

2024-01-20



Arvidsjaur/Arjeplog

Tid 2024-02-20 kl 1300  
Plats Medborgarhuset Arvidsjaur

Årsmöteshandlingar skickas digitalt till alla medlemmar med en e-postadress

Medlemmar utan e-post adress kan i Arjeplog erhålla handlingarna på Studieförbundet Vuxenskolans lokal den 5 feb, mellan kl 12-15  
Medlemmar i Arvidsjaur som önskar handlingarna kan hämta dessa på Studieförbundet Vuxenskolans lokal från den 5 feb. dagtid.

Handlingarna kan också beställas för utskick via e-post på e-postadressen nedan.

Varmt välkomna  
Bjarne Hald  
Ordförande

## Dagordning vid SPF Arvidsjaur/Arjeplogs årsmöte 2024

1. Mötets öppnande
2. Parentation för avlidna medlemmar  
Val av mötesfunktionärer a) ordförande, b)sekreterare, c) justerare 2 st.
3. Fastställande av röstlängd
4. Mötets behöriga utlysande
5. Fastställande av dagordning
6. Behandling av:
  - Verksamhets och förvaltningsberättelse
  - Resultat- och Balansräkning
7. Revisionsberättelse
8. Fastställande av Resultat- och Balansräkning
9. Ansvarsfrihet för styrelsen
10. Fastställande av verksamhetsplan och budget för 2024.
11. Fastställande av medlemsavgift för 2025.
12. Fastställande av ersättning för ordförande, kassör, sekr, ledamot och revisor.
13. Behandling av inkomna motioner.
14. Behandling av förslag från styrelsen
15. Fastställande av antal styrelseledamöter
16. Val av ordförande 1 år
17. Val av ledamöter
18. Val av suppleant för 1 år
19. Val av revisor och ersättare för 1 år
20. Val av ombud till Distriktsstämma
21. Val av ledamöter till Tillgänglighetsrådet
22. Fastställande av antal ledamöter i valberedningen
23. Val av ordförande och ledamöter i valberedningen
24. Behandling av övriga frågor som anmälts.
25. Avslutning av årsmötet

## Verksamhetsberättelse för SPF seniorerna Arvidsjaur/Arjeplog 2023

Styrelsen har under året bestått av ordförande Bjarne Hald, vice ordförande Bo Nilsson, kassör Mildrid Haarstad samt ledamöterna Anna-Lisa Söderqvist och Annika Pettersson, ersättare Barbro Lundmark.

Föreningen bestod vid årets början av 119 medlemmar. Vid årets slut var föreningen 113 medlemmar (47 män, 66 kvinnor). Under året har två medlemmar avlidit och åtta medlemmar har begärt utträde av olika skäl. Under verksamhetsåret har fyra nya medlemmar sökt medlemskap. Gratulationskort skickades till de som fyllt jämnt. Kondoleanstelegram ha.

Vid Distriktet Årsstämma i Luleå den 20/4 deltog Bjarne Hald och Mildrid Haarstad

På FO konferensen i Luleå den 26 oktober deltog Bjarne Hald, Mildrid Haarstad och Roland Selberg. På uppföljningskonferensen 22 nov deltog Roger Lundman.

Föreningen har även ansökt om projektpengar för aktiviteter 2024 för att "motverka ofrivillig ensamhet" hos Socialstyrelsen, beslut erhålls 2.a kvartalet 2024.

I Arjeplog har följande aktiviteter genomförts.

- Ett medlemsmöte med kommunen i mars månad där det informerades om det nya äldreboendet
- Barbro Nilsson deltagit/bevakat möten med HOP-rådet( kommunens handikapp och pensionärsråd).

I Arvidsjaur har följande aktiviteter genomförts:

- Under året har årsmöte och åtta medlemsmöten genomförts, med bland annat föreläsning från Apoteket om mediciner, från kommunen om Krisberedskap samt ett studiebesök på Arvidsjaur flygplats.
- Sju styrelsemöten har genomförts.
- Roland Selberg och Roger Lundman har deltagit i Kommunens Tillgänglighetsrådet möten som efter en lång startsträcka under hösten kom igång.

