

## Webbinarier, utbildningar och utbildningsmaterial 2024

### Distrikt och förening: webinarier och konferenser

*Vårawebbinarierkan du se enskilt eller tillsammans med andra. Det är fördelaktigt att se dem tillsammans för att diskutera efteråt. Kanske bestämmer man sig också för att bjuda in en fysisk person? SV kan ofta hjälpa till att visa webinarier så att medlemmar kan komma till en lokal. Hör med ditt distrikt och SV för bästa möjliga träff.*

*Länkar till utbildningar/konferenser läggs ut kontinuerligt på intranätet samt mejlas ut.*

### Att hålla digital kurs för seniorer *Digital*

Datum 18 jan. + 25 jan. 2024

Kursen innehåller två moment: digital pedagogik och fördjupande kunskap i videomötessystemet Zoom.

Kursen innehåller tips kring digital pedagogik, vad ska man tänka på kring förberedelser, tydlighet, delaktighet, interaktivitet och uppföljning.

**MÅLGRUPP** Den som vill hålla digitala kurser för våra medlemmar. OBS! Kursen kräver förkunskapen att ha sett Gabriel Eliassons webinarium "Att leda seniorer i Digital teknik". Länk <https://www.youtube.com/watch?v=WYsxqaloes4>

Inbjudan skickas till medlemmar som deltog den 9 nov på ovan nämndawebbinarium. Kursen är ett samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan.

### Kivra och BankID *Digital*

Datum: 30 januari kl. 10.00 – 11.30

Representanter från Kivra och BankID informerar och svarar på frågor.

**MÅLGRUPP:** Alla medlemmar

**Anmäl dig här:**

[https://spfseniorerna-se.zoom.us/webinar/register/WN\\_h43ZUc2MSli7fG-0rrv7YA](https://spfseniorerna-se.zoom.us/webinar/register/WN_h43ZUc2MSli7fG-0rrv7YA)

## Har det blivit svårt att läsa tidningen och böckerna?



### Du kan lyssna i stället!

Datum: 1 februari kl. 10.00 – 11.30

I samarbete med MTM, Myndigheten för tillgänglig media, berättar vi om tjänsten Dagstidningen som taltidning. Vi informerar också om det digitala biblioteket, där du som möter hinder när du vill läsa en bok, kan låna talböcker och e-böcker hemifrån.

**MÅLGRUPP:** Webbinariet vänder sig till intresserade och berörda. Även anhöriga är välkomna att anmäla sig till webinariet. Synansvariga i distrikt och förening välkomnas.

**Anmäl dig här:** <http://bit.ly/4ahVXR3>

### Distriktens Rekryteringskonferens *Digital*

Datum: 14 februari kl. 10.00 - 12.30

Under konferensen kommer vi att fokusera i huvudsak på två frågor:  
Vad är distriktets roll och ansvar när det gäller marknadsföring och rekrytering?  
Hur kan distriktet, utifrån sina förutsättningar, stötta föreningarna?

Konferensen genomförs som ett Zoom Meeting där alla kan använda mikrofon och kamera.

**MÅLGRUPP:** Vi bjuder in representanter från distriktsstyrelse och ansvarig för rekrytering och marknad.

Inbjudan med registreringslänk skickas med e-post från förbundet.

### Rekryteringstips! del 11 *Digital*

Datum: 21 februari

kl. 10.00 - 12.00 <https://spfseniorerna-se.zoom.us/meeting/register/tZAtc-ypqDssGdRj87JieiTU0g44kmMchkTa>

eller

kl. 13.00 - 15.00 [https://spfseniorerna-se.zoom.us/webinar/register/WN\\_Rrajf9-HRJGgy8pDB7wHXA#/registration](https://spfseniorerna-se.zoom.us/webinar/register/WN_Rrajf9-HRJGgy8pDB7wHXA#/registration)

*Temat för denna träff är engagemang.*

Vi bjuder in till två Zoom Meetings där ni har möjlighet att samtala med varandra i mindre grupper om 4 - 6 personer. Där diskuterar vi engagemang och ni kan fritt dela med er och sprida goda exempel från er verksamhet och diskutera nya idéer för att värva nya medlemmar och aktivera befintliga.

