

Verksamhetsplan för 2024

SPF Seniorerna Vattudalens förmåga att skapa trivsel och gemenskap vid våra möten måste bevaras. Vi vill att öppenhet och lyhördhet gentemot varandra ska råda. Våra styrkor och förmågor, förslag och idéer ska tillvaratas för att gynna den positiva utvecklingen i vår förening. Förutsättningar för hälsa och livskvalitet för äldre är bl.a. att vara fysiskt, mentalt och socialt aktiv, samt ha tillgång till variationsrik och näringsriktig kost. Detta strävar vi att tillgodose, genom att erbjuda och stimulera till varierande aktiviteter, där den enskilde medlemmen utifrån egna förutsättningar och intresseområden finner meningsfullhet och glädje. Läkemedelshanteringen för äldre och då särskilt övermedicinering ska ägnas särskilt intresse även i fortsättningen.

Månadsmöten

Under verksamhetsåret 2024 planeras för 9 månadsmöten inklusive årsmötet. Samhällsinformation, föredrag, olika kulturella inslag och underhållning kommer att ingå. Dessutom kommer surströmmingsfest och jultallrik att planeras.

Friskvård

Boule-verksamheten kommer att fortsätta, både utomhus på banan vid Tingshuset och från hösten inomhus på Folkets Hus. Inköp av mattcurlingspel planeras. Cykelaktiviteten med besök vid postlådorna vid fyra av samhällets utfarter och där anteckna sitt namn kommer att fortgå. Postlådor för promenad eller sparkturer är uppsatta vid Strömsvallen och vid OK på Näsvisen. I maj planeras en friskvårdsdag att genomföras på hembygdsgården och sittgympa, linedance, dans, simning, gåfotboll mm planeras enligt tidigare år.

Samarbeten

Samarbetet med Cruising Strömsund kommer att fortsätta. Vi har möjlighet att åka med vid deras träffar och i gengäld kommer vi att hjälpa till vid deras cruisingdag. Gemensamma aktiviteter planeras med PRO Strömsund.

Studiecirklar

Vad minns Du av gamla Strömsund, körsång, släktforskning, It-kurser (mobil och platta), HLR utbildning mm planeras.

Resor

Resa till friluftsspelet Lapp-Nils vid Döda fallet i juli. Ytterligare någon resa kan komma att arrangeras.

KPR

Via KPR deltar vi i diskussioner och debatter rörande äldres situation i kommunen och verkar för att pensionärernas frågor beaktas i kommunens verksamhetsplanering.

Vårt goda samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan skall vi fortsatt odla på bästa sätt, dock har deras ekonomiska stöd till våra arrangemang upphört.