

## Månadsbrev december 2023

Årets sista månad och vi börjar på [Hemsidan](#), där finns allt som händer, har du [SPF-Appen](#) nedladdad, så kommer en avisering varje gång något nytt skrivs, från Trosa, Sörmland och förbundet. Det finns också en flik för tidningen Senioren.

Under november har jag bl a varit på ordförandekonferens och konferens om Regionens projekt Nära Vård. Ordförandekonferensen tog förutom Nära Vård upp projektet om ofrivillig ensamhet och hälsovård. Vi i Trosa är i högsta grad engagerade i dessa projekt.

En aktivitet vi kört är [Café Livslust](#), nästa tillfälle imorgon måndag. Där har bl a våra olika [gym](#) presenterat sig, vi väntar på fler presentationer till hemsidan. Ser vi till SPF Trosas egna hälsoaktiviteter så är det ca 200 medlemmar som deltar varje vecka.

Till det kommer [aktiviteter](#) som Canasta, [månadsmöte](#) (nästa 11 dec) besöka Caféeet, lyssna till anföranden på fredagar, delta i studiecirklar.

Tillsammans skulle vi kunna göra mer, anmäl ditt intresse till att bidra med lite tid i något som intresserar dig.

[Regionens pensionärsråd](#) där vi har två representanter kommer att bredda sitt arbete, intresserad? Likaså [Kommunens pensionärsråd](#).

Förbundet bedriver ett intensivt kontaktarbete mot politiken, avseende pensioner, åldersgränser och annat som du kan följa på hemsidan eller om du har Facebook, genom att bli vän med SPF Seniorerna, centralt, Tidningen Senioren och förstås SPF Seniorerna Trosa.

Det är [Glöggparty och Vandring](#) den 7 december.

Sid 1(1)

[Textilutställning](#) i Caféet i december/januari

På hemsidan där det står Senaste Nytt, finns det också flikar för Förbundet och Senioren. Klicka in på [Förbundet](#) och du ser att här finns ett antal filmer, webinarium att se och lära av.

På julafton kommer vi att arrangera en jullunch i Caféet, mer info kommer, ett spännande initiativ.

Som du ser finns det många aktiviteter och fler blir det, om vi som medlemmar engagerar oss, hör av dig, det behövs många händer.

Väl mött under december.

Bengt Larsson Ordförande SPF Seniorerna Trosa