SENIORERNA Örebrodistriktet

Verksamhetsberättelse

SPF Örebrodistriktet 2025



Inledning. Allmän översikt.

Örebrodistriktets 49:e verksamhetsår är tillända. Vi kan blicka tillbaka på ett intressant och innehållsrikt verksamhetsår där vi kunnat fortsätta arbeta med fysiska träffar och möten – styrelsesammanträden, distriktskonferenser, utbildningar och resor, mm.

Turbulens och våld i vår omvärld skapar oro och påverkar vardagen även för länets SPF-medlemmar. Krig i Ukraina, krig i Gaza, hot om handelskrig och en delvis rubbad världsordning skapar osäkerhet i vardagen, driver upp priser och leder till oro inför framtiden. Bedrägerier och kriminalitet, ofta riktad mot seniorer, skapa osäkerhet och bidrar till att äldre kan känna sig hotade och utsatta.

Under februari 2025 kom våldet nära oss i länet genom masskjutningen på Risbergska skolan - en händelse som chockade oss alla.

De stora världshändelserna kan vi inte påverka utan bara förhålla oss till, bedrägerier och kriminalitet kan vi försöka motverka genom att bidra med information till våra medlemmar och genom att aktivt arbeta för att motverka ofrivillig ensamhet och isolering.

Distriktet fortsätter att så långt möjligt erbjuda kostnadsfria konferenser och utbildningar. Nytt för 2025 var den vårfest, till vilken alla medlemmar inbjöds, som anordnades i slutet av maj. Festen genomfördes vid Gällersta forngård och gästades av förbundets dåvarande ordförande Eva Eriksson och socialminister Jakob Forssmed. Distriktet vill att konferenser och utbildningar ska bidra till gemenskap mellan distrikt och föreningar och mellan distriktets olika lokala föreningar.

Distriktet har under året erbjudit ett antal resor till tämligen olika resmål. Resornas syfte är att erbjuda medlemmarna intressanta och spännande upplevelser men även att erbjuda tillfälle till samhörighet och trevlig gemenskap.

Distriktet har även under 2025 hyrt kanslilokal i Föreningarnas hus.

Alla föreningar har en kontaktperson i distriktsstyrelsen

Under året har Ljusnarsbergs förening lagts ner. Föreningens medlemmar har erbjudits medlemskap i Lindesberg eller Löa-Storåbygden. Järnboås förening har också lagts ner och medlemmarna har erbjudits medlemskap i Nora.

Distriktet har, då så varit lämpligt, samarbetat med studieförbundet Vuxenskolan och har varit representerat på studieförbundets årsmöte.

Under året har förbundet bjudit in till ett antal framtidskonferenser i olika delar av landet. Representanter för Örebro distrikt deltog i Västerås i mitten av mars.

Under året har representanter för distriktsstyrelsen träffat ledande representanter för samtliga riksdagspartier för att lyfta fram vikten av att seniorernas intressen och synpunkter beaktas och för att informera och diskutera frågor som SPF tycker är viktiga för seniorer. Tillgänglighet i samhället, lättillgänglig vård och omsorg med korta väntetider, tillgång till anpassade bostäder, bra kollektiva kommunikationer, att ålderism motverkas och att seniorernas synpunkter och behov beaktas då politiska beslut fattas.

Vid samtalen med de olika partierna har vi uppfattat att vi mötts av intresse och engagemang och många frågor har ställts till oss och politikerna har fört omfattande noteringar. Vid slutet av samtalen har vi överlämnat en skriftlig sammanställning av våra viktigaste synpunkter. Samtalen uppmärksammades med en artikel i nr 7 av Senioren. Representanter för distriktsstyrelsen deltog i slutet av september i en av förbundet anordnad kurs med inriktning på politiska kontakter och politisk påverkan

Distriktet var representerat av tre delegater vid förbundets kongress i början av juni 2025. Vid kongressen valdes en representant för Örebrodistriktet, Thomas Hagenfors från Hallsberg, in i förbundsstyrelsen.

