

## **Föreningens ambition är att skapa aktiviteter som passar alla**

PRO Brunflo är en partipolitisk obunden organisation som välkomnar alla pensionärer med make/maka, sambo till medlemskap.

### **Möten**

Förutom juni och juli bjuder vi in till medlemsmöten sista torsdagen i månaden. Nya medlemmar får personlig inbjudan.

Möteslokal är Brunflo IOGT, förutom mötet i maj då vi är på Vitgården.

Styrelsemöten äger oftast rum 14 dagar före medlemsmötet och sker i vår lokal på Änggården.

### **Information**

Foldrar lämnas till våra medlemmar via kontaktombud, eller vanlig post. Två utskick per verksamhetsår, varav ett är presentation av medlemsmöten från mars 2022 – februari 2023.

Övriga program är studie- och friskvårdsaktiviteter, som delas ut augusti /september. Det gäller höst och vårtermin. Föreningen har Facebook.

Lämna din E-postadress så får du aktuell information om möten och andra aktiviteter, om du så önskar.

Nya medlemmar som tillkommer under verksamhetsåret får information om vår verksamhet från medlemsansvarig.

Annonser i ÖP och LT. Affischer på Brunflo mötesplats, Änggården, IOGT och annonspelare på byn. Du kan även besöka vår hemsida [www.pro.se/brunflo](http://www.pro.se/brunflo) eller facebook PRO Brunflo

### **Studier**

I samverkan med studieförbundet ABF erbjuder vi ett varierat utbud av studiecirklar. Vissa cirklar sker tillsammans med andra PRO föreningar.

### **Friskvård**

Kost, hälsa och motion bidrar till en god och aktiv livssituation för oss. Vi satsar på styrketräning, gymnastik, Qigong, vattengymnastik, linedance, boule, stavgång med mera.

Tipspromenader och Gå-bingo erbjuds vid medlemsmöten eller separat.

Vandringsgrupp med naturupplevelser efter årstid erbjuds också.

Egen motion där du antecknar dina aktiviteter på ett motionskort, som sedan vid inlämning till föreningen ger möjlighet att vinna skraplotter.

### **Resor**

Vi anordnar resor till lockande utflyktsmål, endagars eller med övernattnig.

Vi bjuder de som fyller 80 år under 2023 på en 80-årsresa

### **Kulturevenemang**

Vid våra medlemsmöten bjuder vi på olika kulturinslag, som sång, musik, film, kåserier.

Musikcafé och trivselbingo på Änggården.

Såvida att Jamtli och Östersunds kommun kommer att anordna Torsdagsdax under 2023 kommer vi ev. att vara med som arrangör.

### **Samhällspåverkan och konsumentfrågor med mera.**

Möjlighet finns att delta i Öppna beredningsmöten inför kommunala pensionärsrådet (KPR).

Representanter i patientråd vid Brunflo HC, boenderåd på Änggården och Löjtnantsgården. Föreningen driver konsumentfrågor och utför prisundersökningar i Brunflo. Skriver insändare.

### **Övrigt**

Säljer och löser in Trippelskrapslotter. Lotterier på medlemsmöten. Bokbord.

Vi tar gärna emot idéer om studiecirklar och andra aktiviteter.

## Budget för 2023

### Intäkter

Mötesintäkter	55 000
Kultur, studier, resor	50 000
Friskvård	70 000
Skraplotter/eget lotteri	14 000
Ers. ABF	30 000
Kommunala bidrag	70 000
Återbäring medl.avg från Riks	29 500
Övriga intäkter	15 000
<b>Summa intäkter</b>	<b>333 500</b>

### Kostnader

Medlemsavgifter samorganisationen	3 000
Möteskostnader	75 000
Kultur	30 000
Friskvård	65 000
Lotteri	8 000
Kostnader ABF	20 000
Lokalhyra	12 000
Annonser	10 000
Resor	50 000
80 årsresan	20 000
Arvoden/ersättningar	36 000
Studier/Utbildning	10 000
Sociala avgifter	4 000
Övriga kostnader	10 000
<b>Summa kostnader</b>	<b>350 000</b>

**Årets resultat** - 19 500

## Verksamhetsplan för 2023.



PRO Brunflo