

## **Verksamhetsplan 2020 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 och 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, lunchträffar sista onsdagen varje månad, lunch för 80+ medlemmar, vinprovning, fester och filmvisning. Till social gemenskap bidrar också våra aktiviteter som främjar hälsa och friskvård som vandringar, gymnastik, boule, bowling, bangolf och golf. Social gemenskap och trivsam utbildning och utveckling ger också våra studiecirkel och sektioner för litteratur, minnesträning, akvarell, bridge, canasta, dans och sång.

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

### **Medlemsstruktur och deltagande i verksamheten**

SPF Seniorerna Oxelösund har ca 630 medlemmar varav ca 357 kvinnor. Av medlemmarna är ca 44 % över 80 år och 7 % över 90 år. 9 % är under 70 år. Gruppen 70 – 90 år utgör alltså ca 84 % 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**

Inför arbetet med Verksamhetsplan 2020 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. Studiecirkeln Qigong har avvecklats eftersom ledaren slutat och antalet deltagare varit få. Verksamheten inom golf består i deltagande i SPF:s DM. Månadsträffarna har 40–80 deltagare. Festerna lockar 50–80 medlemmar.

För nedanstående aktiviteter anges inom parantes 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), vandring (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 (7) och Canasta (40) kan i dagsläget inte ta nya medlemmar. För Akvarell, Litteratur och Canasta har ledarna köllistor för intresserade. Bioföreställningarna är uppskattade och lockar ca 20 medlemmar. Fågelskådningen den 7 maj 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 nu 5 aktiva språkvänner och vill gärna ha fler. Deras 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.

För erfarenhetsutbyte av verksamheten i kommittéer, studiecirklar och sektioner kommer styrelsen att den 25 mars kl. 16.30 samla alla ledare till ett möte i SPF lokalen kombinerat med middag.

Den 30 januari kl 10.00 kommer 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.

## **Förnyelse och utveckling av vår Verksamhet,**

Under 2019 arrangerades en studiecirkel för minnesträning, en studiecirkel om svamp, tisdagsföreläsningar ojämnt veckor i vår lokal, Utflykter i Sörmland samt den 12 juni en blomsterexkursion. Hösten 2019 arrangerades en utbildning i digitala betalningar samt under hösten boulespel inomhus. Styrelsen bedömer att de nya aktiviteterna 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. Målsättningen är att dessa aktiviteter fortsätter under 2020.

Föreningen arrangerade i mars 2019 en mycket uppskattad föreläsning om Roslings bok Factfulness.

### **Nya aktiviteter 2020:**

En jazzkonsert. med Söderbandet arrangeras den 18 mars på Koordinaten. Söderbandet leds av Sven-Åke Johansson, som förutom att vara en känd profil i Jazzsverige, varit ekonomi- och finansdirektör i SSAB samt senare styrelsemedlem i SSAB.

En PUB- kväll med musikunderhållning arrangeras onsdagen den 26 februari kl 18 på restaurang Charlies.

En ny utbildning i användning av smarta telefoner och datorer för seniorer arrangeras. En nybörjarkurs i gammeldans startas måndagen den 27 januari kl.13.30 i vår lokal.

Sittgympa med stol startar den 12 februari kl. 14 i vår och pågår sedan varje onsdag under våren.

Inspirerade av SPF och PRO i Gnesta planeras en arbetsgrupp som ska undersöka om vi tillsammans med PRO och kommunen ska starta ett arbete för att minska seniorers ofrivilliga ensamhet i Oxelösund. Preliminärt bedömer vi att detta projekt kräver en grundlig planering och att starten troligen bör vänta tills vi har ett Pensionärernas Hus i Oxelösund.

SPF distriktet i Sörmland ska genomföra en kartläggning av länets Vårdcentraler. Ing-Marie Wahlström kommer att representera vår förening och Oxelösund i detta angelägna projekt, som kallas Vårdcentralpatrullen.

SPF ska under 2020 på kommunens uppdrag försöka rekrytera Ledsagare /Avlösare åt Kommunen.

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

### **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 kommer vidare att även 2020 annonsera i tidningen Nyinflyttad.

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

Oxelösund den 29 januari 2020  
SPF Seniorerna Oxelösund  
Styrelsen