SPF samarbetar med SKPF, PRO och RPG för att gemensamt ge ökad tyngd åt de frågor där vi har en gemensam syn på vad som behövs för att dagens och framtidens seniorer ska erbjudas ett bra liv. Vi har tillsammans genomfört en enkät om seniorernas boende och boendeönskemål vars resultat kan ligga till grund för diskussioner i till exempel KPR.

Distriktet har under året försökt få insändare och debattartiklar publicerade i media. Vi har i olika sammanhang, bl.a. i RPR, lyft fram brister i lokal-och regional trafik vilka drabbar seniorer, ålderism när det gäller mammografi, brister när det gäller läkemedelssamtal och allt för långa väntetider för adekvat vård och de svårigheter som många äldre upplever att de har när de ska kontakta vården.

Ett stort samhällsproblem och ett problem för många äldre är ofrivillig ensamhet. Förbundet lyfter ofta fram problemet och ett antal av länets lokala föreningar har sökt medel till exempel från Socialstyrelsen för att motverka ofrivillig ensamhet. Distriktet har som ett bidrag i arbetet mot ofrivillig ensamhet avsatt 150 000 kr ur vilka länets föreningar kunnat söka medel för verksamheter/åtgärder för att motverka ofrivillig ensamhet. Verksamheter/ åtgärder som inte ryms inom ordinarie budget. Det har varit möjligt att söka max 10 000 kr. Fyra ansökningar lämnades in och samtliga beviljades sökta medel.

Representanter för distriktsstyrelsen har deltagit i konferens, anordnad av Region Örebro län i början av oktober, under rubriken "Hur kan vi tänka nytt?" när vi arbetar för att motverka ofrivillig ensamhet och psykisk ohälsa.

Under året har distriktsstyrelsen genom att en gång i månaden publicera "på gång" försökt sprida aktuell information till föreningar och medlemmar.

Distriktet har även 2025 ansökt om föreningsbidrag hos Region Örebro län. Ansökan beviljades till större delen.

Stämman för 2025

Stämman 2025 hölls på Karlskoga folkhögskola 2025-04-24. Femtio representanter från distriktets föreningar deltog i stämman liksom distriktets styrelse.
Distriktsordförande Siv Kanon inledde dagen och hälsade alla välkomna. Därefter informerade Tony Ring, kommunstyrelsens ordförande i Karlskoga, om stadens utveckling, växande försvarsindustri, planer för framtiden, mm.

Efter lunch presenterades den avgående styrelsen och stämman inleddes med Christina Pettersson från Guldsmedshyttan som ordförande och Carl Gustaf Lundström från Fjugesta som bisittare samt Lars Idstam från Lindesberg som sekreterare. Valberedningens ordförande Hans Nilsson från Hallsberg presenterade förslag till distriktsordförande samt ny-och omval av ledamöter i distriktsstyrelsen och revisorer.

Distriktsstyrelsen

Distriktsstyrelsen har haft 11 protokollförda styrelsemöten, inklusive konstituerande möte. Arbetsutskottet har haft 11 möten.

Styrelseledamöter 2025

Ordförande	Siv Kanon
Vice ordförande	Stig Blomqvist
Sekreterare	Lars Idstam
Kassör	Johan Strandberg
Ledamöter	Per Aspeli
	Birgitta Borg
	Tomas Hagenfors
	Anita Jakobsson Ström
	Sören Karlsson Arevång
Revisorer	Torsten Ericsson
	Margaretha Falk
Revisorsersättare	Karl-Åke Folkesson
	Owe Österberg

Verksamhetsansvariga

Webbredaktör och digitaliseringsansvarig	Christer Olsson
Trafik och säkerhet	Per Aspeli
Resor	Ann-Charlotte (Lotta) Gustavsson
Medlemsregister	Annika Gunnarsson
Marknad, avtal samt extern utbildning	Stig Blomqvist
Utbildning egen	Birgitta Borg
Regionala Pensionärsrådet	Tomas Hagenfors
Rekrytering	Siv Kanon
Kansli	Anita Jakobsson Ström

Medlemsregistret.

