



Verksamhetsberättelse 2014 för SPF Falubygden

Årsmöte hölls den 19 februari 2014 i Nybrokyrkan. Förhandlingarna leddes av Lennart Nilsson. Drygt ett hundra medlemmar deltog.

Styrelsens sammansättning framgår av förteckning nedan. Styrelsen har under året haft 13 sammanträden, protokollen redovisar 237 paragrafer. Vid något tillfällen har styrelsens arbetsutskott sammanträtt före styrelsens sammanträde. Härutöver har styrelsen haft ett icke protokollfört arbetsmöte, speciellt inriktat på utvecklingsfrågor.

Antalet medlemmar har under året varit närmast konstant, en mindre ökning från 2175 till 2182. Antalet nya medlemmar har varit 166, återregistrerade 3, hitflyttade 6, frånflyttade 17, avlidna 60 och avregistrerade 90.

Kommittéerna har under året utvecklat sina områden. Samtliga kommittéer har lämnat egna rapporter om sina aktiviteter. Trafikkommittén har kommit igång ordentligt. Kulturkommittén har under året uppgått i Programkommittén.

Två informationsmöten för nya medlemmar har genomförts. Med anledning av att förbundet 2014 firade 75-årsjubileum och vår förening 35-årsjubileum arrangerades i augusti en konsert i Kristinehallen med Falu Evergreen och kören. Nästan 500 personer var där och lyssnade.

Tillsammans med PRO arrangerade vår förening inför valet en utfrågning av företrädare för de partier som är representerade i kommunfullmäktige.

Vår förening har medverkat i kommunens "Kvalitetsvecka" med utställning av våra aktiviteter och tillsammans med distriktet vid 60+-mässan på Lugnet. Inom friskvården har våra medlemmar deltagit i olika mästerskap.

Föreningen har tillsammans med de övriga tre SPF-föreningar, som har mer än 2000 medlemmar, SPF Kvarnen Järfälla, SPF Eskilstuna och SPF Nyköpingsföreningen, och med ekonomiskt stöd från förbundet bedrivit ett utvecklingsarbete *Stora föreningar i samverkan* som har varit inriktat på de möjligheter respektive svårigheter som är förknippade med just en stor förening. Slutrapporten finns att läsa på vår webbplats.

För att öka kontakterna mellan styrelsen, som from 2014 har bestått av färre ledamöter än tidigare år, och de olika kommittéerna har representanter för styrelsen deltagit i vissa av de olika kommittéernas möten.

En arbetsgrupp har utrett möjligheterna att via formulär på föreningens webbplats göra anmälningar till resor och studiebesök. Särskild vikt har lagts vid att de som inte har tillgång till dator och internet inte ska missgynnas. Försöksverksamhet avses påbörjas under 2015.

Till alla de medlemmar i föreningen som ställt upp under året i olika funktioner riktar jag föreningens varma tack för alla insatser. Föreningen bärs upp av ideella insatser som våra medlemmar bidrar med. Fler är välkomna att arbeta aktivt i föreningen.

Gunnar Trued
Ordförande



Styrelse: Gunnar Trued ordförande, Ann Lagerby vice ordförande, Bengt Ahlstrand kassör, Bo Bävertoft sekreterare, Gun Eriksson, Margareta Nissby och Birgitta Wallman.

Revisorer, ordinarie: Sören Thunström och Helena Norberg. Ersättare: Matts Nordström.

Ombud vid distriktets stämma: Gunnar Trued, Ann Lagerby, Bo Bävertoft, Bengt Ahlstrand, Margareta Nissby, Lisbeth Lundin, Pia Ekström och Ingalill Sundbrandt.

Ombud vid Vuxenskolans årsmöte: Pia Ekström.

Valberedning: Anli Andersson sammankallande, Britt Thuresson och Bo Holmkvist.

Verksamhetsberättelse 2014 för Expeditionskommittén

Expeditionskommittén har under året bestått av Anli Andersson, Lisbeth Lundin, Birgitta Eriksson, Maud Nilsson, Lisbeth Thunström, Kersti Jungsbo, Eva Wind och Torsten Gudmunds.

Expeditionen har varit öppen tisdagar, torsdagar och fredagar mellan klockan 10.00 – 12.00 under tiden 7 januari till 6 juni och under hösten 5 augusti till 19 december. Den har även varit öppen en gång i veckan, tisdagar, under sommartid.

