

PRO DISTRIKTET SÖDERMANLAND



VERKSAMHETSPLAN

2023

# INNEHÅLLSFÖRTECKNING

Förord	Sid. 1
Verksamhetsplaner	
Kommunala Pensionärsrådet (KPR)	Sid. 2
Regionala Pensionärsrådet (RPR)	Sid. 3
Studie- o resekommittén	Sid. 4
Aktivitetskommittén	Sid. 5
Informations- o kommunikationstekning (IKT)	Sid. 6
Konsumentkommittén	Sid. 7-8
Sammanräden 2023	Sid. 8
Budget 2023	Sid. 9-11

- **Distriktsstyrelsen skall erbjuda stöd och hjälp till länets föreningar.**
- **Dialogsamtal med förenings styrelser genomförs i hela länet.**
- **Utbildning i det digitala medlemssystemet och hemsida**
- **Grundläggande digital utbildning skall erbjudas i samverkan med ABF**
- **Utbildning för KPR/RPR ledamöter skall genomföras**
- **Styrelseutbildning för nya ledamöter i samverkan med ABF skall genomföras**
- **Ordförande träffar 2 ggr / år**
- **Samverkan med andra distrikt skall utvecklas spec inom " 7-läns gruppen"**
- **Samverkan med länets övriga pensionärsorganisationer skall utvecklas**
- **Distriktet ska medverka i Riksorganisationens prisundersökning**

Målstyrningsdokument gällande kommunernas pensionärsråd (KPR) inom PRO distriktet Södermanland

Kommuner i Södermanland:

Eskilstuna, Flen, Gnesta, Katrineholm, Nyköping, Oxelösund  
Strängnäs, Trosa, Vingåker.

- Reglemente för de olika KPR-råden finns i varje respektive kommun.
- KPR är ett viktigt organ för samråd och ömsesidig information mellan kommunen och företrädare för pensionärsorganisationerna som oftast är PRO, SPF, SKPF, det kan förekomma ytterligare pensionärsorganisationer i kommunerna.
- Syftet med KPR är att förstärka inflytandet i alla frågor som gäller äldre och att pensionärernas frågor beaktas i nämndernas verksamhetsplanering. Rådet kan också initiera nya pensionärsfrågor och ska vara ett remissorgan, samt vara ett forum för opinionsbildning och kunskapsspridning.
- Nominering av ledamöter samt ersättare görs av föreningarna till respektive kommun.
- PRO s Stadgar ger riktlinjer för hur arbetet ska bedrivas, samt beslut hos Riks och distriktstyrelsen vilka frågor som ska prioriteras.
- Gruppansvarig kallar två representanter från lokala KPR- rådet i varje kommun fyra gånger per år företrädesvis i månad 2,4,9,11.
- Utbildning av KPR ledamöter bör genomföras innan mandatperiodens början.
- Förteckning på valda PRO KPR ledamöter från varje kommun ska via gruppansvarig insändas till distriktet.

Gruppansvarig KPR

Medverkande

Alf Andersson

Hans Karlbom

## REGIONALA PENSIONÄSRÅDET (RPR)

RPR är ett samrådsorgan mellan regionens pensionärsorganisationer och Region Sörmlands förtroendevalda. Rådet fungerar som mötesplats för information, diskussion och dialog om de viktiga hälso- och sjukvårdsfrågorna. Med särskild betoning på äldres behov.

Verksamheten styrs av reglemente, som uppgraderas vid förändringar. För de organisationer som inte når gränsen om 1000 medlemmar, finns s.k. åhörarplatser.

I dag förfogar PRO över sju ordinarie platser och möten som hålls fyra gånger per år.

Valet i Regionen avgör hur RPRs arbete utformas och vem som tar över ledningen i kommande mandatperiod. Det finns inget tvingande vad beträffar RPR för Regionen.

