

## Verksamhetsplan 2021 för SPF Seniorerna Oxelösund.

### Verksamhetens syfte och värdegrund

Vår verksamhet syftar till att berika medlemmarnas liv dels genom att påverka och driva frågor som är viktiga för kommunens pensionärer dels genom att erbjuda social gemenskap med trivsamma, hälsofrämjande och utvecklande aktiviteter för våra medlemmar. Föreningens värdegrund finns att läsa på vår hemsida.

### Organisation

Verksamheten leds och samordnas av styrelsen men den egentliga verksamheten är delegerad till en rad kommittéer och sektioner, alla bemannade med ideella krafter. Fest- och Programkommittéerna har båda viktiga funktioner i föreningen. För påverkan av pensionärernas villkor är och förblir vår Tankesmedja och medverkan i KPR och LPR (Kommunens resp. Landstingets Pensionärsråd) viktiga organ. Vår Väntjänst fyller en viktig funktion för att ge stöd, hjälp och underhållning åt de av våra medlemmar, som har speciella behov, antingen i hemmet eller på vårdboende.

Under 2019 startades inom vår förening en arbetsgrupp som följer det arbete som SPF centralt bedriver inom det viktiga området Valfärdsteknik. Målsättningen är att sprida kunskap om nya digitala hjälpmedel för vård och tillsyn av seniorer.

Social gemenskap och trevnad skapas genom Månadsträffar med information, underhållning och lotterier, våra nya tisdagsföreläsningar, lunch för 80+ medlemmar, vinprovning, fester och filmvisning. Till social gemenskap bidrar också våra aktiviteter som främjar hälsa och friskvård som vandringar, gymnastik, sittgympa, boule, bowling, bangolf och golf. Social gemenskap och trivsam utbildning och utveckling ger också våra studiecirkel och sektioner för litteratur, minnesträning, akvarell, svamp, bridge, canasta, dans, sång och teater. Några tisdagsföreläsningar görs även tillgängliga via vår hemsida.

De resor som erbjuds våra medlemmar syftar både till social gemenskap och intressanta och trevliga upplevelser. Sedan 2019 har vi en ny egen aktivitet som kallas "Utflykter i Sörmland"

### Medlemsstruktur och deltagande i verksamheten

SPF Seniorerna Oxelösund har ca 590 medlemmar varav ca 330 = 56% kvinnor. Av medlemmarna är ca 46 % över 80 år och 7% över 90 år. 7 % är under 70 år.

Gruppen 70 – 90 år utgör alltså ca 85 % av medlemmarna. Dagens pensionärer är aktivare och lever längre än tidigare. Alla är individer och en strikt åldersgruppering är inte meningsfull. Något förenklat kan dock sägas att vår verksamhet i Tankesmedjan, KPR, LPR, Väntjänsten och Valfärdsteknik främst riktar sig till de äldre medlemmarna.

En del medlemmarna är passiva, d.v.s. de deltar inte i någon aktivitet. Att de valt eller väljer att kvarstå som medlem kan ha flera orsaker. T.ex. att de vill stödja vårt arbete för pensionärer, åldersskäl, att få del av de rabatter som erbjuds medlemmar, tidningen Senioren och att de vill ha möjlighet att vid tillfälle delta i någon aktivitet. Även dessa skäl är fullt legitima och alla är välkomna som medlemmar. En del nyblivna pensionärer vill vänta med att bli medlem eftersom de inte känner sig som pensionärer eller fortsätter att arbeta.

Styrelsens målsättning för SPF är att utveckla befintlig verksamhet och om intresse finnes erbjuda nya aktiviteter. Detta för att både locka nya medlemmar och aktivera befintliga. Ett villkor för ny verksamhet är dock att vi har medlemmar som på ideell bas vill leda den samt att den efter en startperiod är självfinansierad.