Vi har haft många besök och telefonsamtal. Intensivast har det varit i samband med programmets utdelning. Vid dessa tillfällen har vi varit dubbelbemannade de första dagarna, eftersom intresset för våra populära resor och studiebesök är mycket stort. Anmälningdatumerna är numera fördelade så att inte alla anmälningar blir samma dag.

Gruppen har även haft 4 st planeringsmöten under året.

För expeditionskommittén
Lisbeth Lundin
Sammankallande

Verksamhetsberättelse 2014 för Falu SPF-kör

SPF-körens ledningsgrupp har bestått av Mats Bergman, Margareta Dunkars, Margareta Lagerquist Carlsson, Sonja Hedén och Bengt Nyberg. Stämfiskaler har varit Gun Aastad, Gunnel Björn, Tore Jämtén och Torsten Stenberg. Carl Magnus Hallbäck har tjänstgjort som notbibliotekarie med assistans av Sören Thunström. Krönikör har varit Gun Aastad som dokumenterat körens verksamhet i text och bilder. Anna-Greta Andersson och Ulla Wåger har utgjort valberedning.

Kören har övat i Nybrokyrkan på tisdagseftermiddagar vid 26 tillfällen under året. Antalet sångare var vid årets slut 53; 23 sopraner, 18 altar, 6 tenorer och 6 basar. Ledare och dirigent är Margareta Åberg.

Kören har medverkat med sång vid följande tillfällen:

- Den 23 februari Träffpunkt Britsarvet
- Den 8 mars Kafé Björken
- Den 14 mars Daljunkaregården
- Den 9 april SPF Falubygdens månadsmöte



- Den 13 maj Vårkonsert i Västanfors kyrka
- Den 31 augusti Jubileumskonsert i Kristinehallen
- Den 12 oktober Tacksägelsegudstjänst i Gagnefs kyrka
- Den 25 oktober Kafé Björken
- Den 26 november Daljunkaregården
- Den 4 december Lustigknopp
- Den 14 december Adventsgudstjänst Nybrokyrkan

Det har blivit tradition att kören varje år gör en bussresa och i år gick den till grannlandet Västmanland där Västanfors hembygdsgård är särskilt intressant att besöka. Vårterminen avslutades så med en vårkonsert i Västanfors kyrka under Margareta Åbergs ledning. Falu-kören hade inbjudit medlemmarna i SPF Liljan Fagersta till konserten. Mats Åberg spelade ett antal orgelkompositioner som väckte stor beundran. När körens tenor, Per-Olof Hedlund, spelade på sin gitarr och Mats Åberg på orgeln utbröt spontana applåder i kyrkan.

Under hösten medverkade kören i två kyrkor; vid högmässan i Gagnefs kyrka på tacksägelsedagen och vid gudstjänsten i Nybrokyrkan i Falun på tredje advent.

När kören sjunger i vård-och omsorgsboendena deltar även de dementa med lust och glädje i flera av sångerna. Det känns meningsfullt att besöka våra äldreboenden.

Vi gläds när folk vill lyssna när vi sjunger, men för körmedlemmarna betyder varje körövning också friskvård. Under Margareta Åbergs ledning värmer vi upp våra röster och får sen sjunga ut efter noter. Sen går vi hem glada åt gemenskapen i kören och piggare i både knopp och kropp.

Margareta Dunkars

Verksamhetsberättelse 2014 för Friskvårdskommittén

Friskvårdskommittén har under året haft följande sammansättning: Agneta Lundgren, Sigrid Grälls, Anders Pettersson, lämnade kommittén 9 maj 2014, Mats Hiertner och Hans Thors. Kommittén har under året haft fyra sammanträden. Vid kommitténs första sammanträde 2014 avtackades Nils Jonsson, efter elva års arbete i kommittén. Nils tillsammans med "Eje" Ekeborg startade de numera populära skogsvandringarna. Nils har även på annat sätt bidragit till att Friskvårdskommittén utvecklats till en mycket aktiv kommitté med många aktiviteter.

Friskvårdskommitténs verksamhet har under året omfattat boule, bowling, golf, skogsvandringar, rygg- och vattengymnastik, längdskidåkning, stavgång och en period med MotioneraMera-lotteriet.