Följande medlemsaktiviteter har genomförts:

- Folkhälsoveckan 8-12 maj med digitalt sända föreläsningar inom ramen för SPF-Seniorernas Folkhälsovecka, Grillträff på Rymmarstadion i maj, Surströmmingslunch i september och Julbord i december
- Under året har två bokcirklar genomförts, på våren Mikael Niemis bok "Koka Björn" och under hösten Per Rune Nilssons "Syndaren".
- Friskvård i form av stavgång har genomförts tisdagar och torsdagar under vintern, våren och hösten med 10-15 deltagare/tillfälle. Under sommaren har stavgången ersatts med bouleaktivitet, dock med lägre deltagande.


- Medlemmar har varit funktionärer vid K4 IF:s arrangemang för K 4 i skidor och terränglöpning.

Årets Hemtjänstindex från SPF -Seniorerna var glädjande så till vida att Arjeplogs- och Arvidsjaur kommuner ligger i topp i Norrbotten, i sammanvägt värde så har Arjeplog placering 56 (9) och Arvidsjaur placerar sig som 96 (51) bland landets 290 kommuner. Båda kommunerna har sämre placering än 2022!

Resultatet dras framför allt ner av delområdet "Stöd och utveckling" där Arjeplog har placering 259 och Arvidsjaur 220! Tyvärr har SPF inte fått framgång i att få förståelse i kommunledningen för att ta del av detaljerna i rapporten som grund för att utveckla verksamheten. Kommunen anser att kostnaden på knappt 20 000 kr är för hög.

Styrelsen framför sitt tack till alla som på olika sätt företrätt föreningen.

Arvidsjaur 2024-01-15



Bjarne Hald  
Ordförande

Bo Nilsson  
Vice ordförande

Mildred Haarstad  
Kassör



Annika Pettersson  
Ledamot



Anna-Lisa Söderkvist  
Ledamot

**Styrelsen för SPF SENIORERNA Arvidsjaur/Arjeplog får härmed avge årsredovisning för räkenskapsåret 2023.**

## **Förvaltningsberättelse**

Se verksamhetsberättelsen.

<b>Flerårsöversikt</b>	<b>2023</b>	<b>2022</b>	<b>2021</b>	<b>2020</b>
Resultat	-3.878:-	-4.907:-	6-168:-	917:-
Eget kapital	40.646:-	44.525:-	49.432:-	43.264:-

## **Förslag till disposition**

Styrelsen föreslår att till ny räkning överföres 40.646;- SEK

Föreningens ekonomiska ställning i övrigt framgår av särskild redovisad resultat- o balansräkning.

Arvidsjsur 2024-01-22

Styrelsen för SPF SENIORERNA Arvidsjaur /Arjeplog

# SPF Seniorerna Arvidsjaur

Utskriftsdatum 2024-01-15

## Balansräkning

Räkenskapsår:

2023-01-01—2023-12-31

### Tillgångar

1910	Kassa	840,00
1930	Checkräkning/Bankgiro	39.806,14

**Summa Tillgångar** **40.646,14**

### Skulder o eget kapital

8999	Ingående kapital	44.525,11
2019	Årets resultat	-3.879,97

**Summa eget kapital** **40.646,14**

## Resultaträkning

Räkenskapsår:

2023-01-01--2023-12-31

**Intäkter**

3051	Medlemsmöten	2.240,00 kr	
3310	Lotteri	5.120,00 kr	
3890	Medlemsavgifter	6.960,00 kr	
3910	Erhållna bidrag	16.110,23 kr	
	<b>Summa intäkter</b>		30.430,23 kr

**Kostnader**

4010	Varuinköp	-17.868,75 kr	
4022	Lotterivinster	-2.623,60 kr	
4028	Förbundsavgifter	-2.300,00 kr	
5010	Lokalhyra	-2.000,00 kr	
5900	Reklam och PR	-482,85 kr	
6100	ADM	-337,00 kr	
6410	kostnadsersättning	-4.497,00 kr	
6420	Rervkostnad	-400,00 kr	
6570	Bankkostnader	-1.100,00 kr	
6990	Diverse kostnader	-1.500,00 kr	
7610	Utbildningskostnader	-1.200,00 kr	
	<b>Summa Kostnader</b>		-34.309,20 kr

**Årets Resultat****-3.878,97 kr**

## Revisionsberättelse

Undertecknad av Arvidsjaur SPF-avdelning valda revisorer har granskat årsbokslutet, räkenskaperna och styrelsens förvaltning för räkenskapsåret 2023. Granskningen har utförts enligt god revisionssed.

