

# 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.



### Julhälsning från ordföranden



Våra SPF föreningar har under hösten kommit igång med aktiviteter efter en lång period som präglats av bristen på gemenskap på grund av pandemin. Efter vaccinationer har vi kunnat "andas ut". Glädjen har varit stor att få träffas! Men – nu tornar pandemimolnen upp sig igen och vi står inför ett scenario med covidpass och eventuellt ytterligare restriktioner.

Under pandemin har vi skaffat oss färdigheter och vanor vi inte hade tidigare. Vi har blivit mer digitala, vi har hittat möjligheter till utomhusaktiviteter och framför allt har vi i våra föreningar blivit mer flexibla och vant oss vid att snabbt kunna ställa om. Kort sagt – vi har nu en helt annan beredskap att klara ytterligare en kärv period om det skulle behövas!

SPF är idag en aktiv och tung röst i samhällsdebatten när det gäller seniorpolitiska frågor. Detta påverkansarbete kommer att bli en viktig uppgift nästa år. Tyvärr är det så att vi under pandemin har tappat medlemmar vilket gör att uppgiften att återfå gamla medlemmar och värva nya är viktig. Ju fler medlemmar SPF representerar, desto större påverkansmöjlighet har vi.

Jag hoppas att det kommande året blir ett år när våra medlemmar – gamla och förhoppningsvis många nya – får del av den glädje och gemenskap som det innebär att vara medlem i SPF. Jag vill också passa på att rikta ett stort tack till alla er som ger så mycket av er tid och kraft till ideellt arbete inom SPF. Det är ni som utgör grunden för verksamheten. Ni är ovärderliga!

Önskar er alla en **God Jul och ett Gott Nytt År!**

*Knut Sigander*  
Ordförande SPF Seniorerna Skånedistriktet



## Kort från Distriktet

### DM 2022

Nytt för 2022 är att det kommer att bli DM i orientering i Skåne! Det kommer att ske i Fulltofta naturområde torsdagen den 12 maj 2022. Klasser: D/H60, D/H65, D/H70, D/H75, D/H80, D/H85.

Gunbritt Johansson från distriktsstyrelsen har utsetts till ambassadör för DM i orientering, som blir ett samarbete mellan SPF Seniorerna Skånedistriktet, PRO och Frosta OK. I övrigt kommer DM att anordnas i samma grenar som vanligt: Golf, Pargolf, Bridge, Boule, Bowling och Hjärnkoll.

### Ambassadör för bowling sökes!

Brinner du för bowling och kan du tänka dig att bli Skånedistriktets nya ambassadör/samordnare för bowling? Kontakta distriktskansliet för mer information!

### Ansvariga för DM-grenarna i föreningarna

Distriktskansliet vill gärna få reda på vilka som är ansvariga i föreningarna för DM-grenarna så det ska bli rätt i medlemsregistret. Rapportera gärna namn på ansvariga i er förening till [spf.skane@telia.com](mailto:spf.skane@telia.com)

### Distriktsstämman 2022

Datumet för nästa års distriktsstämma är fastställt till den 7 april. Anteckna gärna datumet redan nu!

### Central uppbörd för alla

Från och med 2022 har samtliga föreningar i Skåne gått över till central uppbörd. Det innebär att betalnings-avierna för medlemskap inte längre kommer från din egen förening utan från Förbundet. Om du tidigare fått inbetalningskort från din förening, är det bra att vara uppmärksam på att det nu är ett annat bankgironummer när du betalar in din medlemsavgift. Väl mött 2022!

## Övriga nyheter och tips

### Folkhälsoveckan 2022

Boka in den 15–19 maj för då går SPF Seniorernas Folkhälsovecka 2022 av stapeln.

Eftersom årets vecka blev en succé, kommer Folkhälsoveckan att upprepas 2022. Föreningarna bestämmer själva om de vill delta och ha egna aktiviteter under veckan. Alla aktivitetstips och stödmaterial som togs fram inför årets vecka finns kvar på intranätet och är fritt att använda. Förbundet erbjuder även denna gång digitala föreläsningar och andra aktiviteter samt en nationell utmaning som vi kan delta i tillsammans. Mer information följer under våren.

### Värva en ny medlem och få en Sverigelott!

Suget efter att umgås och träffa andra är stort efter ett drygt år då det sociala umgänget varit mycket begränsat för de flesta. Av förställiga skäl har även föreningsverksamheten gått på sparlåga under pandemin. Men nu har det blivit fart på verksamheten igen! Berätta gärna om SPF för dina vänner och grannar så att fler hittar till oss. Om du värvar en ny medlem får du en Sverigelott hemskickad som tack. Läs [här](#) om hur du gör. Tillsammans är vi starka och dessutom har vi roligare!

### Vill du gnugga geniknölarna?

Lunds Senioruniversitetet erbjuder intressanta föreläsningar i olika ämnen samt resor, utflykter och studiebesök. På hemsidan finns programmet för säsongen. Klicka [här](#)

### Seniorhandboken

SPF har gett ut en diger handbok fylld med matnyttig information för dig som är pensionär eller snart blir det. Varje år får SPF Seniorerna många frågor rörande seniorer från allmänheten och medlemmar. Det kan vara samhällsfrågor om hur pensionssystemet fungerar eller hur du överklagar en kommuns beslut. Det kan också vara frågor om privatlivet – hur man tar sig igenom en livskris eller hur man kan träffa en ny livskamrat. SPF Seniorerna har sammanställt våra svar till en handbok för att sprida kunskapen till fler. [Här](#) kan du läsa om handboken och hur du beställer den.

### Hjälp andra och må bättre själv

Sveriges volontärarbete bärs upp av oss pensionärer! Det är ett bra sätt att bidra med sin livserfarenhet, kunskap och sitt engagemang. Volontärbyrån hjälper människor och ideella organisationer att hitta varandra och bjuder ofta in till inspirationsträffar för 65+. Läs mer [här!](#)

**Skånedistriktet önskar alla medlemmar en God Jul och ett Gott Nytt År!**



Vad trevligt att du läste vårt nyhetsbrev, vi hoppas att det uppskattades. Du kan alltid nå distriktskansliet på telefontid måndag–torsdag kl. 9.00–12.00. Titta gärna in på hemsidan, <https://www.spfseniorerna.se/skanedistriktet/> Vår e-postadress är [spf.skane@telia.com](mailto:spf.skane@telia.com) Postadress: Västergatan 15 B, 243 31 Höör.