Boulegruppen är en mycket aktiv sektion både sommar och vinter. Under året har ett stort och ökande antal medlemmar deltagit i sammankomsterna. Deltagarantalet har vid flera tillfällen varit över fyrtio deltagare. Det genomsnittliga antalet har varit 35 deltagare. Grusplanen i närheten av korsningen Kopparvägen-Vallavägen är platsen för utomhusspelet. Inomhusspelet bedrivs liksom tidigare i Falu Bouleklubbs förstklassiga inomhusarena på Vallavägen i Norslund.

Boulegruppen har med stor framgång deltagit i olika tävlingar. I "klotligan" med 48 deltagande lag från länets PRO-och SPF-föreningar blev vårt lag, SPF Falubygden, slutsegrare. I årets kommunserier



deltog tio lag från PRO- och SPF-föreningar i kommunen. Tre av de fyra finallagen var från SPF Falubygdens. Det blev "storslam" Våra lag erövrade de tre första platserna.

Ansvariga för bowlinggruppen är Gunnel Odén och Hans Engström Varje vecka har 25-27 deltagare samlats i bowlinghallen för spel och trevlig gemenskap. Närvarotalet har ökat de senaste åren. Det beror sannolikt på den serietävling som nu genomförs för fjärde året i följd. Tävlingen har omfattat tjugo spelomgångar. De tio bästa omgångarna har räknats för varje deltagare. Segrarna är SPF-Falubygdens föreningsmästare 2014. Herrarna spelade i två klasser. Segrarna heter Gunnel Odén, Olle Holmgren och Kent Malmström. Serietävlandet fortsätter även under kommande år. 2015 års serietävling har startat under hösten 2014. Det kan betonas att det är frivilligt att tävla. Man kan delta i bowlingen enbart för motion och gemenskap utan att delta i serietävlingen.

I SPF-mästerskapen på riksplanet har våra bowlare för andra året i rad haft fina framgångar genom Anita Bergqvist, Mats Hellsten och Yngve Larsson som erövrade andraplatser i sina resp. åldersklasser. I lagtävlingen blev det en andraplats genom Mats Hellsten/Bertil Karlsson

Stavgång är en motionsform som kan utövas individuellt eller i grupp. En liten men naggande god grupp 10-13 deltagare träffas varje vecka för stavgång under ledning av Sigrid Grälls. Promenaderna brukar ske i världsarvsområdet runt Kålgården men även någon gång runt gruvan och i Rottnebyskogen.

Längdskidåkning finns numera i friskvårdskommitténs program, ledare för skidgruppen är Mats Hiertner. Skidvintern har trots snöbrist utnyttjats väl av vår skidgrupp. Många skidutflykter har genomförts från mitten av december till mitten av mars på olika ställen där åkbara skidspår har funnits. Skidgruppen har anmält ett SPF-lag i 2015 års "Stafettvasan".

För tionde året i följd har golfkurser genomförts under ledning av duktige instruktören Jonas Osterman från Samuelsdals golfklubb. Fortsättningskurserna samlade i år tjugo deltagare. I år blev det ingen nybörjarkurs. Vi hoppas att nya deltagare kommer nästa år. Efter genomförda kurser har deltagarna tillsammans med andra golfspelare SPF medlemmar samlats varje onsdag från mars fram till september för s.k. scramblespel. Intresset har varit stort, ca 18-30 deltagare har samlats varje gång till spel och social gemenskap. Daniels Sven Olsson har administrerat spelet på ett utmärkt sätt. Han har även fått in reportage från onsdagsgolven vid flera tillfällen. Avslutningen på säsongen blev extra festlig med både tvåspaltigt reportage i tidningen och bild på deltagarna.

Årets klubbmästerskap i golf, det åttonde i SPF Falubygdens historia, spelades som vanligt på Aspeboda-banan i början av juni onsdagen den 11 juni. Tävlingen lockade i år sammanlagt 60 deltagare. 2014 års klubbmästare är följande:

Damer klass A: Gunnel Odén klass B: Laila Johansson Agné

Herrar klass A: Dan Lundstedt klass B: Eric Nirs

SPF-Riksgolven som är en två-dagarstävling spelades i år på två banor Uddevalla GK och Skaftö GK. Vår förening representerades av två deltagare, som tävlade med den äran.

Motionslotteriet har under året pågått i en period. I lotteriet samlar deltagarna poäng. Varje poäng motsvarar en utförd aktivitet. I lotteriet deltog sammanlagt 110 deltagare vilket glädjande nog är en liten ökning jämfört med tidigare år. De deltagare som lämnat in sina motionskort har varit flitiga i sitt motionerande. Snittet för varje deltagare är ca 100 poäng. 40 vinnare lottades fram bland de inlämnade korten.



