

PRO Sandvikens

Verksamhetsplan

år 2023



Dagordning vid PRO Sandvikens höstmöte den 22 november 2022.

- 1. Mötets öppnande**
- 2. Val av ordförande för detta möte**
- 3. Val av sekreterare för detta möte**
- 4. Godkännande av den utsända dagordningen**
- 5. Val av två justerare**
- 6. Val av två rösträknare**
- 7. Förslag till verksamhetsplan för år 2023**
- 8. Förslag till medlemsavgifter för år 2023 oförändrad**
- 9. Förslag till arvoden till styrelsen 0 kronor**
- 10. Förslag till budget för år 2023**
- 11. Övriga frågor**
- 12. Mötets avslutning**

Verksamhetsplan 2023

Pandemin

Den pandemi som drog in över världen i början av år 2020 drabbade vår verksamhet hårt. Nu har vi dock kunnat återgå till normal verksamhet och vi hoppas det kommer att hålla i sig även under år 2023.

Övergripande mål – föreningens syfte

Vi vill erbjuda våra medlemmar såväl meningsfulla som roliga aktiviteter. Vi arbetar också för samhällsförändringar som förbättrar levnadsvillkoren, vi vill vara en del i ett livslångt lärande och utbilda utifrån vår organisations värdegrund samt värva fler medlemmar för att göra vår organisation så stark och attraktiv som möjligt. Vi vill erbjuda våra medlemmar kulturupplevelser som stärker gemenskapen i föreningen.

Mötesverksamhet

Vi vill utveckla mötesverksamheten med att i högre grad skapa stimulerande temamöten/caféquällar. Några fasta träffar kommer dock att kvarstå till exempel höstmöte, årsmöte, surströmmingsfest och Lucia. Medlemmarna i vår förening rör sig i åldersspannet mellan 65 år och uppemot 90-95 år. Vår ambition är att erbjuda verksamheter som lockar pensionärer i olika åldersgrupper utan att för den skull "glömma bort" någon generation.

Vi vill under nästa verksamhetsår arbeta aktivt för att nå våra nysvenska grupper. Detta genom att påbörja uppsökande verksamhet ute i våra bostadsområden. Vi kommer även att arbeta fram ett material på andra språk än svenska för att lättare nå ut med vår verksamhet.

Verksamheten skall stödja PRO:s övergripande intressepolitiska, sociala mål och inte minst bjuda på underhållning, resor och gemenskap.

Utbildning

För att vi ska kunna behålla våra cirkelledare, som i samarbete med ABF gör ett fantastiskt arbete så vi kan bedriva en allsidig studieverksamhet, vill vi genom kurser och utbildningar förkovra våra ledare. Så under 2023 vill vi satsa mer på våra cirkelledare. Vi behöver fler som kan och vill ställa upp som frivilliga ledare.

Tillsammans gör vi våra cirklar ännu mer attraktiva!

Information

Vi försöker på olika sätt hitta kanaler där vi når ut till våra medlemmar. Detta genom vår hemsida, där vi aktivt kommer arbeta, för att den ska bli så lättillgänglig som möjligt. Vi vill också utveckla vår FaceBook-sida så att den ska attrahera fler. Vi informerar även våra aktiviteter via mail, samt annonser i vår lokaltidning (DL). Vi har även börjat fundera på SMS-utskick.

Programblad görs efter vår planeringsdag. Detta skickas via mail till de som meddelat sin adress. Vi trycker även upp programbladet som avhämtas på Valhalla.

Vi informerar även på andra språk!

Studiecirkelverksamhet

Vi samarbetar med ABF i all vår studieverksamhet. Vi kommer under år 2023 ha all cirkelverksamhet i gång. Vi räknar med att ha runt 300 deltagare i våra cirklar. Vi vill också skapa fler mötesplatser som ger tillgång till dans, musik, teater och litteratur. Dessutom har vi idag en omfattande skapande verksamhet som träslöjd, keramik, EncsticArt (måleri) och textilt kunnande. Vi avser att ordna kurser/cirklar i användande av datorer, läsplattor och smarta telefoner då allt flera tjänster kräver att man ska kunna hantera den tekniken. Andra studiecirklar som kommer genomföras under 2023 är bridge, engelska och släktforskning. Vi avser att undersöka möjlighet att anordna vinprovning. Studiebesök och korta dagsresor i närområdet är annat som vi planerar. Vår ambition är att avgiften för att delta i studiecirklar ska vara på en sådan nivå att så många som möjligt kan delta. Kostnaden för att delta är 120 kr/termin. I de fall vi använder arvoderade ledare blir avgiften högre.

Våra studieorganisatörer är Berit Kvarnlöf och Kjell Kvarnlöf.

Hälsa och friskvård

Hälsa och friskvård är en annan viktig del i verksamheten. Här möter vi ett hundratal deltagare i de olika aktiviteterna. Frivårdsgrupper i form av gymnastik grupper, seniordans, zumba och sittgymnastik. Våra grupper vänder sig till alla, män som kvinnor.

I föreningen idag har vi en stor grupp som spelar boule såväl sommar som vinter. På sommaren utomhus och under vinterhalvåret åker en mindre andel till en inomhushall i Gävle.

