

SKPF

pensionärerna

AVDELNING 8

PROGRAM 2020



Hej SKPF-medlem!

Vår idé är det jämlika och jämställda samhället, där ålder inte spelar någon roll, där vi som har lämnat yrkeslivet bakom oss kan leva ett värdigt liv i ekonomisk och social trygghet. SKPF Pensionärerna i Eskilstuna/Strängnäs avd 8 arbetar för ett samhälle där äldre inte diskrimineras, utan istället ges möjligheter till ett bra liv med god hälsa och bra omvårdnad och sjukvård.

Du har nu 2020 års mötes- och aktivitetsprogram i din hand. Vi försöker tillgodose olika intressen och som du ser finns det flera valmöjligheter.

Har du förslag på andra aktiviteter - hör av dig!

På våra medlemsmöten har vi aktuell information, ibland gäster som informerar/föreläser om något som känns aktuellt, liksom vad som är på gång i kommuner och region och som berör oss pensionärer. Vi försöker också att på varje möte ha ett kulturinslag.

Programmet för 2020 visar en del av det vår förening planerar för under året, men det kommer flera aktiviteter såsom resor och studiebesök. Det berättar vi om på medlemsmöten eller i lokalpressen. Var därför uppmärksam på Föreningsnytt i lokaltidningen eller besök vår hemsida på www.skpf.se och sök på avdelning 8 där kan du se aktuell information.

Varmt välkommen till din förening och vi hoppas att du känner både trivsel och gemenskap i SKPF:s avdelning 8.

Eskilstuna i december 2019
Styrelsen

Möten 2020



JANUARI

7 tisdag kl 13:30 – Medlemsmöte. Underhållning.

23 torsdag kl 13-15 Torsdagscafé

FEBRUARI

3 måndag kl 13:30 Medlemsmöte. Underhållning.

20 torsdag kl 13-15 Torsdagscafé

MARS

2 måndag kl 13:30 – Årsmöte. Underhållning.

26 torsdag kl 13-15 Torsdagscafé

Vecka 12 – Vårsalongen

APRIL

6 måndag kl 13:30 – Medlemsmöte. Underhållning.

23 torsdag kl 13-15 Torsdagscafé

24 fredag kl 13.30 - Sillunch

MAJ

4 måndag kl 13:30 – Medlemsmöte. Underhållning.

13 onsdag Utflykt till Sundbyholms Slottspark

Resa ut i det blå

AUGUSTI

3 måndag 13:30 – Medlemsmöte. Underhållning.

27 torsdag kl 13-15 Torsdagscafé

SEPTEMBER

7 måndag kl 13:30 – Medlemsmöte. Underhållning.

24 torsdag kl 13-15 Torsdagscafé

16 onsdag Utflykt till Sörmlandsleden (Hälleforsnäs)

OKTOBER

5 måndag kl 13:30 – Medlemsmöte. Underhållning.

22 torsdag kl 13-15 Torsdagscafé

NOVEMBER

2 måndag kl 13:30 – Medlemsmöte. Underhållning.

26 torsdag kl 13-15 Torsdagscafé

DECEMBER

7 måndag kl 13:30 - Medlemsmöte och Lucia

Under 2020 fortsätter vi med någon form av aktivitet på söndagar, vi återkommer med mer information på medlemsmöten och i föreningsnytt.

Verksamhetsgrupper 2020

Under 2019 utsåg styrelsen ett antal verksamhetsgrupper, där deltagarna inom respektive område svarar för planering och genomförande.

Dessa grupper är: Friskvård/Hälsa, Program, Trivsel, Studier och Resor.

Utöver medlemsmöten och torsdagscaféer anordnar avdelningen Studiebesök och Dagsutflykter.