De populära skogsvandringarna har fortsatt för tolfte året i rad. Elva planerade vandringar har genomförts samt en extra vandring som avslutade vårsäsongen. Den gick längs den historiskt intressanta Lurån i Rog. En av vårvandringarna avslutades med gemensam lunch i Sågmyra herrgård. Vissa vårvandringar förlades lite längre bort från sta´n (Vika, Källslätten, Puttbo och Sågmyra). Höstvandringarna företogs i nära omgivningarna. Deltagarantalet ökar stadigt och många nya vandrare har tillkommit. I genomsnitt har 30 personer deltagit i vandringarna varav ca två tredjedelar har varit kvinnor. Under våren slogs nytt rekord med 44 deltagare vid en vandring. Efter de ordinarie vandringarna fortsatte en mindre grupp att vandra i Lugnetterrängen hela oktober. Vandringarna har varit förskonade från olyckstillbud. För att öka säkerheten medförs numera en GPS vid vandringstillfällena. Vandringarna har planerats och av nio vandringsledare. Verksamheten fortsätter under 2015 med start den 23 april.

Två populära aktiviteter är vattengymnastik och ryggymnastik. Vattengymnastiken som är en mycket populär aktivitet har i år utökats från tre till fem grupper. Med ökningen av antalet grupper har kön kunnat reduceras till ett fåtal. Uppskattade ledare för vattengymnastiken är Astrid Nordén och Lena Grönberg

Senior lättgympa, tidigare kallad ryggymnastik, har samlat 21 deltagare. Den ger mycket nyttig träning för hållningsmusklerna. Ledare är Lena Grönberg. Lena Grönberg leder också en grupp "Mjukgympa" som genomförs i ett lugnare tempo än Senior lättgympa. I mjukgympan utförs inga övningar liggande på golvet. Gruppen har blivit populär och har 20 deltagare.

Friskvårdskommittén tackar till sist för visat motionsintresse under det gångna året och önskar alla God fortsättning på nya motionsåret.

För Friskvårdskommittén
Hans Thors
sammankallande

Verksamhetsberättelse 2014 för Informationskommittén

Kommittén ombesörjer föreningens externa och interna kommunikation. Den externa innebär att förse omvärlden med referat och annan information om föreningens verksamhet. Den interna består av information om planerade respektive genomförda aktiviteter i medlemsbladet SPF-Nytt, på föreningens webbplats och genom de gruppmejl, som skickas ut till de medlemmar som så önskar.

Kommittén har under året bestått av Sven-Erik Ejeborg (reporter), Ann-Sofi Holmberg (reporter), Gustaf Lagerby (reporter), Margareta Nissby (redigering/layout samt sammankallande), Bo Bävertoft och Per Börjesson (webbansvariga) samt Kersti Jungsbo (gruppmejlansvarig). Tidigare gruppmejlansvarige Stig Oskar Hellberg lämnade kommittén vid årsstämman. Per Börjesson har under ett par månader i slutet av året vikarierat för Kersti Jungsbo. Till kommittén har annonsansvarig Bertil Jäderberg varit knuten.

Kommittén har under året sammanträtt åtta gånger. Representanter för föreningens styrelse har närvarat vid de flesta av mötena. Fyra nummer av SPF-Nytt har utgivits, varav tre om 44 sidor och ett om 40 sidor. Upplagan har varit 2300-2400 ex. Innehållet har bestått av fakta om föreningen och



dess organisation och funktionärer, information om kommande möten och andra aktiviteter som erbjuds medlemmarna samt reportage från föreningens olika verksamheter, intervjuer, presentationer, notiser.

SPF-Nytt får från föreningens annonsvärvare annonser för publicering. Värvingen har gått något sämre än förra året, annonsintäkterna har minskat. SPF-Nytt är ett medlemsblad och föreningsinformation. Meddelanden, reportage m m prioriteras. Redaktionen har inriktat sig på högst fyra sidor annonser. Föreningen har beslutat att höja annonspriserna fr o m år 2015.

SPF-Nytt har tryckts av Sahlanders Grafiska AB, Falun. Föreningens "brevduvor" har distribuerat SPF-Nytt till medlemmarna. Ett mindre antal har postdistribuerats.

Ett antal notiser om föreningens verksamhet har blivit införda i Falu-Kuriren och Dala-Demokraten. Ett flertal reportage har publicerats på Veteranens webbplats under "Landet runt".