## Bedömning av vår verksamhet

Fr.o.m. 2:a kvartalet 2020 hade de flesta av våra aktiviteter förutom utomhusaktiviteterna vandringar, boule och bangolf tvingats upphöra p.g.a. Covid 19. I september 2020 har vi därutöver startat upp aktiviteterna bowling, gymnastik, Utflykter i Sörmland, Miniföreläsningar, studiecirkel i akvarell, minnesträning, backning med släpkärra, en ny litteratursirkel och en ny teatercirkel samt begränsat Canastaspel. Alla inom ramen för gällande Coronarestriktioner. Dessa uppstartade aktiviteter upphörde under november p.g.a. den uppblående smittspridningen av Covid 19.

Inför arbetet med Verksamhetsplan 2021 har styrelsen bildat sig en uppfattning om hur alla verksamheter fungerar och upplevs. Glädjande nog har vi kunnat konstatera att tack vare engagerade ledare så fungerar all verksamhet bra. Ledaren för litteratursirkeln har avlidit och deltagare fortsätter nu i egen regi. En ny litteratursirkel startades hösten 2020 under ledning av Birgitta Kärr. Verksamheten inom golf består i deltagande i SPF:s DM.

Antalet deltagare i aktiviteterna som anges nedan avser tiden före Corona restriktionerna. Månadsträffarna har 40–80 deltagare. Festerna lockar 50–80 medlemmar. För nedanstående aktiviteter anges inom parentes en ungefärlig uppgift om antalet deltagare. Det exakta antalet varierar givetvis från gång till gång. Bangolf (30), bridge (104), boule (15), bowling (10), golf, gymnastik (12), sång (15). Vandringar (15) och Utflykter i Sörmland (5–12) välkomnar gärna fler deltagare. Akvarell (9) och dans (27) kan ta emot några nya förutsatt att de inte är nybörjare. Kontakta ledaren om du är intresserad av akvarell eller dans. Litteratur (8), Teater (9) och Canasta (40) kan i dagsläget inte ta nya medlemmar. För Akvarell, Litteratur och Canasta har ledarna kölistor för intresserade. Bioföreställningarna är uppskattade och lockar ca 20 medlemmar. Fågelskådningen lockade 10 deltagare.

Tankesmedjan (10) fungerar mycket bra och gör en fin insats för att förbättra pensionärernas tillvaro i Oxelösund. Väntjänsten består nu av 9 aktiva och behöver fler. Deras ledsagarverksamhet, som tidigare var stor, har krympt. SPF har några aktiva språkvänner, vars viktiga verksamhet är samordnad med kommunen och fungerar bra. Styrelsen ser ingen anledning att ta bort någon aktivitet. Däremot ska vi givetvis sträva efter att få fler deltagare i de aktiviteter som kan ta emot fler. För väntjänsten ska fler aktiva efterlysas.

Så snart som Corona restriktionerna lättat kommer styrelsen att samla alla ledare i kommittéer, studiecirkel och sektioner till ett möte för erfarenhetsutbyte i SPF-lokalen kombinerat med middag. I det läget kommer även alla nya medlemmar att inbjudas till ett informationsmöte med fika i vår lokal.

## Samarbete med PRO

Både PRO och SPF ser positivt på att samarbeta i härför lämpade frågor. Vi trycker nu våra program hos PRO, är medarrangör av deras danser och inbjuder PRO:s medlemmar till våra bioföreställningar. PRO:s medlemmar inbjuds sedan hösten 2018 att delta i SPF:s vandringar och våra medlemmar är välkomna på PRO:s tipspromenader på tisdagar. Vi spelar också Boule och Bangolf tillsammans.

## Förnyelse och utveckling av vår Verksamhet,

Under 2020 planerades en jazzkonsert, som tyvärr blev inställd p.g.a. Covid 19 2 ggr, Vi arrangerade en PUB-kväll, utbildning i användning av smarta telefoner och datorer för seniorer, minnesträning, en lektion i backning med släpkärra, en kurs i gammeldans, sittgympa i vår lokal, en blomsterexcursion, ett par svampexcursioner. Och en Krukväxtbyttardag. Styrelsen bedömer att dessa aktiviteter har varit uppskattade, eftersom de breddar föreningens utbud. I synnerhet har

tisdagsföreläsningar inneburit att föreningen mycket markant har breddat utbudet av information till våra medlemmar. Vår förening har i slutet av 2020 på torsdagar hyrt två banor på Medley, där våra medlemmar kan simma gratis.

