

TILLSAMMANS ÄR VI STARKARE BLI MEDLEM IDAG



"VI ÄR SENIORERNAS RÖST I SAMHÄLLET"

SPF Seniorerna är en partipolitiskt och religiöst obunden medlemsorganisation för alla som har rätt till pension, oavsett ålder. Idag har vi cirka 250 000 medlemmar och 800 föreningar i 26 distrikt runt om i landet. Vår förbundsordförande sedan juni 2017 är Eva Eriksson. Vi satte oss ner med henne för att låta henne ge sin syn på SPF Seniorernas roll i samhället och på hur hon arbetar när hon företräder medlemmarna.



Du är förbundsordförande för SPF Seniorerna. Vilken är din och förbundets uppgift?

– SPF Seniorerna är Sveriges äldsta seniororganisation. Vår viktigaste uppgift är lika aktuell nu som den var när vi bildades 1939: att föra pensionärernas talan på ett samlat sätt – eller, som vi säger idag, att vi är seniorernas röst i samhället. "Folkpensionärerna kräver full försörjning utan fattigvård" var vårt uppdrag i förbundets barndom. "SPF Seniorerna kräver ett pensionssystem värt namnet och som ger inkomster som det går att leva på" är förbundets och mitt uppdrag idag. Och vårt syfte som påverkansorganisation – såväl nationellt som lokalt – har aldrig varit mer aktuellt än nu, konstaterar Eva.

– I min ordföranderoll utgår jag ifrån ett livslångt engagemang för människor. Jag har länge engagerat mig i och för organisationer som står bakom och lyfter människor och som ser den enskilda individen. För mig är det också grundläggande i uppdraget att jag är påläst och att jag förankrar förbundets ställningstaganden i förbundsstyrelsen och ute i distrikt och föreningar.

Vilka frågor ser du som de viktigaste att arbeta med framöver?

– Vi ska fortsätta att kraftfullt driva frågan om ett förändrat pensionssystem och vi ska bekämpa ålderismen i samhället. Något som jag tycker är oerhört viktigt är att vi alla ska ha de bästa möjligheterna och förutsättningarna för att kunna leva fria hela livet. Det ligger så mycket i uttrycket att "leva fri" som vi ska värna om och arbeta för, menar Eva och fortsätter:

– För mig handlar det om att alla seniorer inte kan ses som ett enda stort kollektiv. Tyvärr förutsätts många av oss inte kunna – eller vilja – fatta egna beslut. Men vi seniorer är alla olika. Vi är unika, med egen vilja och egna önskemål. Vi har levt ett långt liv, där vi hela tiden har behövt fatta en rad viktiga beslut. Det är vår självklara rätt att fortsätta göra det i kraft av vår senioritet.

Sju goda skäl att bli medlem

- Du stödjer SPF Seniorernas äldrepolitiska arbete.
- Du erbjuds ett rikt programutbud och aktiviteter.
- Du kan delta i motionsaktiviteter och mästerskap.
- Du erbjuds en förmånlig olycksfalls- och livförsäkring.
- Du får Senioren – prisbelönt tidning för seniorer.
- Du får rabatter på en mängd produkter och tjänster.
- Du får aktuell information på vår hemsida www.spfseniorerna.se/norraalvsborg



Letar du
nytt boende?

Se vår hemsida
www.valbohem.se

 **VALBOHEM**
Naturnära boende

Att spela boule

Att spela boule tillsammans ger både gemenskap och friskvård! Det är lätt att lära sig, någon som spelat tidigare kan enkelt förklara hur du bäst ska kasta ditt klot för att nå "Lillen", det lilla färgade klotet. Du har roligt samtidigt som du får motion: under en timmes spel kommer du ha gått omkring 1,5 kilometer och tränat rörlighet när du böjt dig efter kloten.

I pausen kan du äta medhavd matsäck och umgås och få information och svar på eventuella frågor. Du kommer snart förstå varför många spelar boule flera gånger i veckan!

Kom med i gemenskapen!

Inom SPF Seniorerna Norra Älvsborg finns distriktsförbundet och 20 lokalföreningar. Såväl distriktet som lokalföreningarna anordnar en mängd aktiviteter som ger social gemenskap, och det är för många den viktigaste anledningen att bli medlem. Att dela upplevelser med andra gör dem ännu roligare, och vi vet också att ju mer rörelse och hjärngympa vi får, desto friskare håller vi oss.