Gruppmejl med aktuella meddelanden till medlemmar med e-postadress ligger på samma nivå som förra året. 59 gruppmejl har skickats. Antalet e-postadresser i medlemsregistret har ökat och är snart uppe i 1400, vilket innebär att mer än 1700 medlemmar kan nås via e-post. Gruppmejlutskicken görs via en e-postfunktion i medlemsregistret och medför ingen kostnad för föreningen.

Föreningens webbplats har regelbundet uppdaterats med information om kommande aktiviteter och referat från genomförda sådana. Under året har föreningen etablerat en egen sida på Facebook där information om kommande aktiviteter publicerats.

För Informationskommittén
Margareta Nissby
sammankallande

Verksamhetsberättelse 2014 för IT-Väntjänsten

IT-väntjänsten har under året utgjorts av Bengt Ahlstrand och Ove Lindberg.

De flesta av våra medlemmar ser dator och internet som en naturlig del av sin vardag och har normalt inga problem med det. Men ibland kan det hända något som man inte kan eller vågar ge sig på själv. Det kan vara ett program eller hela datorn som på något sätt har hängit sig, det kan vara installation av ett nytt program eller en ny skrivare. Kanske problem som går att klara ut på några minuter för den som kan - men som är ett oöverstigligt hinder för den som inte kan. De flesta av oss brukar då anlita barn eller barnbarn för att få hjälp. Alla har emellertid inte sådana tillgängliga. I så fall kan medlemmarna vända sig till föreningens IT-väntjänst som helt ideellt (och i mån av tid) hjälper dem att lösa problemet.

Under året har IT-väntjänsten gjort över 200 besök, varav några kunnat lösas per telefon. Många har haft dåligt skydd i sina datorer. Mycket har handlat om säkerhetstänkande. Även smakråd vid inköp har ingått i uppgifterna.

Bengt Ahlstrand



Verksamhetsberättelse 2013 för Kommunala Pensionärsrådet

Kommunala Pensionärsrådet är ett rådgivande organ med representanter från pensionärsorganisationerna, omvårdnadsnämnden, kommunstyrelsen och Landstingets hälso- och sjukvårdsnämnd. Rådet sammanträder vid fyra tillfällen fördelade på kalenderåret. Pensionärsrådets arbetsutskott bereder ärendena till sammanträdena och deltar i eller föreslår representanter till beredningar och utskott. KPR leds av omvårdnadsnämndens ordförande.

SPF representanter under året har varit: Ordinarie ledamöter Gunnar Trued, Sven Carlsson, Margareta Dunkars, Urban Björn och Elisabet Ottervald, sammankallande, samt ersättare Ingrid Melin, Sören Lund, Gudrun Eriksson, Ulla Björling och Ingrid Colberg.

Under året har SPF-representanterna träffats fyra gånger för att få information om aktuella ärenden och förbereda egna frågor och/eller kompletteringar. Ordförande och verksamhetsansvarig har deltagit i kommunens arbetsutskott vid fyra tillfällen under året, för att förbereda kommande sammanträde. KPR har också genomförts fyra gånger under verksamhetsåret och de flesta från SPF har också då deltagit. SPF har under året representerats i olika grupper såsom referensgruppen för utbyggnad av resecentret, referensgruppen för anhörigvårdare, i grupp för genomförande av fjärrtillsyn/TV-övervakning samt i det kommunala matrådet. Gruppen har också representerats vid en konferens anordnad av distriktet. Ämnet var utveckling av verksamheten i KPR. Vid konferensen deltog även Gösta Bucht, SPF:s talesman för vård och omsorg. Han talade om "Min framtid som senior – Vård och omsorg i en ny tid".

Verksamheten har presenterats för nya medlemmar vid två tillfällen under året och vid ett månadsmöte. Gruppen har under året svarat på förbundets "Vård och omsorg i en ny tid" samt ett antal remisser rörande detaljplaner i kommunen. Under året har ett studiebesök genomförts vid vård- och omsorgsboendet "Lustigknopp".

