SPF Seniorerna Frejas
Verksamhetsplan för år 2025

SPF Seniorerna Freja är en förening för seniorer som vill träffas, resa, träna, utbilda sig och ha trevligt i största allmänhet. Vi har cirka 60 funktionärer som gör stora insatser för att ta hand om våra medlemmar som vid årsskiftet 2024/2025 var drygt 1750 till antalet.

Syftet med vår förening är att

- tillvarata våra medlemmars rättigheter och intressen inom bland annat boendefrågor, vård och omsorg. Detta sker t.ex. genom direkt deltagande i KPR (kommunala pensionärsrådet) samt i Dialogforum, tidigare Regionala Pensionärsrådet -RPR.
- erbjuda en aktiv gemenskap genom regelbundna månadsmöten, resor, studiebesök, studiecirklar, kurser, fysiska aktiviteter m.m.
- främja värdefull social gemenskap och motverka ofrivillig ensamhet.
- främja friskvård, hälso- och sjukdomsförebyggande åtgärder
- ge information om vad som händer inom vårt förbund och i aktuella seniorfrågor.

Föreningen har sökt stöd från Socialstyrelsen för ett projekt med syfte att motverka ofrivillig ensamhet. Det är ett högt prioriterat projekt som riktar sig bland annat till de medlemmar som, oavsett orsak, kan ha hamnat i ett socialt utanförskap och de som av en eller annan anledning inte känner sig bekväma med att använda t.ex. e-post eller annan digital teknik.

Föreningens planerade verksamhet under 2025 utgår från den verksamhet som bedrivits under 2024. Verksamheten presenteras bl.a. i en kalender som tillställes medlemmarna. Av denna framgår datum för planerade möten, kända aktiviteter, resor och utskick av månatliga mail till medlemmarna.

Kalendern blir ett arbetsredskap för styrelse och aktivitetsansvariga och kan kompletteras allt eftersom nya aktiviteter tillkommer.

Vi avser att fortsätta med ett varierat utbud av motionsaktiviteter, studiecirklar och kurser studiebesök och olika slags nöjen m.m. för att kunna erbjuda en palett av aktiviteter där alla medlemmar kan hitta något som passar.

Vi vill också bidra till att Frejakören, skolvolontärerna, äldre-volontärerna och bridgeklubben har en fortsatt livaktig verksamhet.

SPF Seniorerna Freja
Styrelsen