Medlemsregistret Softadmin har utvecklats vidare under året. En nyhet för året är att nya medlemmar som ansöker om medlemskap via hemsidan kan betala medlemsavgiften direkt med kort eller via Swish. Många nya medlemmar väljer att betala direkt vilket är bra för då blir de aktiva medlemmar direkt och riskerar inte att missa betalningen. Även befintliga medlemmar kan betala sin årsavgift via "mina sidor".

Administration, ekonomi och förvaltning,

Distriktets kanslilokal i Föreningarnas hus har varit bemannad varje vecka utom under ett sommaruppehåll och under jul och nyårshelgen. Öppettiderna, oftast två dagar per vecka, publiceras på vår hemsida och visas i SPF-appen. Trycket på kansliet har ökat beroende anmälningar till resor, konferenser och utbildningar.

Distriktet har under året kunnat erbjuda ett antal arrangemang som varit kostnadsfria för deltagarna. Heldag om hörsel under Folkhälsoveckan och Vårfest vid Gällersta forngård. Deltagande i distriktskonferens, RPR/KPR-konferens och distriktsstämma är likaså kostnadsfritt och distriktet ersätter resekostnader. Ett kostnadsneutralt utbyte mellan distrikt och föreningar står högt på agendan.
Medlemsavgiften till distriktet var oförändrad jämfört med 2024.

Digitalisering och webbhantering

Webbredaktören uppdaterar regelbundet distriktets hemsida med aktuell information om resor, kurser, konferenser mm vilka genomförs i distriktets regi och med nyheter från olika samarbetspartners som till exempel Studieförbundet Vuxenskolan, Region Örebro län och Länsstyrelsen. Webbredaktören lägger också in relevant information från till exempel Internetstiftelsen, Post-och telestyrelsen (PTS), länsstyrelsen och andra institutioner samt ansvarar för att månatlig information till exempel Trafik och säkerhet och "på gång" publiceras.
Webbredaktör, tillika distriktets digitaliseringsansvarige, har under året hållit fem utbildningar riktade till webbredaktörer, styrelse mfl samt är distriktsstyrelsen behjälplig med det digitala arbetet bla genom en intensiv heldagsutbildning under hösten.

Webbredaktör/digitaliseringsansvarig deltar med information vid distriktskonferenser samt i ett antal ytterligare konferenser och grupper såsom månadsvisa Zoommöten med andras digitaliseringsansvariga inom förbundet, länsstyrelsens grupp för säkra betalningar mm. Är aktiv när det gäller spridande av information om Länsstyrelsens utbildningar och har hjälpt Länsstyrelsen med kontaktpersoner för gratis utbildning om digitala betaltjänster på mindre orter som Östansjö, Närkesberg och Sköllersta.

Regionens pensionärsråd (RPR)

SPF Seniorernas Örebrodistrikt har tre representanter i RPR Siv Kanon, Birgitta Borg och Tomas Hagenfors som också är med i RPR:s arbetsutskott vilket innebär möjligheter att påverka agendan vid rådets sammanträden. Informella träffar genomförs även med övriga pensionärsorganisationer inför möten i RPR. I RPR behandlas frågor om sjuk- och hälsovård, kommunikationer inklusive färdtjänst som Regionen i Örebro Län ansvarar för. Regionens representanter har gett övergripande information om verksamheten.
Pensionärsorganisationerna har getts möjlighet att ställa frågor och lämna synpunkter.

Trafik och Säkerhet

Målet med distriktets trafik-och säkerhetsarbete är att insatserna ska bidra till att minska antalet trafik-och fallolyckor samt minska antalet bedrägerier mot äldre. Avsikten är att äldre ska kunna känna ökad trygghet i hemmet, i trafiken och på allmänna platser.
Informationsbladet "Trafik&Säkerhet har sänts ut till alla medlemmar med e-postadress och publiceras på distriktets hemsida varje månad där de återfinns under fliken Trafik&Säkerhet. Följande ämnen har tagits upp. HKP-P/Hemtjänst (Januari), snöras (februari), däckbyte (mars), "tuta och kör" (april), nya vägmärken (maj), körkort (juni), skydd i bilen (augusti), försäkringar (september), brandskydd (oktober), bilköp (november) och "julnötter" (december).