Bokslutet har gjorts enligt god redovisningssed och god föreningssed och vi tillstyrker – att resultaträkningen och balansräkningen fastställs – att resultatet disponeras i enlighet med styrelsens förslag och – att styrelsens ledamöter beviljas ansvarsfrihet för räkenskapsåret.

Arvidsjaur den 24 januari 2024



---

K-G Lindkvist



## SPF-Seniorerna Arvidsjaur/Arjeplog

### Syfte

Föreningen ska främja medlemmarnas sociala gemenskap och därigenom minska ofrivillig ensamhet.

Medlemmarnas intresse skall tillvaratas genom att aktivt delta i såväl kommunala Tillgänglighetsrådet som aktiviteter inom SPF- seniorernas på såväl riks- och distriktsnivå.

Föreningen skall bidra till att öka informationen om frågor som är särskilt angelägna för äldre, såsom folkhälsa, ekonomi, trygghet och säkerhet samt boende och omvårdnad.

Medverka till att öka kunskapen om digitaliseringens möjligheter och risker samt hur man kan tillgodogöra sig digitaliseringen i vardagen.

### Mål

#### Verksamhetsårets mål är att:

- öka antalet medlemmar med minst 10 medlemmar.
- synliggöra vad föreningen gör och uppnår genom sociala medier och reportage i lokala medier.
- bidra till att medlemmarnas intresse och möjlighet att tillgodogöra sig nya teknikens möjligheter och risker genom utbildningsinsatser och föreläsningar.
- medverka till bättre folkhälsa genom information kring folkhälsans betydelse och aktiviteter som bidrar till bättre folkhälsa.
- genomföra aktiviteter som motverkar ofrivillig ensamhet bl.a genom föreläsningar med inriktning ekonomi, trygghet, omvårdnad och boende.

### Metod

- annonser om aktiviteter som föreningens verksamhet, genom digitala kanaler och flyers.
- stavgång, bouleaktiviteter och studiecirkel.
- föreläsningar, aktuella ämnen kring folkhälsa, ny teknik m m som sker digitalt som kan genomföras enskilt eller tillsammans.
- säkerställa att hemsida och SPF- app är aktuella.
- genom att engagera intressanta föreläsare intern och externt öka deltagande på aktiviteter.

## Plan för Styrelse- och månadsmöten

Styrelsemöten genomförs i SV lokaler på Stationsgatan om inget annat sägs, mötet genomförs som hybrid möte om så krävs för att alla skall kunna delta.

Medlemsmöten genomförs i Medborgarhuset.

### Styrelsemöte

Onsdag 10 januari, kl 10.00

Onsdag 7 februari, kl 10.00

Tisdag 20 februari, efter årsmöte konstituerande möte

Onsdag 6 mars, kl 10.00

Onsdag 3 april, kl 10.00

Onsdag 8 maj, kl 10.00

Onsdag 4. september, kl 10.00

Onsdag 9 oktober, kl 10.00

Onsdag 6. november, kl 10.00

Onsdag 4. december kl 10.00

### Medlemsmöte

Tisdag 20 februari, kl 13.00, tillika årsmöte

Tisdag 19 mars, kl 13.00

Tisdag 16 april, kl 13.00

Tisdag 21 maj, tid beroende på  
Folkhälsoveckans program, Grillning

Tisdag 17 september, kl 12.00  
Surströmming

Tisdag 15 oktober, kl 13.00

Tisdag 19 november, kl 13.00

Torsdag 12 december, kl 12.00

## Aktiviteter

Stavgång

Varje tisdag - torsdag jan - maj,  
sept - dec

Studiecirkel Inlandsbanan

Jan - juni

Folkhälsovecka

Varje dag 20 till 24 maj

Resa Inlandsbanan

18 - 20 juni

Boule

Tisdag o Torsdag juni - augusti

Grillning

21 maj, plats enligt senare

SPF Seniorerna Norrbotten, Arvidsjaur

c/o SV Arvidsjaur Stationsgatan 27A, 93332 Arvidsjaur

Org nr 899100-4436 Bg 412-0135  
[www.spfseniorena.se/arvidsjaur](http://www.spfseniorena.se/arvidsjaur)

Surströmming	17 september, plats enligt senare.
Jullunch	12 december plats enligt senare.
Bokcirkel	Under hela året.
Distriktets FO konferens	14 Mars, Luleå
Distriktsårsmöte	25 april, Luleå

## Teman

Februari	
Mars	Ekonomi, framtidsfullmakt
April	Översiktsplanen
Maj	Folkhälsoveckan
September	Trygghet
November	
December	

## WEBB utbildningar 2024

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

Datum 18 januari + 25 januari 2024

Kursen innehåller två moment: digital pedagogik och fördjupande kunskap i videomötesystemet 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".