**Distriktsstyrelsen föreslår höstmötet besluta:**

- att RPR gruppen fortsätter att arbeta för att äldre skall erhålla erforderlig vård utan långa väntetider, max 90 dagar.
- att RPR gruppen arbetar för att tidsbeställning kan göras per telefon och att man därvid får möjlighet att tala med vårdpersonal.
- att RPR gruppen fortsätter att följa upp förskrivning/överförskrivningar/genomgång av antal läkemedel för äldre.
- att RPR gruppen följer upp sjuk- och behandlingsresorna.
- att RPR gruppen arbetar för ett tryggt liv oavsett boende form samt bevaka och vidarebefordra information om den nya välfärdstekniken.
- att RPR gruppen arbetar för att våra åsikter tas till vara och verkställs i Regionen.
- att RPR gruppen samarbetar med KPR för ömsesidig information och att distriktets ordförande lämnar information från de gemensamma pensionärs organisations möten.
- att RPR gruppen lämnar fortlöpande information till styrelsen.
- att RPR gruppen bör verka för att den skall utökas med två personer, en från varje kommun med beslutande rätt vid distriktet sammanträden
- att RPR gruppen lyfter upp de äldres psykiska ohälsa.
- att RPR bör bedriva utbildning för rådets ledamöter.
- att samarbeta med övriga pensionärs organisationer till rimliga kostnader. och att utveckla samarbetet.
- att följa samhällsutvecklingen över tid.



### **Studie- och resekommittén**

Målsättningen är att utbilda kommande ledare att ta ansvar för PRO:s framtida överlevnad och utveckling samt att skaffa kunskaper i vilka frågor som i dag och i framtiden är de viktigaste att driva för PRO.

Målet är att öka antalet utbildade förtroendevalda inom PRO Södermanland 2023.

Att öka datakunskapen inom PRO så att fler kan använda IT-teknik både inom sitt privata liv och inom PRO.

**att** öka kunskapen om våra nya stadgar och nya handlingsprogram.

**att** medlemmarna inom KPR och RPR ska få ökad kunskap om våra viktigaste intressefrågor.

**att** öka kunskapen hos våra medlemmar om sambandet mellan hälsa mat och motion.

**att** få igång fler teamutbildningar i våra föreningsstyrelser.

### **Resor**

Målsättningen är att arrangera resor som ger ökad kunskap om olika nänniskoch deras liv och leverne samt intressanta platser och vackra naturupplevelser. Dessutom ska våra resor attrahera våra nuvarande medlemmar men likväl se till att vi även får nya medlemmar.

Målet är att vi ska arrangera spännande endagsresorsom t.ex. teaterresor och lite längre resor inom Sverige.

En landskapsresa till Åland 2023

En resa till Rügen och Wismar 2023

Studie- och resekommittén

**AKTIVITETSKOMMITTÉN 2023**

PRO ska erbjuda gemenskap och meningsfulla aktiviteter för pensionärer samt vara en så attraktiv organisation att medlemmarna känner ett stort värde i sitt medlemskap.

**Övergripande målbild.**

Målsättningen för medlemskommittén är att stödja våra medlemmar att leva ett så aktivt och socialt liv som är möjligt utifrån vars och ens förutsättningar och intressen genom att innehållet i PRO föreningars program är så varierat att det attraherar såväl nyblivna som äldre pensionärer. Att motverka isolering och ensamhet ingår också i uppdraget.

**Vi kommer under året att arbeta med**

- Att det finns minst en medlemsansvarig och minst en friskvårdsansvarig i varje förening.
- Att kommittén får minst en representant från varje kommun med minst ett möte i kvartalet.
- Att ansvar för sammanhållningen av det hälsofrämjande arbetet i distriktet samt stödja föreningarna.
- Att genomföra medlemsvärvarkampanjer
- Att vara delaktig i utåtriktade aktiviteter
- Att uppmuntra och stötta föreningar att ta del av och samverka med externa aktörer.
- Att kommittén anordnar minst en träff per år för medlems- och friskvårdsansvarig i föreningar för att stötta föreningarnas ansvariga.
- Att erbjuda utbildning inom aktuella områden.
- Samverka med studieansvariga inför exempelvis utbildningstillfällen och sammankomster som anordnas i distriktet.
- Att delta i PRO riks centrala kurser
- Aktivitetskommittén rapporterar direkt till distriktsstyrelsen
- Aktivitetskommittén har en fastlagd budget för varje kalenderår.
- Distriktsstyrelsen utser aktivitetskommitténs ledamöter samt kommittéansvarig.