Information på medlemsmöten, i Föreningsnytt och på Hemsidan (www.skpf.se)

STYRELSEMÖTEN TORSDAGAR 2020

23 januari	juni
20 februari	18-19 augusti
26 mars	24 september
23 april	22 oktober
28 maj	26 november

Kommunala pensionärsrådet KPR



KPR är ett samrådsorgan för överläggningar, samråd och ömsesidigt informationsutbyte mellan företrädare för pensionärsorganisationerna och kommunen (nämnder och bolag).

Rådet ska tillsammans med kommunens nämnder, förvaltningar och företag skapa goda förutsättningar för äldre personer att leva och verka i Eskilstuna. Därför arbetar vi för

- att stärka inflytandet i frågor som rör äldre
- att bevaka att kommunala planer och beslut tar hänsyn till äldres behov
- att vara remissinstans i aktuella frågor
- att vara ett forum för opinionsbildning och kunskapsspridning

SKPF avd 8 representeras av 6 ordinarie ledamöter samt 2 ersättare i Rådet, dessutom 1 ordinarie samt 1 ersättare i KPRs Arbetsutskott. Rådet sammanträder 4 gånger/år.

Inom rådet finns ett antal arbetsgrupper med olika ämnesområden, såsom boende, trafik, välfärdsteknologi, information, samt hemtjänst. Arbetet inom dessa grupper har till syfte att stödja och utveckla rådets verksamheter i kunskap och information inom berörda områden.

En av de största och viktigaste frågorna är, både nu och för framtiden, personalförsörjningen och de olika boendeformerna för seniorer.

Vi kräver ökad förståelse för de äldres situation och att tillräckliga resurser avsätts till vård och omsorg och till forskning och utbildning inom äldreområdet. Se även rådets hemsida: eskilstuna.se/pensionarsradet

Kom med i våra grupper!

Friskvård ger både motion
och trevlig samvaro

Boule.

Måndagar kl 14-15 MunktellArenan



Bangolf

Onsdagar kl 11 i Vilsta

Maj-September

Tisdagar kl 14

MunktellArenan

Oktober-April



Bowling

Torsdagar 10.00 Eskilstuna

Bowlingcenter Rademachergatan



Promenad/Stavgång

Tisdagar kl 10 på Djurgården.

Samling vid Djurgårdskiosken

Tisdagar kl 10 i Vilsta. Samling vid
Raststugan. Ta buss nr 6.

Onsdagar kl 10.00 i Odlarskogen

Lång slinga, 2575m, lätt, bred slinga

900 m. Samling vid Odlarskolan.



Sittgympa

Tisdagar kl 13 jämna veckor

Seniorcentrum

Vattengymnastik

Torsdagar kl 14.50

Hydrotrim Gillbergavägen 1

Anmälan tel 016-13 33 01



Läse/Bokcirkel

Kontaktperson

Monica Wallman 076-8903037



Körsång

Varannan torsdag kl: 13.00

Kontaktperson Monica Wallman



Bingo

Tisdagar kl 13.00. Ojämna
veckor. Seniorcentrum.

Kontaktperson Anette Skau
070-0163785





Vårsalongen 2020

Seniorcentrum

Konst och Hantverk

Vernissage

Torsdag 19 mars kl 12.15

Utställningen pågår under tiden:

19-21 mars kl 11-16 och

22 mars kl 11-15

Kaffeservering

Inlämning av alster: Tisdag 17 mars kl 11-16

Arrangörer: Pensionärsföreningarna
SPF, Vision-P, SKPF, PRO, ESU
i samarbete med



ARBETARNAS
BILDNINGSFÖRBUND



Länktips för dig som surfar eller vill surfamer

www.oppetarkiv.se Här kan du gratis genom datorn titta på ett brett utbud av program ur den svenska tv-historien.

www.svtplay.se Här kan du gratis titta på SVT:s program i repris, den senaste nyhetssändningen och mycket mer.

www.eskilstuna.se Här finner du nyttig information om vad som är på gång i kommunen. Stanna en stund och klicka runt för att upptäcka allt från Eskilstålan, stadsbiblioteket, öppettider på badhuset, bygglovsansökningar, mötesplatser för seniorer och mycket mer.

www.skpf.se Surfa in och läs om vad som är på gång i förbundet.

www.1177.se Sjukvårdsgivningens hemsida. Info från regionen.

www.youtube.com Här finner du både enkel och djupare underhållning i form av filmer, gratis. Sök på söta kattungar eller Elvis gamla musikvideor och mycket mycket mer.

