

# 2024

# Förening



## Verksamhetsplan

# 2024

## PRO-förening planerar för framtiden

Inför 2024 är det viktigt att vi har en gemensam plattform att planera verksamheten utifrån.

Tanken är att Riksorganisationens och Distriktets planerings-Underlag skall ligga till grund för Föreningens verksamhetsplan.

PRO skall erbjuda medlemmarna en mötesplats för gemenskap, personlig utveckling, glädje och hälsa.

Vi måste hela tiden tänka på att rekrytera nya medlemmar, samtidigt som vi behåller dom som redan är med.

Utmaningen är att i en tid när antalet pensionärer växer, stärka vår position och bli en ännu bättre och starkare organisation.

Ännu fler pensionärer skall tycka att det är positivt att vara PRO-medlemmar.

Från styrelsens sida vill vi prioritera följande:

- Vi skall på olika sätt kontakta blivande och nyblivna pensionärer om PRO och informera om vår verksamhet.
- Vi skall bli ännu bättre på att ta emot nya medlemmar och förbättra medlemsvården.
- Vi skall fortsätta driva våra prioriterade frågor i det kommunala Äldre- och omsorgrådet.
- Vi skall få fler medlemmar att ägna sig åt fysiska aktiviteter i olika former.
- Vi skall erbjuda kurser för våra förtroendevalda.
- Vi skall även erbjuda ett attraktivt utbud av cirklar för våra medlemmar.
- För våra äldre medlemmar 85+ ska det även fortsättningsvis vara gratis inträde på våra månadsträffar.

## 1. Månadsträffar

För verksamhetsåret 2024 föreslås att vi håller våra månadsträffar på samma sätt som tidigare år.

Tisdag den 6 februari	Vakant	Trosa
Tisdag den 5 mars	Årsmöte	Trosa
Tisdag den 9 april	Distriktets försäkringsansvarig kommer	Lånesta
Måndag den 6 maj	Musik	Trosa
Tisdag den 11 juni	Sill lunch	Lånesta
Tisdag den 20 augusti	Grill träff	Lånesta
Tisdag den 3 september	Studieupptakt	Trosa
Tisdag den 1 oktober	Vakant	Lånesta
Tisdag den 5 november	Budget, föreningsavgift och verksamhetsplan för 2025	Trosa
Tisdag den 3 december	Jul lunch	Lånesta

### 2025

Tisdag den 4 februari	Vakant	Trosa
Tisdag den 4 mars	Årsmöte	Trosa

## **2. Stavgång**

Vi går stavgång tillsammans med SPF på måndagar kl 10.00 med start från Pensionärernas Hus

## **3. Gymnastik**

Tillsammans med SPF i Skärborgarnas Hus på onsdagar kl 9.00-10.00 och 10.00-11.00 samt i Pensionärernas Hus på Torsdagar kl 10,00-11.00 då vi gör lugna övningar för hållning, balans och andning.

## **4. Simning/Vattengymnastik**

Vi har tillgång till simbassängen på Safiren på tisdagar mellan 09.00 -11.00 Ledare: Britt-Marie Andersson, och på Fredagar mellan 8.30 – 9.00.

## **5. Boule**

Vi kan prova på och träna vid Pensionärernas Hus. För de som vill lära sig mer och tävlingsspela så hänvisar vi till Trosa Boulsällskap. Även i Vagnhärad finns en boulegrupp.

## **6. Sång**

Vi har en egen sånggrupp med ledare Tor Lind som tränar en gång i veckan i Västerljung. Fler deltagare är välkomna.

## **7. Resor**

Vi föreslår att vi även fortsättningsvis anlitar Nya Resekompaniet för våra resor.

Samarbetet med Pensionärsallians om en gemensam resepärm fortsätter vi med även under 2023. (se vår resepärm)

## **8. Studiecirklar**

Stickcafé på tisdagar kl. 12.00 i Pensionärernas Café.

Studiecirklar startas efter önskemål och tillgång till ledare.

## **9. Pensionärernas Hus**

Vi i PRO driver tillsammans med SPF Seniorerna Pensionärernas Hus helt på ideell basis. Är ni intresserade att hjälpa till att jobba i vårt café så tar vi gärna emot din anmälan.

ta

## **10. Vår expedition**

Under 2023 kommer vi att ha expeditionstid på onsdagar kl 11-13. Övrig tid hänvisar vi till vår telefonsvarare på tel 0156-12497 samt hemsidan [www.pro.se/trosa](http://www.pro.se/trosa). Vi förväntar oss att alla PRO:are som jobbar i caféet hjälper till att informera om vår verksamhet.

## 11. Nya medlemmar

Under våren 2024 kommer vi att bjuda in nya medlemmar som tillkommit under 2023 för att informera om PRO Trosa. Ledamöter i styrelsen kommer att medverka och berätta om föreningens verksamheter.

## 12. Föreningens hemsida

Målsättningen ska vara att det mesta som finns anslaget på vår anslagstavla och i vår Rese- och Studiepärm ska återfinnas på hemsidan. [www.pro.se/trosa](http://www.pro.se/trosa) Det är viktigt att hemsidan fungerar och hålls aktuell inte minst för 50- och 60 talisterna som nu är våra nya medlemmar. De har datavana och kräver att en hemsida finns. Ett nytt sätt att informera om viktiga aktiviteter och händelser är att skicka E-post och SMS genom vårt medlemssystem Harald Detta har provats under året och har uppskattats.

## 14. Utbildning av våra förtroendevalda.

Föreningens uttalade målsättning är att den som åtagit ett uppdrag i PRO Trosa också får den utbildning och hjälp som behövs för att vår verksamhet ska fungera och uppskattas av våra medlemmarna. Totalt så är det ca 25 uppdrag som behövs för att driva vår verksamhet under 2024.

## 15. Ideellt arbete

Allt PRO-arbete bygger på ideellt arbete inom vår förening. Inga arvoden eller ersättningar betalas ut. Resekostnader och gjorda utlägg betalas dock mot uppvisande av kvitto. Alla beslut om inköp ska vara förankrade i styrelsen .

Alla ekonomiska transaktioner måste/ska ske via föreningens kassör.

### **16. Medlemsregister**

Riksorganisationen har infört ett nytt medlemsregister "Harald".. Vår medlemsregisteransvariga är Monica Lundquist.

Användandet av registret kan endast ske genom angivande bank id.

### **17. Ekonomin**

De ekonomiska förutsättningarna för verksamhetsåret 2024 är ovisst då vi ännu inte kan överblicka hur medlemsantalet kommer att påverkas av sammanslagningen av Trosa och Vagnhärad-Västerljungs föreningarna men vi är hoppfulla att vi skall få en kraftfull och omtyckt förening med fler medlemmar.

Avgiften fördelas på följande sätt:

Riksorganisationen	200
Distriktet	50
Föreningsavgiften	<u>80</u>
	<b>330 kr</b>

I övrigt hänvisar vi till vårt bokslut för 2023 och budgeten för 2024.

**Verksamhetsplanen antagen vid  
höstmötet den 7 november 2023**

**Justerare**

**Justerare**