## INFORMATION- OCH KOMMUNIKATIONSTEKNIK (IKT)

**Målsättningen för IKT kommittén är att öka föreningarnas IT kunskaper i de datasystem som PRO Riks tillhandahåller.**

IT kunskaperna är en tillgång i föreningsarbetet då det underlättar kontakter mellan föreningar, förtroendevalda och medlemmar.

Internet och sociala medier kan användas som ett verktyg för medlemsvärvning. Utbildning i medlemsregistret, hemsidan och MS 365 kommer att ske efter behov .

Hemsidesredaktören får i uppdrag att fortsätta utvecklingen och uppdateringen av PRO-distriktets hemsida.

### **DISTRIKTETS HEMSIDA**

Syftet med hemsidan är att tillgängligt och snabbt sprida information om distriktets verksamhet till förtroendevalda och medlemmar i PRO Södermanland, men också till presumtiva medlemmar. Hemsidan är distriktets ansikte utåt som också läses av beslutsfattare, journalister och intresserade medborgare. Styrelseledamöter, kommittéansvariga och övriga medlemmar uppmanas att till hemsidesredaktören lämna in textunderlag och bilder som kan användas på vår hemsida.

Texten skall sändas digitalt i redigerbar form, ej PDF-fil.

#### **Vi kommer under året att arbeta med**

Att utbilda och fortbilda föreningarnas ansvariga för medlemsregistret.

Att utbilda och fortbilda föreningarnas ansvariga för hemsidan.

Att utveckla distriktet hemsida.

Att vid behov utbilda i MS 365 och att använd snabbhjälp i Windows 10



**KONSUMENTVERKSAMHETEN**

Konsumentkommittén är en paraplyorganisation för föreningarnas konsument- och försäkringsansvariga. Kommittén ska genom utbildningar hjälpa föreningarnas konsumentansvariga att bevaka konsumenternas intressen. Den ska också vara en förmedlande länk mellan riksorganisationen och konsumentansvariga.

Konsumentområdet är väldigt omfattande men vi inriktar oss i första hand på priser och kvalitet på livsmedel, tillgänglighet till affärer, samt tillgång till övrig samhällsservice. Försäkringsområdet med information om vilka försäkringar medlemmarna kan teckna genom PRO tillhör också kommitténs verksamhetsområde.

**Distriktsstyrelsen föreslår höstmötet besluta**

- att konsumentkommittén, tillsammans med föreningarnas konsumentansvariga, stimulerar till ett ökat utbud av såväl närproducerat som ekologiska och Fairtrademärkta produkter
- att fortsätta med prisundersökningarna i länets livsmedelsbutiker enligt PRO riks rekommendationer
- att tillse att antalet prisundersökare och konsumentansvariga i föreningarna bibehålls och utökas där så är önskvärt
- att ansvara för att alla föreningar får information om resultatet av prisundersökningen
- att verka för att den kommunala konsumentvägledningen ska utvecklas – inte avvecklas
- att genom "Kontanterna behövs" fortsätta arbetet för att den kommande lagstiftningen, att bankerna ska ta sitt ansvar för tillgång till och hantering av kontanter i hela landet, efterlevs, samt att även handeln i fortsättningen hanterar kontanter som betalningsmedel.
- att tillsammans med försäkringsansvariga i samorganisation/samråd informera om PRO:s försäkringar och nya samarbetet med Folksam.

- att anordna utbildning en gång per år i konsument- och försäkringsfrågor
- att påverka kommuner att upplåta mark för odling i stadsmiljö
- att arbeta för att minska matsvinnet
- att konsumentansvariga i föreningarna arbetar aktivt med PRO riks avsnitt "Konsumentmakt". "Konsumenter ska ges ökad makt och ökad tillgång till kunskap. PRO:s medlemmar ska bli kunniga och medvetna konsumenter för att kunna påverka."