För SPF representanterna i Kommunal Pensionärsrådet
Elisabet Ottervald
sammankallande

Verksamhetsberättelse 2014 för Programkommittén

Kommittén består i dag av 3 medlemmar: Lena Söderlund och Margareta Bergfalk, som tillkommit under hösten, sammankallande är Ulla Moberg, samtliga noviser i SPF. Vi har kunnat åstadkomma det arbete som krävs i programkommittén endast med god hjälp av vår ordförande, Gunnar Trued, då så mycket varit nytt för oss noviser. Arbetsuppgifterna i kommittén består av att arrangera månadsmöten och studiebesök samt sörja för välkomnande och försäljning av kaffebiljetter vid månadsmötena. Vårens möten hade i huvudsak förberetts av föregående års programkommitté.

- 15 januari föreläste bergsingenjör Leif Löfberg om malmletning i Falutrakten under rubriken "När är det dags att flytta på Falun?".
- 19 februari hölls årsmötet.
- 12 mars sjöng och spelade Nils Birgersson under rubriken "Mitt liv med musiken".
- 9 april berättade Jörgen Dicander om Johan Olof Wallin, SPF-kören sjöng.
- 14 april vårlunch vid Västanviks folkhögskola med visning av verksamheten.



- 20 augusti inleddes hösten med en Lunchtur med Slussbruden på Runn i vackert väder och med ca 35-tal pers.
- 27 augusti genomfördes tillsammans med PRO inför valet en utfrågning av våra lokala politiker.
- 31 augusti firades SPF:s 75 års-jubileum och vår förenings 35-årsjubileum i Kristinehallen med SPF-kören och Falu Evergreens, succé med fullsatt, ca 500 pers.
- 17 september föredrag om Georgien, Britt-Marie och Lennart Ekman berättade och visade bilder i Nybrokyrkan.
- 15 oktober föredrag av Örjan Hamrin om Det gruvliga Falun, fullsatt i Nybrokyrkan.
- 12 november, Grundaren Lars-Göran Hagström berättar om "Hur Yrkesakademin blev ett av Sveriges största utbildningsföretag", god uppslutning av besökare.
- 27 november, Per Grundström från Falu Kommun informerar om Nya Resecentrum, fullsatt i Nybrokyrkans kyrksal
- 10 december, Luciatåg från Musikkonservatoriet även denna gång fullsatt i Nybrokyrkans kyrksal

Fem studiebesök har genomförts, varvid vi har besökt Stadsbiblioteket, Cederroths i Hosjö, Gruvhospitalet, Koppardalern och järnbruksrummet vid Falu gruva, Bergslagssalongerna samt Högskolans nya bibliotek.

Lästips har återigen arrangerats på Skyttepaviljongen, Lugnet. Vi har under hösten ändrat dag till torsdag, kl. 10.00 och vi har träffats 9 gånger, alltså en gång per månad och har varit ca 10 - 12 deltagare vid varje tillfälle.

För Programkommittén
Ulla Moberg
sammankallande

Verksamhetsberättelse 2014 för Resekommittén

Resekommittén har haft följande sammansättning: Gunnar Helgesson, Ingegärd Mellqvist, Ruth Trued, Stig Olsson, Sylvia Lomaeus och Ingalill Bergvall, sammankallande. Under året har Sylvia Lomaeus ersatt Gunnar Trued som vid årsmötet valdes till ordförande för SPF Falubygden. I Resekommittén ingår även adjungerad ledamot Lars Jalkevik som arrangerat en popmusik-resa.

Under året har vi haft fyra sammanträden 31/1, 24/4, 31/7 och 23/10 samt telefon- och mail-kontakter. Vi har även deltagit vid möten med nya SPF-medlemmar, månadsmöten och möten för kommittéansvariga samt vid distriktets konferenser för resesamordnare.

Följande 26 resor har genomförts under året:

Den 13 januari – Nyårskonsert i Västerås Konserthus

Den 1 februari – Svenska Stjärnor med bl a Sven-Bertil Taube på Berwaldhallen i Stockholm

Den 11-12 februari – Alla Hjärtans Kryss med m/s Birka och Reseskaparna till Mariehamn