**MÅLGRUPP:** För dig inom Rekrytering/Marknad/Kommunikation eller med annat uppdrag som har direkt eller indirekt koppling till medlemsvärvning i förening eller distrikt, exempelvis webbansvarig.

Datum: 7 mars (preliminärt)

Välkommen till en utbildning om hur vi kan utveckla vårt arbete i de kommunala och regionala pensionärsråden. Utbildningen ger både grundläggande kunskap om pensionärsråd, hur kommuner och regioner fungerar och hur vi kan arbeta. Ni kommer också att få goda argument till varför pensionärsråden behövs. En utbildning med både kunskap och inspiration för ditt uppdrag.

**MÅLGRUPP:** Webbinariet vänder sig främst till dig med uppdrag i ett kommunalt eller regionalt pensionärsråd men också till ordföranden i distrikt och föreningar samt andra intresserade.

### Utbildningskonferens *Digital*

Datum: 12 mars kl. 10.00 – 11.30

Nu slår vi ett slag för bokcirkeln! Vi informerar också om Betalningshjälpens omfattande studiematerial. Vi berättar om utbildningar inom digitalisering och valberedning och inspelade och kommande webinarier.

**MÅLGRUPP:** Utbildningsansvariga och studieombud, i förening och distrikt liksom cirkelledare. Även Digitaliserings/ansvariga/ombud i distrikt och förening samt digitala coacher är välkomna.

**Anmäl dig här:**

[https://spfseniorerna-se.zoom.us/webinar/register/WN\\_6gbbNCEwToWPpSqFp4NNow](https://spfseniorerna-se.zoom.us/webinar/register/WN_6gbbNCEwToWPpSqFp4NNow)

### Folkhälsokonferens *Digital*

Datum: 14 mars kl. 10.00 - 11.30

Inför folkhälsoveckan (vecka 21). Vi vill gärna att ni delar med er av tips och idéer. Förbundet informerar om folkhälsoveckan, förbundsmästerskap och studiematerial i ämnet hälsa.

**MÅLGRUPP:** Folkhälsoansvariga, folkhälsoombud, friskvårdsombud i förening eller distrikt.

**Anmäl dig här:**

[https://spfseniorerna-se.zoom.us/webinar/register/WN\\_dPKM4wHNQ-atezdcblBdQg](https://spfseniorerna-se.zoom.us/webinar/register/WN_dPKM4wHNQ-atezdcblBdQg)

Datum: 21 mars(+ 22 nov)

Anmäl dig här [https://spfseniorerna-se.zoom.us/webinar/register/WN\\_E5KNRzk9SI6KRyAWNt7HEg](https://spfseniorerna-se.zoom.us/webinar/register/WN_E5KNRzk9SI6KRyAWNt7HEg)

**MÅLGRUPP:** Styrelser och funktionärer som administrerar föreningens Facebook

## Koll på läkemedel *Digital*

Datum: 11 april (preliminärt)

Välkommen till ett temaseminarium om läkemedel och hur vi kan driva frågorna lokalt och regionalt. Hur ser det ut idag med användningen av olämpliga läkemedel och med multimedcinering hos äldre? Vad gäller och vad vet vi om läkemedelsgenomgångar och varför är det brist på vissa läkemedel?

**MÅLGRUPP:** Läkemedelsansvariga samt pensionärsrådets representanter

## Folkhälsokonferens fysisk, en övernattning

Datum: 16 – 17 april

Nu är det dags för distriktens folkhälso- och friskvårdsansvariga att åka på konferens. Välkomna till den gamla fängelsoen, Långholmen, i Stockholm. Det blir mycket rörelse, utomhusvistelse och föredrag ifängslande inomhusmiljö.

