föreningar.

Därutöver planeras aktiviteter för äldre/äldre.

### **Projekt Attityd 65+**

Projektet startade i augusti 2022 och ska bedrivas under två år. Syftet är att få i gång en debatt och därigenom få ökad medvetenhet om ålderism som ändrar i ett program för utbildning som kan användas nationellt.

### **Digitala bryggan**

I samarbete med PRO och kommunen inbjuds de som är 65+ till träffar där de får möjlighet till personlig handledning i att använda smarttelefon, surfplatta, TV, dator med mera.

### **Kulturvandringar/promenader**

Kulturvandringarna, ibland inklusive studiebesök, fortsätter som tidigare på onsdagsförmiddagarna om läget så medger.

### **Folkhälsoveckan**

Nya aktiviteter undersöks exempelvis Linedans och Sitt-Yoga.

### **Tyresöfestivalen**

Delta med monter och informationsmaterial.

### **Följande aktiviteter planeras under året**

(Tid och plats i Medlemsbladet och på hemsidan).

**Boule**

**Bridge**

**Friskvård**

**Funktionärsträffar**

**Golf**

**Gubbträffar**

**Handarbete**

**KIT**

**Lördagskafé**

**Sambacanasta**

**Sommaraktiviteter**

**Sångkör**

**Teaterbesök – biljetter via teaterombud**

**Teatergruppen Sceniora**

**Tennis på studs**

Fler aktiviteter kan tillkomma.

### **Övrigt**

SPF Seniorerna Tyresös styrelse och funktionärer är angelägna att planera och bedriva verksamhet som ger medlemmarna glädje och tillfredsställelse. En önskan är att flera av medlemmarna ska medverka i föreningens aktiviteter.

Du är välkommen som funktionär eller deltagare. Det ger social samvaro och gemenskap som berikar livet.