

NYHETS BREV

SPF SENIORERNA SKÅNEDISTRIKTET

Välkommen till Skånedistriktets digitala nyhetsbrev med information och nyheter från distriktet. Det skickas ut till alla medlemmar i SPF Seniorerna Skånedistriktet med en registrerad e-postadress.

Bästa SPF:are!

Tiden går fort när man har roligt och snart har även SPF-året 2023 gått till historien.

Denna höst har varit en extra intensiv tid för oss i distriktsstyrelsen. I år ville vi nämligen testa att genomföra distriktets årliga Föreningskonferens i en annan tappning. Istället för den traditionella konferensdagen i Eslöv, har vi denna höst anordnat sex mindre, lokala föreningsmöten för förtroendevalda från föreningarna. Utvärderingen efteråt visade att upplägget blev väldigt uppskattat. Distriktsstyrelsen hoppas att det främjar samarbete över föreningsgränser som i förlängningen kommer Er, våra uppskattade medlemmar, till godo. För det går inte att blunda för att vi idag befinner oss i ekonomiskt kärvare tider, något som naturligtvis också påverkar föreningslivet. SPF Seniorernas förbundsstyrelse har i höst presenterat en tuff besparingsplan som kommer att påverka distriktets och föreningarnas verksamhet. Därför är det kanske viktigare än någonsin att närliggande föreningar har ett utökat samarbete med till exempel vissa gemensamma arrangemang för att hålla nere kostnaderna.

Under 2023 har Skånedistriktet också anordnat en del andra utbildningar och konferenser, och våra årliga distriktsmästerskap har genomförts i grenarna Golf, Pargolf, Hjärnkoll, Boule och Bowling. DM i Orientering och Bridge fick tyvärr ställas in på grund av för få anmälda, men intresset var desto större för DM i Bowling i Eslöv i september där man fick lägga in en extra dag så att alla närmare 80 deltagare fick möjlighet att spela. Ett stort tack till alla eldsjälarna som hjälpte till att genomföra distriktsmästerskapen; vad skulle vi ha gjort utan Er?

Snart börjar ett nytt verksamhetsår och jag hoppas att få återse Er alla som medlemmar 2024. Ditt medlemskap är viktigt. Tillsammans är vi starkare *och* har roligare! Förutom att Du som medlem kan delta i alla trevliga aktiviteter som Din förening anordnar, så bidrar Du också till SPF Seniorernas viktiga påverkansarbete för bättre villkor för äldre i samhället. Skånedistriktet är landets näst största distrikt och trots en lätt nedåtgående kurva i hela landet fortsätter vi i Skåne att öka i medlemstal, vilket gläder mig. Men vi blir gärna ännu fler! Tipsa gärna en granne eller vän om SPF.

Nu närmar sig julen med stormsteg och avslutningsvis vill jag önska Er alla trevliga högtidsdagar. På återseende 2024!

God Jul och Gott Nytt År önskar

Knut Sigander

Ordförande i SPF Seniorerna Skånedistriktet



Julstängt på distriktskansliet

Distriktskansliet i Höör håller stängt vecka 52 och 1.
Från måndagen den 8 januari når du oss åter måndag–torsdag
kl 9–12, 0413-291 14, spf.skane@telia.com

Kanslipersonalen önskar alla en riktigt
God Jul och ett Gott Nytt År!

Kort och gott från Skånedistriktet

Motioner till distriktsstämman 2024

Datumet för nästa distriktsstämma är 18 april 2024. Motioner till distriktsstämman ska vara distriktskansliet tillhanda allra senast 21 mars 2024, men gärna tidigare. Alla medlemmar i SPF Seniorerna har rätt att inkomma med motioner. Om du som enskild medlem vill skicka in en motion, ska den skickas till din föreningsstyrelse först för ett yttrande. Skicka därför in din motion i god tid till din förening!