Tips och förmåner

Folksam

Genom ditt medlemskap i SKPF som har avtal med oss har du tillgång till mycket förmånliga försäkringar. Att vara försäkrad mot plötsliga utgifter är minst lika viktigt efter pensionen som när du arbetar. Det är dessutom aldrig för sent att starta ett sparande. Läs mer på www.folksam.se/skpf eller ring: 0771-950 950



Du glömmer väl inte bort att läsa om rabatter och erbjudanden på www.smartsenior.se

FONUS

Vi finns när du behöver oss

Tänk på att du kan hämta upp en check på 500 kr hos Fonus på SKPF-expeditionen vid medlems bortgång.

Kommunala restauranger öppna för allmänheten

Marielund

Moa Martinssons gata 18

016-710 28 73

Öppet alla dagar

Lunch: 11:45-13:30

Café: 14:30-15:30

Nålmakaren

Grängsgatan 2

016-710 27 31

Öppet alla dagar

Frukost: 07:45-09:30

Lunch: 11:30-13:30

Café: 07:45-15:30

Åbacken

Ådalsvägen 6 A

016-710 53 32

Öppet alla dagar

Lunch: 11:30-13:30

Café: 09:00-16:00

Måsta Äng

Måstaängsvägen 2

016-710 50 57

Öppet alla dagar

Lunch: 11:30-13:30

Café: 10:00-15:00

Strigeln

Köpmangatan 10-14

016-710 26 59

Öppet alla dagar

Frukost: 08:00-09:30

Lunch: 11:30-13:30

Café: 08:00-15:30

Spångagården

Germundsgatan 39

016-7107312

Öppet alla dagar

Lunch 11.30-13.30

Styrelsen (tom årsmötet 2020)

Ordförande	Kerstin Lagberg	070-626 68 66
Vice ordförande	Solveig Bragman	073-035 17 41
Kassör	Jan-Ove Olsson	070-651 06 03
Sekreterare	Ingegerd Åkerlund	070-314 76 60
Studieorganisatör	Ingegerd Åkerlund	
Ledamot	Eva Olsson	073-532 27 04
Ledamot	Gunilla Johansson	073-387 03 65
Ledamot	Maj Lundkvist	070-559 16 28
Ersättare	Göran Augustsson	070-777 55 90
Ersättare	Ingalill Einer	070-248 84 10
Ersättare	Birgit Kindahl	070-375 42 13
Ersättare	Kerstin Markvardsen	076-252 88 35
Försäkringar	Rolf Bragman	073-965 54 52
Konsument-ansv	Anita Pettersson	070-340 44 22
Valberedning	Alf Egnerfors	070-314 27 70
Valberedning	Inger Eriksson	073-576 33 75
Valberedning	Bo Larsson	070-263 28 38
Revisorer	Yvonne Pettersson	070-284 44 07
Revisorer	Jorun Larsson	076-214 40 57

Vi är starka

Vi är en kraft att räkna med och vår röst hörs. Vi står upp för trygghet och välfärd. Vi arbetar för en fungerande äldreomsorg och pensioner som går att leva på.



Expeditionen finns på Alva Myrdals gata 3

Bemannad tisdagar o torsdagar kl 10:00-12:00

Telefon: 016 - 14 38 17 eller 073 - 614 72 01

E-post: eskilstuna.avd8@skpf.se

Förbundets hemsida är: www.skpf.se

Medlemsmötena är på Seniorcentrum.

Annonsering under Föreningsnytt i Eskilstuna Kuriren.