### **AU och Styrelsesammanträden 2023**

<b>AU</b>	<b>Styrelse</b>
Torsdag 12 januari	Torsdag 26 januari
Torsdag 2 februari	Torsdag 16 februari
Torsdag 2 mars	Torsdag 16 mars
Torsdag 30 mars	Årsmöte
Torsdag 6 april	Torsdag 20 april
Torsdag 4 maj	Torsdag 25 maj
Torsdag 1 juni	Torsdag 15 juni
Juli semester	
Torsdag 3 augusti	Torsdag 17 augusti
Torsdag 7 september	Torsdag 21 september
Torsdag 5 oktober	Torsdag 19 oktober
Torsdag 26 oktober	Höstmöte
Torsdag 2 november	Torsdag 16 november
Torsdag 7 december	Torsdag 21 december

Kommunfinalen: PRO-vetarna äger rum den 8 mars 2023  
Kommunen står för kostnaderna

Distriktsfinalen: PRO-vetarna äger rum den 3 maj 2023 i Bettna.  
Distriktet står för kostnaderna

PRO-Distriktet Södermanland  
Kungsbrogatan 2  
642 35 Flen  
Org nr 818500-7542  
Tel: 0157-155 90  
E-post: info@sodermanland.pro.se

Sid. 9

## BUDGETFÖRSLAG 2023

Budgetförslaget för 2023 är balanserad på 1 381 500 kr i inkomster och 1 300 600 i utgifter och det visar ett överkott på 80 900 kr.

Regionbidraget tillsammans med medlemsavgiften på 50 kr/medlem är vår stora inkomstkälla.

Lotteriförsäljningen bidrar också till inkomsterna, distriktet får 3 kr/såld lott och vi beräknar att sälja ca 12 000 lotter.

De största utgifterna är fasta såsom vår lokal 150 000 kr, lön till timanställd 177 000 kr, arvoden och resekostnader för förtroendevalda 234 000 kr.

Distriktet behöver en del förbrukningsinventarier till ca 50 000 kr

Styrelsen kommer under våren 2023 kontakta föreningarna (30 st), för att höra vilka behov de har på utbildningar och övriga kontakter.

Distriktet kommer under 2023 att erbjuda resterande föreningar (ca 10 st) som behöver dator och utbildning för att kunna vara med digitalt. Utbildningen kommer att ske både externt och internt.

Under 2022 kommer även samorganisationer/samrådsgrupper att erbjudas utbildningar.

Distriktet har samverkan med 7 län i mellansverige (Örebro, Uppsala, Gästrikland, Värmland, Dalarna och Västmanland) i frågor som berör alla pensionärer pensioner, läkarvård, kommunikation m m .

Flen 27 september 2022

Monica Karlsson  
Kassör

**FÖRSLAG TILL BUDGET 2023**

50 KR/MEDL

**INTÄKTER**

	<b>Budget 2022</b>	<b>30-jun 2022</b>	<b>Budget 2023</b>
3110 Möten	5000	0	0
3120 Utbildning	5000	0	5000
3122 Datakommittén	2500	1 500	2500
3126 Boule	2000	2 600	2000
3129 Studiekommittén	0	0	0
3149 Konsument/förs.	0	0	0
3169 Friskv.kommittén	0	0	0
3178 Kontakt.komm.	0	0	0
3210 Medl.avgifter RO	300000	276 531	300000
3211 Adm bidrag RO	0	135 000	120000
3212 Folksam Liv		155 850	
3220 Adm tjänster	1500	1 275	1000
3310 Trippelskrapet	375000	60 219	375000
3740 Öresavrundning	0	-9	0
3985 Statligt bidrag	0	-8 621	0
3987 Regionbidrag	574000	574 287	574000
3988 Projektbidrag	0	0	0
3990 Övriga intäkter	0	0	0
3997 Sjuklönekompens	0	0	0
8300 Ränteintäkter	2000	903	2000
<b>SUMMA INTÄKTER</b>	<b>1 267 000</b>	<b>1 199 535</b>	<b>1 381 500</b>