Besparingstider inom SPF

Ingen har väl undgått att det är kärva ekonomiska tider i Sverige just nu. På förbunds nivå har man presenterat ett besparingsförslag för de kommande åren som kommer att påverka både distriktets och föreningarnas ekonomi. Förbundet kommer också att höja sin årsavgift med 30 kronor, enligt ett beslut som togs på Förbundskongressen i år. Förändringen träder dock i kraft först 2025 så den påverkar *inte* medlemsavgiften för 2024.

Vill du dela med dig av dina kunskaper?

Många besitter kunskaper och specialintressen som man kanske själv inte tycker är så märkliga, men som kan intressera andra som vill lära sig. Föreningsverksamhet bygger på ideella krafter och det är medlemmarna själva som påverkar vad som händer i föreningen. Fundera därför gärna på om du kan tänka dig att bidra med dina kunskaper, det kan vara allt från fjärlilsskådning, knyppling, snickeri, matlagning eller släktforskning! Kontakta gärna din föreningsstyrelse om du vill bidra med någon trevlig aktivitet i verksamheten eller om du vill diskutera någon idé.

KPR-konferens i Eslöv 20 mars 2024

Distriktet vill tipsa alla medlemmar om den kommande KPR-konferensen i Eslöv den 20 mars, "Åldrande i en föränderlig värld". Konferensen riktar sig i första hand till förtroendevalda i KPR och CPR, men alla intresserade är välkomna. Håll utkik på hemsidan under "Utbildningar" där inbjudan och mer information kommer att publiceras framöver.

Tips och övrig information

Operett med rabatt för SPF-medlemmar

Lunds Operettsällskap sätter 2024 upp Oscar Straus klassiska wiener-operett "De glada Nibelungarna" från 1904 i nyöversättning till svenska. SPF-medlemmar erbjuds möjlighet att köpa biljetter till Genrepet den 22 februari 2024 kl 19:00. Priset för genrepet är 150 kr (ordinarie biljettpris 290 kr) och gäller när man använder sig av länken nedan. Övriga föreställningar spelas på Folkparken i Lund 23 februari–3 mars 2024.

Biljetter beställs via Nortic, klicka [HÄR](#) för att komma direkt till rabatten. Läs mer på: www.lundsoperett.se
Vid frågor, kontakta ordforande@lundsoperett.se

Bli en mera medveten internetanvändare

Nästan alla svenskar använder internet idag. Både unga och äldre, de som gillar teknik och de som inte alls gör det. Alla behöver ha grundkunskaper för att kunna hantera digitala tjänster, förstå hur de fungerar och hur de påverkar samhället.

Internetstiftelsen samlar kunskap om nätet och digitala tjänster som alla har användning för i sin vardag. Skånedistriktet kan varmt rekommendera Internetstiftelsens hemsida som du hittar genom att klicka [HÄR](#)

Livsstilsverktyget från Göteborgs Universitet

Vill du veta hur du kan bibehålla god hälsa och förebygga sjukdomar? Forskare vid Göteborgs universitet har upptäckt att något så enkelt som en kvart med ett onlineverktyg varannan vecka kan förbättra hälsan och ge dig ett nytt sätt att må bättre, förebygga eller hantera livsstilssjukdomar, och lära dig mer om dig själv och din hälsa. Inte bara fysiskt utan också psykiskt, socialt och existentiellt.

Livsstilsverktyget är en av Sveriges största satsningar för folkhälsan. Du får tillgång till verktyget under tre år och du deltar på så sätt i en vetenskaplig studie där det kommer att analyseras hur verktyget förbättrar din hälsa, ditt välmående och förebygger sjukdom. Studien är kostnadsfri.

Nyfiken? Läs mer på www.livsstilsverktyget.se eller klicka [HÄR](#).

Vad trevligt att du läste vårt nyhetsbrev, vi hoppas att det uppskattades.
Distriktskansliet har telefontid måndag–torsdag kl. 9.00–12.00. Tel 0413-291 14.

Titta gärna in på hemsidan, www.spfseniorerna.se/skanedistriktet/

Vår e-postadress är spf.skane@telia.com Postadress: Västergatan 15 B, 243 31 Höör.