Utbildning/Konferenser - Egna

Distriktet har under året anordnat fyra konferenser riktade till personer med olika styrelsebefattningar i delokala föreningarna eller som har uppdrag att representera SPF i KPR och RPR.
Två av konferenserna har vänt sig till personer med uppdrag i kommunernas pensionärsråd-KPR. Syftet har varit att ge möjlighet för deltagarna ta upp och diskutera gemensamma frågor i kommunernas arbete med äldrefrågor och att få ta del av aktuella ämnen inom äldreområdet. Information om diskussioner i RPR har också lämnats till konferensens deltagare.
Vårens KPR-konferens 2025-03-03 genomfördes i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan då Maria Östby behandlade frågan om anhörigperspektiv i vården. Höstens KPR-konferens 2025-10-09 ägnades främst åt frågan om bostäder för seniorer. Aila Kollenberg och Emily Folke informerade om länsstyrelsens rapport Bostäder för äldre.
Vårens ordförandekonferens genomfördes 2025-03-13. Den ägnades bland annat åt intern information och diskussioner i "funktionsgrupper". Konferensen avslutades med att Professor Dag Stranneby informerade om AI och hur AI fungerar.

Höstens distriktskonferens (nytt namn) genomfördes2025-09-23. Den gästades av förbundets generalsekreterare, Peter Sikström, som gav deltagarna en inspirerande bild av förbundets arbete, främst på riksnivå. Information lämnades också om trygghetssamtal med hjälp av AI och om SeniorNet. Dagen ägnades i övrigt åt interna diskussioner och informationsutbyte.
Till distriktskonferenserna inbjuds tre representanter från var och en av länets lokala föreningar, i första hand ordförande, sekreterare och kassörer. Distriktets styrelse deltar i så stor utsträckning som möjligt.
Samtliga ovan angivna konferenser har genomförts på Svalan i Örebro.
Tisdag 2025-05-13 anordnade distriktet, inom ramen för förbudets Folkhälsovecka, en hörselkonferens till vilken länets alla medlemmar fick inbjudan. Konferensen genomfördes på City Conference i Örebro. Under förmiddagen informerade professor Jerker Rönnberg om hjärnans och kognitionens betydelse för hur vi hör, hur vi lyssnar och kommunicerar och om kopplingar mellan nedsatt hörsel och demens. Under eftermiddagen informerade audionom Magnus Hammar om hörselvården idag, dess historia och framtid. 150 seniorer (maxantal i lokalen) tog del av föreläsningar, välkomstfika och lunch. Konferensen var kostnadsfri för deltagarna.

Utbildningar - Externa
Representant för distriktsstyrelsen är medlem i ett antal olika föreningar för att kunna ta del av och sprida vidare aktuell information.
Äldrecentrum, som forskar om äldre och åldrande och ger ut tidningen/böckerna "Äldrecentrum" med fem nummer/år där man redovisar aktuell forskning, lästips och nya avhandlingar.
SeniorNet med möten via Zoom varje tisdag där man tar upp utbildningsfrågor inom data/IT och diskuterar och ger support.
Länsstyrelsens arbetsgrupp som bevakar och bearbetar grundläggande betaltjänster och följer utvecklingen av digitala tjänster i stort.
Dessutom bevakas utbildningar kring bedrägerier, intressanta webbinarier inom områden som kan vara av intresse för seniorer och information som ges om införande av nära vård. Även information om arbete mot och kunskap om hur man motverkar ofrivillig ensamhet bevakas.
När så bedöms lämpligt sprids information till SPF:s medlemmar i länet.