Lokalföreningarna och de enskilda medlemmarna är navet i en ideell verksamhet som sätter seniorlivet i fokus. Varje förening erbjuder en aktiv fritid med bland annat föreningsträffar, studiecirkel, resor och utflykter, motion och friskvård, boule, bridge, kulturella aktiviteter, dans, musik och körsång och inte minst Hjärnkoll-den årliga frågetävlingen där det vinnande distriktslaget kommer till riksfinalen i Stockholm.

Vi i SPF Seniorerna Norra Älvsborg verkar för en trivsamt gemenskap som ger ökad livskvalitet. Så tveka inte, kom med på nästa aktivitet, eller varför inte skapa en ny? Du är varmt välkommen!

På din lokalförenings hemsida hittar du hela programmet med alla aktiviteter.



KONTAKT

Vallgatan 28

46231 Vänersborg



Tel: 0763 - 470 600



E-post: spfnorraalvsborg@gmail.com



Hemsida: www.spfseniorerna.se/norraalvsborg

Vi finns för våra medlemmar

I SPF Seniorerna fungerar distriktet som ett stöd och en sammanhållande länk mellan föreningarna. En del utbildningar, föreningskunskap, informationsspridning, opinionsbildning och administration bedrivs effektivt i förbund och distrikt.



Med lokala representanter i kommunernas pensionärsråd (KPR), i regionens regionråd (RPR) och hälso- och sjukvårdsnämnder (HSN Norra och HSN Västra) kan SPF Seniorerna påverka och driva aktuella seniorfrågor. Vi hjälper politikerna att ta rätt beslut i frågor som rör oss. Organisationen tillhandahåller administrativa redskap för lokalföreningarna, en medlems-tidning med hög kvalitet och en effektiv opinionsbildning. Information och idéer fångas upp på olika nivåer och sprids inom organisationen. SPF Seniorerna kan därför vara opinionsbildande och påverka på flera nivåer i samhället.

Medlemsförmåner

- **If** – Mellan 5 och 50 % rabatt på olika typer av försäkringar
- **MySafety** – Gratis spärrtjänst och rabatterat bedrägeriskydd
- **Skandia** – Försäkringar kostnadsfritt de första tre månaderna samt grupp-försäkring
- **E.On** – Rabatterat elpris
- **Hallon** – Billiga mobilabonnemang
- **Tallink Silja Line** – Rabatter på kryssningar och hotellresor
- **Kostnadsfri konsumentvägledning** – I samarbete med Sveriges Konsumenter och Råd & Rön
- **Familjejuridik** – Förmåner hos Familjens Jurist, Fonus och Lavendla Juridik
- **Bonniers bokklubb** – Boktips och förmånliga erbjudanden
- **Readly** – Rabatt på obegränsad digital läsning av tusentals magasin
- **BookBeat** – Rabatt på över hundratusen ljud- och e-böcker

Ett boende för dig som vill

leva socialt och aktivt



Trygghetsboende
i Trollhättan

Eidars trygghetsboenden i Trollhättan är till för dig som är över 65 år och vill bo själv men önskar ett socialt och aktivt liv. Här rör du om dig själv, som i vilken lägenhet som helst. Men utöver en egen trivsamt lägenhet har du tillgång till en gemensamhetslokal där alla boende har möjlighet att träffas och umgås.

I ett trygghetsboende kan du vara med på aktiviteter som Eidars trygghetsboendevårdar arrangerar. Det kan vara allt från allsång till frågesport, eller bara en fika tillsammans med grannarna.

Alla lägenheter i Eidars trygghetsboenden är tillgänglighetsanpassade så att det exempelvis fungerar bra att röra sig i lägenheten med rullstol. Ett trygghetsboende är tryggt och bekymmersfritt boende med lite guldkant på tillvaron.

Välkommen att söka lägenhet hos Eidar!

Läs mer på
www.eidar.se/trygghetsboenden



Eidars vårdar på trygghetsboendena arrangerar många olika roliga aktiviteter, utflykter, middagar, dans och mycket mer.



Eidar 
TROLLHÄTTANS BOSTADSBOLAG