Vi har även bland våra medlemmar rekryterat Ledsagare / Avlösare åt kommunen. SPF distriktet i Sörmland har genomfört en kartläggning av länets Vårdcentraler. Ing-Marie Wahlström representerade vår förening och Oxelösund i detta angelägna projekt, som kallas Vårdcentralpatrullen och nu finns en sammanfattande rapport av kartläggningen.

### **Verksamheten 2021**

Utomhusaktiviteterna vandringar, aktivitetsrundan, boule, bangolf och Utflykter i Sörmland kommer att pågå som vanligt. Vi planerar att återstarta våra månadsträffar och våra miniföreläsningar med begränsat antal deltagare då Corona restriktionerna tillåter det. Vi planerar en jazzkonsert med Söderbandet men genomförandet får vänta tills Corona restriktionerna upphört.

Aldrig ensam i Oxelösund. En förutsättning för detta projekt är att vi får ett Pensionärernas Hus. Då beslut härom är fattat ska vi tillsammans med PRO, och SKPF starta en utredning för att göra en konkret Handlingsplan för projektet, Aldrig ensam i Oxelösund. Inspiration för detta finns i våra systerföreningar i Gnesta. Eftersom vi p.g.a. Covid 19 under 2020 tvingades upphöra med alla nya aktiviteter är vår målsättning nu att starta upp dessa samt alla gamla aktiviteter så fort det är tillåtet och begränsar därför antalet nya aktiviteter 2021 till Sällskapsspel, Utflykter till Naturpärlor i Sörmland samt Öppet hus med fika i vår lokal tisdagar i udda veckor. Sannolikt kommer styrelsen att i början av 2021 ägna stor uppmärksamhet åt frågan om vår framtida lokal förhoppningsvis i form av ett Pensionärernas hus.

Alla aktiviteter både gamla och nya från 2020 presenteras i Års program 2021.

I års programmet presenteras liksom för tidigare år planerade program för månadsträffar, miniföreläsningar, bioföreställningar, Utflykter i Sörmland som nu blir utomhusaktiviteter och Vandringar

### **Rekrytering och Marknadsföring**

Styrelsen avser att söka nya medlemmar genom att närvara vid event som lockar vår målgrupp, försöka synliggöra SPF:s verksamhet i Sörmlands Nyheter, brev till 67-åringar samt, uppmana befintliga medlemmar att vara ambassadörer för SPF i sina nätverk. Vår hemsida och anslagstavla är också viktiga verktyg för marknadsföring. Den bästa marknadsföringen är och förblir en kombination av bra och trivsamma aktiviteter samt att vår förening är synlig i lokalsamhället. Vi avser även att 2021 annonsera i tidningen Nyinflyttad om tillfälle ges.

Styrelsen kommer även att försöka värva nya medlemmar på ICA på tisdagar då ICA ger seniorrabatt.

### **Lokalfrågan**

Kustbostäder har nu ändrat sin plan för ombyggnaden av Prismanhuset så nu planeras även vår del av huset att rivas med start hösten 2021. De är inställda på att erbjuda oss en anpassad provisorisk lokal tills ett Pensionärernas Hus är klart i Sparbankshuset. Våra kompetenta handläggare för denna viktiga fråga är Bengt Holmkvist och Kurt Tengroth.

**Årsprogram 2021.** Styrelsen har tidigare beslutat att vi tar med alla planerade aktiviteter även sådana som p.g.a. Covid 19 t.v. är inställda. I Års program 2021 anges vilka aktiviteter som pågår fr.o.m. årets början resp. t.v. är inställda p.g.a. Covid 19, inkl. upplysning om hur information kommer att ges till våra medlemmar då en inställd aktivitet startas upp.

Oxelösund den 16 december 2020  
Styrelsen för SPF Seniorerna Oxelösund