Det är allmänt känt att sjunga är bra för hälsan. Vi är därför stolta över att Seniorkören är en del i vår verksamhet. Seniorkören är en blandad kör med både män och kvinnor från både PRO och SPF föreningarna

Vi har också arbetat fram bra avtal med några träningshallar där våra medlemmar kan utöva styrketräning och padel till rabatterat pris.

Dessutom finns ett gym för PRO - medlemmar i Storvik, där vi alla kan styrketräna till ett mycket förmånligt pris.

Resor och aktiviteter

Vi har en resekommitté som arbetar för att ta fram olika resmål, både kortare och längre resor. Inför år 2023 finns inplanerat bland annat en Läs- och rescirkel som kommer avslutas med en resa till Vättern med omnejd.

Vårt mål för 2023 är att utveckla dessa resor och aktiviteter till att attrahera såväl yngre som äldre pensionärer. Till denna verksamhet har vi sökt särskilda medel från Göranssonska stiftelsen samt från JLB-fonden.

Vår resekommitté består av Gun Björk, Britt-Marie Linder och Mona Bäckström

Integration

För att motverka den segregering som blir allt tydligare i samhället planerar vi upp till temakvällar. Vi avser att bjuda in olika föreläsare för att öka kunskap och förståelse hos våra medlemmar om de nysvenskar som finns i vår kommun och vårt land.

Samverkan

Det samarbete som inletts med SPF vill vi fortsätta och utveckla under året. Vi arbetar för att Valhalla ska utvecklas mot ett seniorernas hus men vi ser också som ett viktigt inslag att även andra föreningar kan ha sin hemvist på Valhalla. I dagsläget finns förutom PRO och SPF också Finska föreningen, Manskören och Sandvikens Revy och Musikalteater på Valhalla.

Sommaraktiviteter

Sommaraktiviteter fyller en viktig social funktion för många av våra medlemmar och vårt mål är att utveckla utbudet inför sommaren 2023. Vi vill i samarbete med våra medlemmar hitta bra, roliga och givande aktiviteter.

Vi söker medlemmar utanför styrelsen som vill arbeta tillsammans med oss kring dessa frågor.

Danser

Vi har under många år arrangerat danser vid åtta tillfällen per år.

Under pandemiåren låg all sådan verksamhet nere, men nu har vi börjat återuppta dessa danskvällar igen. Deltagandet har inte riktigt tagit fart igen. Vi hoppas att folk hittar tillbaka så att vi kan fortsätta med dessa månadsdanser.

Ansvarig för denna aktivitet är Gun Björk

Seniorbio

Tillsammans med SPF och SKPF anordnas seniorbio på Folkets Hus några gånger per säsong.

Vi har en grupp med representanter från varje organisation som tillsammans med Folkets Hus tar fram filmer från olika genrer.

Från PRO deltar Mona Bäckström

PRO Sandviken

Konto	Text	Kontotyp	Budget 2023
3011	Medlemsavgifter	Intäkt	128 000
3100	Deltagaravgifter	"	100 000
3320	Egna lotterier	"	4 000
3340	Rikslotteriet	"	14 000
3400	Försäljning av produkter	"	10 000
3540	Uthyrning -Valhalla	"	250 000
3604	Andra lotteriintäkter	"	1 000
3720	Bidrag fr stiftelser	"	130 000
3985	Lönebidrag	"	235 000
3989	Övriga erhållna bidrag	"	15 000
3990	Övriga ersättningar Cirkelavg	"	27 000
	Alla intäktskonton		914 000
4003	Kostnad Trippelskräpet	Kostnad	0
4004	Andra Lotterikostnader	"	2 000
4014	Kurser /Konferenser	"	5 000
4110	Inköp för servering	"	50 000
4120	Utbildningskostnader	"	5 000
4140	Resor	"	90 000
5000	Lokalhyra	"	15 000
5010	Underhållning	"	80 000
5060	Städning o renhållning	"	90 000
5063	Hyra kopiator	"	25 000
5070	Reparation o underhåll	"	5 000
5410	Förbrukningsinventarier	"	5 000
5460	Förbrukningsmaterial	"	50 000
5810	Resekostnader	"	5 000
5910	Annonser	"	20 000
5930	Reklamtrycksaker	"	5 000
5990	Övrig reklam	"	5 000
6110	Kontorsmaterial	"	5 000
6211	Telefon	"	10 000
6215	Bredband	"	10 000
6220	Ljudanläggning	"	5 000
6230	Data	"	10 000
6250	Post	"	5 000
6350	Uppvaktningar	"	5 000
6411	Kostnadsersättningar	"	1 000
6530	Bokföring	"	30 000
6570	Bank	"	3 000
6580	Babs	"	3 000
6980	Medlemsavgifter	"	9 000
7210	Lön tjänsteman	"	228 000
7285	Semesterlön	"	27 000
7411	Pensionsförsäkring	"	26 000
7510	Sociala avgifter	"	70 000
7519	Socavgifter för semester och löneskuld	"	5 000
7531	Löneskatt	"	5 000
7829	Avskrivningar	"	0
	Alla kostnadskonton		914 000
	Beräknat resultat		0