Särskild inbjudan skickas till distriktens folkhälsoansvariga enligt utdrag ur medlemsregistret.

**MÅLGRUPP**Distriktens folkhälsoansvariga

## Rekryteringstips! Del 12 *Digital*

Datum: 23 april kl. 10.00 -11.00

Webbinarium, tema meddelas senare

**MÅLGRUPP:** För dig inom Rekrytering/Marknad/Kommunikation eller med annat uppdrag som har direkt eller indirekt koppling till medlemsvärvning i förening eller distrikt, exempelvis webbansvarig.

**Anmäl dig här:**

[https://spfseniorerna-se.zoom.us/webinar/register/WN\\_Rrajf9-HRJGgy8pDB7wHXA#/registration](https://spfseniorerna-se.zoom.us/webinar/register/WN_Rrajf9-HRJGgy8pDB7wHXA#/registration)

## Ensamhet, ålderism och lokal påverkan *Digital*



Datum: maj/höst, meddelas senare

**MÅLGRUPP:** Webbinariet vänder sig till alla som är intresserade av frågan om ofrivillig ensamhet, men också till dig med uppdrag i ett kommunalt eller regionalt pensionärsråd, ordföranden i distrikt och föreningar samt andra intresserade.

## Tryggare ekonomi för äldre *Digital*

Datum: mars/april, meddelas senare

Digitala kurser som genomförs i samarbete med Finansinspektionen och övriga seniororganisationer.

## Zoom-utbildning *Digital*

Datum: Meddelas senare

- 1) Delta i ett Zoom-möte kl. 10.00 -12.00
- 2) Att leda ett Zoom-möte kl. 14.00-16.00

Peter Sikström med kansli utbildar.

**MÅLGRUPP:** Alla medlemmar

## Folkhälsovecka

Datum: vecka 21

Årets folkhälsovecka går av stapeln i sköna maj, vecka 21.

### *Nya medlemsregistret, film*

Länk: <https://www.youtube.com/watch?v=kGgJ05k9XnU>

”Att leda seniorer i Digital teknik” med Gabriel Eliassons.

Länk <https://www.youtube.com/watch?v=WYsxqaloes4>

”Att leda ett Zoom-möte” med Peter Sikström

Länk [https://www.youtube.com/watch?v=W9Uk8tkN\\_6k](https://www.youtube.com/watch?v=W9Uk8tkN_6k)

**Intranätet** – en utbildningsfilm om Intranätet <https://youtu.be/F8xI5OA2FN8>

**Valberedningsutbildning** – Här kommer en väldigt bra utbildning för alla som är valberedare. SV, Studieförbundet Vuxenskolan, erbjuder en e-utbildning som följer valberedningens arbetsår. Starta när som helst. Enkel att följa, arbetsplaner etc går att skriva ut. Genomför gärna tillsammans. Klicka på länken och starta!

<https://www.learnify.se/l/show.html#att/6XyJN>

**Föreningsguiden** - En skrift för den som vill veta mer om hur SPF Seniorerna fungerar. Uppdaterad version som behandlar föreningsutveckling. Passar fint att ge till nya medlemmar som en introduktion till föreningsverksamheten. Finns i webbshopen eller för utskrift på intranätet. <https://spf.foreningssupport.se/forening-och-distrikt/handbocker/foreningsguide/>

**Snabbkurs i privatekonomi– e-utbildning.** Vi har genom samarbete med Finansinspektionen tillgång till deras kurser. Här är deras e-utbildning, som man genomför själv eller med andra. <https://gilladinekonomi.se/#private-economy-items>

**Trygg pension** – ett pålitligt pensionssystem och rimliga pensioner, intranätet.

**God livsstiloch gott åldrande** – en studiecirkel som bygger på boken *Hela livet* och *Livsstilsverket*. Materialet är gjort i samarbete med Anders Rosengren, läkare och professor. Intranätet.

**Inspelade webinarier** finns på Intranätet (Förening och distrikt – Inspelade webinarier)