Resor
Distriktet har under året anordnat sex resor, alla populära och fullbokade.
2025-02-08-2025-04-14 anordnades blomsterresa till Holland med bl a. stora blomstertåget, blomsterauktion och båttur på Amsterdams kanaler.
Resa till Lofoten anordnades 2025-06-26-2025-07-03. Resan fick så många anmälningar att den dubblerades med ytterligare en resa en vecka senare. Resan gick via Östersund till Bodö och vidare till Solvear som är huvudort på Lofotenöarna. Under resan besöktes även Narvik, Abisko, Kiruna, Gällivare, Jokkmokk, Luleå och Höga kusten.

2025-9-16-2025-09-17 for 2 bussar med SPF-medlemmar till Stockholm för att åka sightseeingbåt under Stockholms broar för att därefter åka på kryssning med Birka till Åland och äta buffé.
2025-10-29-2025-11-12 anordnades resa till Andalusien med boende i Banalmadena och utflykter till bl a. Gibraltar och Malaga.
2025-11-30-2025-12-01 anordnades årets julbordsresa med Birka Gotland vilken även inkluderade adventskonsert i Blå hallen Stockholm stadshus.

Rekrytering

Distriktet har under 2025 inte satsat på någon rekryteringsutbildning riktad till distriktets föreningar beroende på att det varit svårt att locka deltagare till tidigare utbildningar och att distriktsstyrelsen inte märkt någon tydlig efterfrågan. Distriktet har istället satsat på kostnadsfria utbildningar för föreningarna, såsom RPR/KPR-konferens, distriktskonferens och avgiftsfri stämma. Distriktet har dessutom genomfört en kostnadsfri vårfest och en välbesökt kostnadsfri "hörseldag". Förbundet centralt har varit aktiva genom annonser på Facebook, i dagspress och i en del veckotidningar.

Folkhälsa

Distriktsstyrelsen har under året varit representerad i två så kallade brukarråd vilka organiseras av Region Örebro. Brukarråden är för Audiologen och för Centrum för hjälpmedel. Till råden bjuder regionen in pensionärsorganisationer och representanter för organisationer vars medlemmar berörs av audiologens och/eller centrum för hjälpmedelsverksamhet. Vi brukarrådens möten diskuteras kösituation, nyheter och utvecklingsarbete inom respektive område. Deltagande organisation kan anmäla frågor i förväg eller ställa frågor vid "sittande bord". Möjlighet att framföra synpunkter och idéer finns givetvis. Vid brukarrådet för audiologen har bl a framförts önskemål om att de som får hörapparat bör få hjälp att installera och hantera lämplig app för styrning av hörapparaten.

Representanter för styrelsen har i samtal med politiker och i RPR framfört vikten av att läkemedelssamtal genomförs i enlighet med befintligt regelverk och att åldersdiskriminering när det gäller mammografi tas bort.

Antal medlemmar i distriktet 31 december 2025

SPF Seniorerna Argenta Hällefors	120
SPF Seniorerna Askersund	268
SPF Seniorerna Axberg-Ervalla	177
SPF Seniorerna Club Skoga Nora	130
SPF Seniorerna Degerfors	45
SPF Seniorerna Fellingsbro	164
SPF Seniorerna Fjugestabygden	59
SPF Seniorerna Glanshammar	262
SPF Seniorerna Hallsberg	363
SPF Seniorerna Järnboås	12
SPF Seniorerna Kamraterna Örebro	532
SPF Seniorerna Karlskoga	873
SPF Seniorerna Kilsbergsbygden Örebro	138
SPF Seniorerna Kumlabygden	255
SPF Seniorerna Kvistbro-Mullhyttan	50
SPF Seniorerna Laxå	152
SPF Seniorerna Lerbäck	122
SPF Seniorerna Lindesberg	579
SPF Seniorerna Löa-Storåbygden	53
SPF Seniorerna Sköllersta-Pålsboda	123
SPF Seniorerna Örebro City	1121
SPF Seniorerna Östernärke	133
Summa	**5731**

Örebro den 16/3-26

Siv Kanon

Stig Blomqvist

Per Aspeli

Johan Strandberg

Tomas Hagenfors

Birgitta Borg

Sören Karlsson Arevång

Anita Jacobsson Ström

Lars Idstam