Den 20 februari – Konst i Riksdagshuset, Stockholm

Den 21 mars – Musikalen Jesus Christ Superstar med Ola Salo i Sandviken

Den 5-11 april – Rom med boende hos Birgittasystrarna

Den 15-16 april – Kryssning med Cinderella till Mariehamn



Den 26 april – Manskören Harmonis årliga Caprice, Lindesberg
Den 9-15 maj – Slovakien (resan genomförd tillsammans PRO Sollentuna och SPF Mälardalshöjden)
Den 22 maj – Nora med vandring i Maria Langs fotspår samt besök i Pershyttan
Den 4 juni – Årets Hemliga resa
Den 8–11 juni - Skagen
Den 9-16 juni – Irland med bl a Dublin och Belfast
Den 6-13 juli – Lyxkryssning till St Petersburg, Helsingfors, Tallinn och Riga
Den 7 juli – Kryssning på Siljan med Gustav Wasa och besök i Mora
Den 24 juli – Stjärnkväll på Trystorps slott med Peter Flack
Den 5 augusti – I Dan Anderssons fotspår
Den 14-19 augusti – Norge med Bergen, Flåmbanan, Glaciär och Grieg
Den 23 augusti – Finnskogsteatern Loses
Den 10-17 september – Irland med bl a Dublin och Belfast
Den 20 september – Musikalen Livet är en schlager på Cirkus, Stockholm
Den 21-27 september – SPA-resa till Pärnu i Estland
Den 10 oktober – Be Bop A Luba med Peter Jezewski på Cassels (9 personer i en minibuss)
Den 27-28 oktober – Musikalen Mamma Mia på Svenska Teatern i Helsingfors
Den 15 november – Opera Don Giovanni på Kungliga Operan, Stockholm
Den 3-4 december – Julbordsresa med m/s Birka till Mariehamn (en dublerad resa)

Under året har vi provat ett nytt koncept för dem som är intresserade av popmusik. Detta gäller resan den 10 oktober då 9 personer åkte i en minibuss till Cassels i Grängesberg för att uppleva en konsert med Peter Jezewski, tidigare medlem i The Boppers. Arrangör för denna resa var Lars Jalkevik.

Under året har två resor ställts in på grund av för lågt intresse (Thailand och Opera på Skäret). I övrigt har antalet anmälningar till våra resor varit högt. På våra resor har vi haft totalt ca 1000 resenärer, flera av dessa är återkommande.

Marknadsföringen av våra resor har främst skett genom information i SPF-Nytt, på SPF:s webbsida, genom grupp-mail och information på möten.

Resekommittén tackar för det gångna året och hälsar alla, såväl gamla som nya, resenärer välkomna på våra resor 2015.

För resekommittén
Ingalill Bergvall
Sammankallande

Verksamhetsberättelse 2014 för Studiekommittén

Studiekommittén har haft följande sammansättning: Monica Annersten, Marianne Häggblom, Anne-Marie Larsson samt Pia Ekström (sammankallande). Ny medlem under hösten 2014 Liselotte Sandberg.

Under året har vi haft 10 ordinarie sammanträden i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan, samt däremellan telefonkontakt. Samarbetet har varit mycket positivt. Vi har dessutom



representerat vid två möten med nya medlemmar samt möten för kommittéansvariga. Vi har även deltagit vid Vuxenskolans årsmöte.

Erbjuden kursverksamhet under året:

- Akvarellmålning för nybörjare samt fortsättningskurs
- Användning av din moderna mobiltelefon (flera cirklar)
- Linedance (3 grupper)
- Dator – nyblivna datoranvändare
- Dator – gå vidare
- Dalarna från urtid till nutid (Del 1 samt Del 2)
- Digitala foton
- Gitarren och jag
- Guldkant på tillvaron
- Handarbete – knyppling och tvåändsstickning
- Handarbete – Vi virkar, stickar och syr
- Jazzcirkel
- Kalligrafi är skönskrift
- Konversationsengelska
- Körsång – SPF-kören
- Lunch tillsammans (2 grupper)
- Läsecirkel
- Minnet – en upptäcktsresa i minnets värld – Studiedag
- Samtal om livet
- Släktforskning
- Surfplatta /smartphone – grund
- Surfplatta /smartphone – avancerad (Flera cirklar)
- Trädgård – Föreläsning
- Vegetarisk matlagning

Flertalet erbjudna kurser har genomförts. Nya kurser är förberedda. Vi är tacksamma för nya tips!

För Studiekommittén
Pia Ekström.
Sammanställande.

Bilaga till Studiekommitténs verksamhetsberättelse

Verksamhetsberättelse 2014 för studiegruppen KGK

Gruppen har under året bestått av 14 herrar vilket är fastställt som maxantal för att ge en närmare social gemenskap, alla blir sedda och är socialt aktiva, samt för att kunna komma in hos företag och institutioner. Syftet med gruppen är alltså att ge en social gemenskap och medlet är att gemensamt genomföra besök eller att bjuda in föredragshållare.

