

TILLSAMMANS FÖR ETT RIKARE SENIORLIV



SPF
SENIORERNA



Olof Ejdeblad,
Ordförande Jönköpingsdistriktet



VÄLKOMMEN TILL SPF SENIORERNA JÖNKÖPINGSDISTRIKTET

Hos SPF Seniorerna Jönköpingsdistriktet möts du av gemenskap, värme och massor av möjligheter. Vi är över 10 000 medlemmar i 44 föreningar runt om i länet – alla med sitt eget utbud av aktiviteter, men med samma öppna inställning: här är alla välkomna.

I våra föreningar händer det mycket. Resor, pubkvällar, promenader, matlagningscirklar, musikaler och kulturutflykter är bara några exempel. Vill du röra på dig finns allt från boule till luftgevärsskytte, och är du nyfiken på att lära dig mer erbjuds studiecirklar och föreläsningar. Det mesta blir roligare när man gör det tillsammans.

Vi arbetar också för att förbättra villkoren för seniorer. Genom våra representanter i kommuner och region är vi med och påverkar beslut som rör pensioner, boende, vård och omsorg.

Hos oss kan du välja att vara med så mycket eller lite du vill. Det viktiga är att du känner dig välkommen – och det gör du.



"Välkommen till SPF Seniorerna du med. Att engagera sig hos oss är både roligt och givande. Dessutom påverkar vi politikerna, och desto fler vi är desto mer har vi att säga till om!"

Maria Larsson, förbundsordförande



DITT MEDLEMSKAP GÖR SKILLNAD

Att bli medlem i SPF Seniorerna är enkelt – och det öppnar dörrar till mycket. Först och främst kommer du in i en varm gemenskap där det alltid finns något att göra, någon att prata med och något att se fram emot.

Du kan delta i aktiviteter som passar dig, i din egen förening eller hos någon grannförening. Det kan vara resor, utbildningar, friskvård, vinprovningar, föreläsningar eller något helt annat. Möjligheterna är många – och du bestämmer själv hur mycket du vill vara med.

Som medlem får du också tillgång till medlems-tidningen Senioren, som kommer hem till dig i

din brevlåda med inspiration och nyheter. Du får rabatter på till exempel resor, försäkringar och andra förmåner som lätt täcker in medlemsavgiften.

Men kanske viktigast av allt: du bidrar till något större. Tillsammans är vi med och påverkar frågor som är viktiga för alla äldre i samhället. Ju fler vi är, desto mer kan vi göra.



Tar du läkemedel?

Då vill jag påminna dig om sju frågor att ställa när du träffar oss i vården.

- Att ta läkemedel är ibland nödvändigt. Under mina år som läkare har jag lärt mig hur viktigt det är att du som patient känner dig trygg med vilka läkemedel du tar och varför. Min erfarenhet är att det har fungerat bäst då du som patient vågar ställa frågor.

- Charlotta Larsdotter

Läs mer





ETT AKTIVT SENIORLIV – PÅ DITT SÄTT

I SPF Seniorena Jönköpingsdistriktet händer det något hela tiden. Våra 44 föreningar ordnar aktiviteter för olika intressen, åldrar och energinivåer. Du väljer själv vad som passar dig.

Gillar du rörelse finns det promenader, boule, bowling, golf och andra friskvårdsaktiviteter. Är du mer intresserad av kultur, erbjuder många föreningar teaterbesök, konserter och musikalkvällar. Vi ordnar också pubkvällar, vinprovningar, trivselträffar och resor både i Sverige och utomlands.

Det fina är att du inte är begränsad till din egen förening. Som medlem kan du, i mån av plats,

delta i aktiviteter hos andra föreningar också. Det ger dig ännu fler chanser att prova något nytt och att träffa nya människor.

Du är alltid välkommen, oavsett om du vill engagera dig mycket eller bara delta ibland. Ditt medlemskap gör skillnad – både för dig själv och för andra seniorer. Ta steget in i en inkluderande och omtänksam gemenskap där alla står i centrum!

6 FÖRDELAR MED ATT VARA MEDLEM

- Gemenskap och nya vänner
- Möjlighet att påverka viktiga frågor
- Ett brett utbud av aktiviteter, resor och utbildningar
- Tillgång till medlemstidningen Senioren
- Förmånliga rabatter och erbjudanden
- En stark röst i samhället för seniorers rättigheter

Vi finns för dig när livet vänder

Steens Begravningsbyrå

0380-100 78

www.steensbegravningsbyra.se

Eksjö Begravningsbyrå

0381-100 37

www.eksjobegravningsbyra.se



*Jour
dygnet runt*



EN STARK RÖST FÖR SENIORERS RÄTTIGHETER

SPF Seniorerna är mer än aktiviteter och gemenskap. Vi är också en stark och tydlig röst i samhället – både lokalt, regionalt och nationellt.

I Jönköpingsdistriktet är vi aktiva i Kommunala pensionärsrådet (KPR) och Läns pensionärsrådet (LPR), där vi driver viktiga frågor tillsammans med politiker och beslutsfattare. Det handlar bland annat om pensioner som ska räcka till, en trygg äldreomsorg, bättre tandvård och fler seniorbostäder.

Vi lyfter också frågor om tillgänglighet, ålderism och behovet av att varje vårdcentral ska ha en äldreomsorg. Det är frågor som påverkar vardagen för många – och där vi ser till att seniorers erfarenheter och behov inte glöms bort.

Ju fler medlemmar vi är, desto större genomslag får vi. Ditt medlemskap betyder därför mer än du tror eftersom det stärker vår möjlighet att påverka och förändra.

Vill du göra skillnad, samtidigt som du får ett rikare seniorliv? Då är SPF Seniorerna rätt plats för dig.

Hitta ditt hemma

Vi har som ambition att erbjuda hyreslägenheter som passar din situation i livet. Hos oss finns många olika hem beroende på hur vill ha ditt seniorboende. Alltid med den där sköna hemmakänslan och det enkla och praktiska med att hyra och få mer fritid till annat än att ta hand om huset. Vi har allt från enrumslägenheter till rymliga femrummare. Moderna lägenheter för alla.



GISLAVEDSHUS

0371-56 67 00 • info@gislavedshus.se
www.gislavedshus.se





KONTAKTA OSS

SPF Seniorerna Jönköpingsdistriktet

Huskvarnavägen 40

554 54 Jönköping

Telefon

073-267 16 03

E-post

kansli@spf-f.se

Bli medlem i din lokalförening via vår hemsida
www.spfseniorerna.se. Klicka på Bli medlem nu!
Medlemskapet kostar från cirka 300 kronor per år.



WETTERHÄLSAN

Trygghet, omtanke och kontinuitet

Vi finns för dig som bor i Jönköping och Vaggeryd