**KOSTNADER**

4110 Möten, höst- årsmöte	-30 000	-13 960	-30 000
4111 Möten, AU kommit.	-17 000	-4 634	-12 000
4119 Styrelseutbildn.	-35 000	-1 290	-35 000
4120 Utbildning, Gysinge	-25 000	0	-25 000
4121 Utbildning, förtr.v.	-40 000	-38 885	-60 000
4122 Datakommittén	-5 000	-8455	-10 000
4124 PROvetarna	-5 000	-5 229	-6 000
4126 Boule	-5 000	0	-5 000
4127 KPR	-20 000	0	-20 000
4128 RPR	-20 000	0	-20 000
4129 Studie,kultur, res	-5 000	0	-5 000
4130 Coronabidrag		0	
4149 Konsumentkom.	-5 000	400	-5 000
4169 Aktivitetsk(friskv)	-5 000	0	-25 000
4178 Aktivitetsk.(kontaktk)	-20 000	0	-25 000
4190 Politikerutfrågning		-396	
4191 Föreningsbidrag	-30 000	-1 600	-30 000
4193 Samverkan pen.org		-12 910	-25 000
4199 Övr.kostn.	-5 000	-9 279	-20 000
<b>Summa:</b>	<b>-272 000</b>	<b>-82 278</b>	<b>-358 000</b>

		<b>Sid. 11</b>		
		<b>Budget 2 022</b>	<b>Utfall 30 juni</b>	<b>Budget 2 023</b>
<b>forts.</b>		<b>-272 000</b>	<b>-96 238</b>	<b>-358 000</b>
4310	Trippelskrapet	-180 000	-67 410	-180 000
5010	Lokalhyra	-125 000	-50 567	-100 000
5020	El hyrd lokal	-9 000	-3 644	-15 000
5070	Kongressen	-30 000	-1 724	0
5060	Städning	-25 000	-522	-25 000
5211	Kopieringskostnader	-18 000	-3 678	-15 000
5212	Datakostnader	-30 000	-17 328	-45 000
5410	Förbr.inventarier	-100 000	0	-50 000
5910	Annonser	-10 000	-160	-25 000
6071	Representation	-2 000	0	-2 000
6110	Kontorsmaterial	-15 000	-2 926	-10 000
6210	Tele, exp.	-12 000	-4 380	-12 000
6212	Tele, mobil	-3 600	-1 200	-3 600
6213	Tele, internet	-15 000	-5 591	-12 000
6250	Porto	-5 000	-390	-5 000
6420	Revisorer, int	-4 000	-2 000	-4 000
6530	Rev.arvode Rådek	-5000	-5 794	-6000
6570	Bankkostnader	-1 000	-900	-1 000
6970	Tidn.o tidskrifter	-1 000	-9 850	-1 000
6993	Gåvor	-4 000	-175	-10 000
7010	Löner	-100 000	-25 600	-150 000
7210	Styrelsearvode	-85 000	-39 390	-90 000
7281	Sjuklön	0	0	0
7285	Semesterlön	-2 000	0	-2 000
7331	Resor förtroendev.	-120 000	-51 773	-140 000
7390	Övriga kostn.ers.			-10 000
7410	Pens.förs.premier	-8 000	0	0
7510	Sociala avgifter	-40 000	0	0
7520	Avgifter 16,36 %		-6 672	-20 000
7530	Löneskatt	-7 000	0	-7 000
7580	Grupplivförsäkring	-1 000	0	-1 000
7620	Sjuk o hälsovård	-1 000	0	-1 000
	<b>Summa:</b>	<b>-1 230 600</b>	<b>-397 912</b>	<b>-1 300 600</b>

<b>INTÄKTER</b>	1 267 000	1 199 535	1 381 500
<b>KOSTNADER</b>	-1 230 600	-397 912	-1 300 600
<b>SUMMA:</b>	<b>36 400</b>	<b>801 623</b>	<b>80 900</b>