14 schemalagda träffar har genomförts. 5 besök, 1 föredrag och 8 interna sociala träffar i SPF:s lokal som dels har avsett vår planering om vad vi vill genomföra och dels har handlat om utbyte av



reflektioner om aktuella händelser i både vår omvärld och närhet. Närvaron har i genomsnitt varit 70 %.

Ragnvald Eriksson
Sammankallande

Verksamhetsberättelse 2014 för Trafikkommittén

I Trafikkommittén har under året ingått Bo Ottosson (verksamhetsansvarig), Lennart Kjellin, Per Börjesson och Lars Bergfalk (fr o m mars). Kommittén har under året haft 6 st protokollförda möten och därutöver ett antal informella kontakter för kommitténs verksamhet.

Kommittén har anordnat träffar med såväl kommunala tjänstemän som förtroendevalda från Falu kommun för att diskutera och försöka påverka lokala trafikfrågor som berör främst pensionärer. Frågor om busstrafiken har därvid diskuterats särskilt och då bl a förslag om nedsatta avgifter för pensionärens bussresor vissa tider.

Kommittén har för Falubygdens medlemmar även anordnat

- dels ett studiebesök med utförlig information vid det nya Resecentrumet och
- dels en informations- och diskussionsträff om trafikregler, både allmänna och lokala. Samtidigt informerades om medicinska krav vid bilkörning och vad vi äldre därvid särskilt bör tänka på. Det visades också på behovet av att använda reflexer och halkbroddar.

Båda arrangemangen lockade många medlemmar och lokalerna blev fullsatta.

För Trafikkommittén
Bo Ottosson
sammankallande

Verksamhetsberättelse 2014 för Väntjänstkommittén

Arbetsgruppen för väntjänsten har bestått av: Gun Eriksson sammankallande, Marianne Häggblom, IngaLill Sundbrandt, Marianne Rennel, Ann-Marie Bonde, Anita Bonde ersättare, Sigrid Grälls hörselansvarig och Anna Lundquist synansvarig.

20 st medlemmar har varit aktiva "Väntjänstare" och ansvarat för var sina stadsdelar i kommunen. Väntjänstkommittén har haft 7 st träffar under året på SPF-expeditionen.

Träffar har fått fortsätta med kafé på Björken kl 14 -16 på lördagar. De har varit välbesökta, från 20 st – 62 st.

Gun Eriksson har varit med i kommunens referensgrupp under temat anhörigstöd för SPF:s del. Marianne Häggblom har deltagit på Britsarvsgårdens aktivitetsträffar och Ann-Marie Bonde på aktivitetsträffarna på Smedjan.



Väntjänstens alla medlemmar samlades på Dalarnas resurscentrum för hjälpmedel i Borlänge den 24 mars, där vi togs emot av 2 st kunniga damer som informerade och visade oss över temat "att kunna göra det omöjliga möjligt" med bra hjälpmedel.

Vecka 47 var SPF representerade med en monter och utställning på kommunens kvalitetsvecka på Lugnet-kyrkan i Falun. Vi var då också med om Mikael Anderssons föredrag om hur han löser vardagen utan 2 armar och 2 ben. Mässan var välbesökt. Under föredraget var det fullsatt.

Kaféer har väntjänsten också hållit på Smedjan, med underhållning och servering.

Under våren och hösten har SPF-arna kunnat samlas kring SPF-emblemet på restaurang Kopparhatten en fredag i månaden. Två från väntjänsten har alltid välkomnat de som kommer.

De äldre pensionärerna i föreningen erbjöds att följa med på en sommarutflykt till Gullnäsgården, där de bjöds på föredrag av pastor Karin om verksamheten där och bjöds på kaffe/te, en smörgås och en kaka.

Anna L och Sigrid G har på höstterminen varit på en Inspirationsdag "Må bra på äldre dagar". Föreläsare var folkhälsostrateg Iréne Sturwe, Tore Helge allmänläkare och Jan-Olof Blomberg läkemedelsansvarig i SPF-distriktet. Kursdeltagarna fick bokmärken med några träningsprogram. Antalet märken var många så vi delade ut bokmärken till besökarna på Kafé Björken.

Väntjänsten bidrar till att förgylla och höja livskvalitén för de äldre pensionärer som har särskilda behov eller bara kunna samlas i grupp (Kafé Björken) och socialt umgås, serveras lite underhållning och förtäring, prata, skratta och må gott.

För Väntjänstkommittén
Gun Eriksson
sammankallande