Inbjudan skickas till medlemmar som deltog den 9 nov. Länk till webinariet: <https://www.youtube.com/watch?v=WYsxqaloes4> 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

### Länk till inbjudan

SPF Seniorerna Norrbotten, Arvidsjaur

c/o SV Arvidsjaur Stationsgatan 27A, 93332 Arvidsjaur

Org nr 899100-4436 Bg 412-0135  
[www.spfseniorerna.se/arvidsjaur](http://www.spfseniorerna.se/arvidsjaur)

## 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.

[Länk till anmälan](#)

## 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

kl. 13.00 - 15.00

[Länk till inbjudan](#)

*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.

## **Pensionärsråd - utbildning** *Digital*

Datum: 7 mars

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 Betalningshjälps 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.

[Länk till inbjudan](#)

## **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.

[Länk till inbjudan](#)

## **Facebookskola för förening** *Digital*

Datum: 21 mars (+ 22 nov)

MÅLGRUPP: Styrelser och funktionärer som administrerar föreningens Facebook.

[Länk till anmälan](#)

## **Koll på läkemedel** *Digital*

Datum: 11 april

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

## **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.

[Länk till anmälan](#)

## **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.

## Studiematerial: filmer, studiecirklar, handböcker

*Film om nya medlemsregistret:*

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

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

*"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)

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

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

*Föreningsguiden* - En skrift för den som vill veta mer om hur SPF Seniorerna fungerar. 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.

**SPF Seniorerna Norrbotten, Arvidsjaur**

c/o SV Arvidsjaur Stationsgatan 27A, 93332 Arvidsjaur

Org nr 899100-4436 Bg 412-0135  
[www.spfseniorerna.se/arvidsjaur](http://www.spfseniorerna.se/arvidsjaur)

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

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



## Budget 2024

### Intäkter

3051	Medlemsmöten	8 000 kr	Fika stavgång, Grill o Surströmming
3310	Lotteri	7 000 kr	
3890	Medlemsavgifter	6 600 kr	60 kr/medlem
<b>Summa intäkter</b>		<b>21 300 kr</b>	

### Utgifter

4010	Varuinköp	8 000 kr	
4022	Lotterivinster	3 500 kr	
4028	Förbundsavgifter	2 300 kr	Fritt medlemskap första året
5010	Lokalhyra	600 kr	Kommunen
6100	Administration	2 200 kr	
6410	Kostnadsers	3 900 kr	Styrelsen
6420	Reserv	800 kr	
6570	Bankkostnader	1 300 kr	
6990	Diverse	1 000 kr	
<b>Summa kostnader</b>		<b>23 600 kr</b>	

## P 11 Medlemsavgift för 2025

2023 beslutade SPF Seniorerna att höja medlemsavgiften med 30 kr, till 190 kr från 2025. Medlemsavgiften för SPF Seniorerna Arvidsjaur/Arjeplog är 2024 250 kr, vilket ge 160 kr till SPF Seniorerna centralt, 30 kr till Norrbottens distriktet och 60 kr till föreningen.

Föreningens kapital är efter 2023, 39 614 kr, intäkterna från funktionärskap bedöms upphöra från 2024. Därav följer att för att säkerställa ekonomin långsiktigt behövs en höjning av medlemsavgiften från 2025.

Styrelsens föreslår att medlemsavgiften för 2025 höjs till 300 kr.

## P 14 Behandling av förslag från styrelsen

Med hänsyn till att inga intäkter bedöms erhållas för funktionärskap behöver kostnaderna för "fika" i samband med stavgång och bokcirkel klara sina egna kostnader.

En avgift kommer att tas ut för grillning, surströmming och julbord.

Styrelsen föreslår därför att för fika i anslutning till stavgång så erlägger deltagarna en säsongsavgift på 100 kr/person och 10 kr/enstaka tillfälle.