



## **VERKSAMHETSBERÄTTELSE FÖR 2023**

Styrelsen för SPF Seniorerna Olofströmsbygden avger följande verksamhetsberättelse för 2023.

Styrelsens sammansättning:

Ordförande	Ingvar Wramsmyr
Vice ordförande	Bertil Thomasson
Kassör	Jarl Jönsson
Vice kassör	Bertil Thomasson
Sekreterare	Nils-Göran Gustafsson
Klubbmästare	Torsten Cairenius
Medlemsansvarig	Torsten Cairenius
Ledamot	Gunilla Wahlgren
Ledamot	Birgitta Ericsson
Ledamot	Arne Larsson
Ledamot	Anitha Fredriksson

Styrelsen har haft 12 protokollförda sammanträden under året.

### **Revisorer**

Ingrid Larsson, Lennart Håkansson

Ersättare: Percy Svensson

### **Medlemsregister och försäkringsfrågor**

Torsten Cairenius

### **Hemsidesansvarig**

Arne Larsson

### **Klubbmästare**

Torsten Cairenius

### **Program och festkommitté**

Gunni-Ann Berggren (sammanställande), Ann-Marie Svensson, Ann-Marie Mörngård, Lennart Mörngård, Kerstin Jönsson, Anitha Fredriksson, Torsten Cairenius och Britt-Marie Eriksson.

### **Lotteriansvarig**

Programkommittén löser det internt.

### **Studie och medieansvarig**

Gunilla Wahlgren

### **Representanter i seniorrådet**

Bertil Thomasson, Lennart Mörngård

Ersättare: Gunilla Sebbe

### **Pressreferent**

Nils-Göran Gustafsson

### **Reseledare**

Ann-Marie Mörngård, Lennart Mörngård

### **Boendegrupp**

Bertil Thomasson (sammankallande), Jarl Jönsson

### **Friskvårdsansvarig och omsorgsansvarig**

Gunni-Ann Berggren

### **Trafikansvarig**

Sven-Olof Olsson

### **Digitaliseringsexpert**

Birgitta Ericsson

### **Valberedning**

Gunni-Ann Berggren, Lennart Mörngård (sammankallande) och Lars Ericsson

### **Månadsmöten**

Följande månadsmöten har genomförts:

26/1 Senior och anhängkonsulent informerar

23/2 Årsmöte

23/3 Psykolog Marie Persson ”Minnet”

27/4 Company underhåller

25/5 Vårresa till Småland

15/6 ”Somarmat” Brokamåla Gård

3/8 Grillning ”Inställd”

24/8 Janni Hedlin chef äldreomsorgen. Fyra skägg

28/9 Wix Nielsen

26/10 Våra önskemelodier. Marie & Bosse Knutsson, Anna & Uno Hellgren.

23/11 Ingela Håkansson VD i Techtank och Olofströms kommunalråd M. Bengtsson.

15/12 Lucia i Mariasalen

### **Kurser och konferenser**

Vi har deltagit i ett antal webinarier, kurser och planeringskonferenser anordnade av distriktet i Blekinge. Studiebesök på Mixiprint AB och Volvo Personvagnar AB har också genomförts. Temadag om benskörhet och sommarfest i Belganet är aktiviteter som vi även har deltagit i.

### **Redovisning av funktionärer och kommittéer**

#### **Omsorg och friskvårdsansvarig (Gunnel Berggren)**

Mina besök hos de ensamma har varit uppskattat.

Det finns ett behov att någon kommer ihåg och tar del av olika bekymmer som många har. Några har drabbats av isolering på grund av sjukdom. Men det är givande att höra deras tacksamhet.

Under hösten har min omsorg varit den egna familjen.

Behoven finns, så fler stödare är välkomna.

#### **Hemsidan och webbredaktör (Arne Larsson och Gunilla Wahlgren)**

Jag har skött uppdateringen av hemsidan samt deltagit i distriktets temadagar i IT.

Gunilla Wahlgren och Birgitta Ericsson har också handskats med hemsida och app samt deltagit i temadagar i IT.

Jag har dessutom rapporterat närvaro till vuxenskolan för vandringar och körsång i egenskap av ansvarig cirkelledare för dessa aktiviteter.

#### **Seniorrådet (Bertil Thomasson)**

Under året har fyra seniorråd hållits och som vanligt har SPF varit mest aktiva.

Vid första rådet var chefer för de båda vårdcentralerna tillsammans med chefer och politiker från regionen kallade för att besvara kritiska frågor från rådet. Allmänt kan sägas att det skett en viss förbättring efter detta möte, men problem kvarstår ex. saknaden av fasta läkare.

Den farliga in- och utfarten vid Holjebäck har diskuterats, men ännu inget resultat. En stående punkt har varit inrättande av dagcentraler (träffpunkter) med möjlighet att äta tillsammans och i samband med detta ordna någon form av underhållning, bingospel etc. Trots att Olofström är enda kommun i Blekinge som saknar detta har socialen av ekonomiska skäl och avsaknad av lokaler inte kunnat realisera denna så viktiga möjlighet att motverka ensamheten för våra medlemmar.

Dock finns nu ett litet ljus i tunneln, då vårdchefen Janni Hedlin kallat kostchef och seniorkonsulent tillsammans med SPF och PRO i O-m, J-hög, K-hult för att diskutera ett samarbete, där pensionärerna kunde vara en resurs vid mathantering. Fortsatta diskussioner i detta ärende sker på nya året.

**Körsång (Ingvar Wramsmyr)**

Sedan Monica Andkvist under 2022 flyttat från orten blev kören utan ledare. Men efter halva höstterminen lovade tidigare musikläraren Joyce Skoghem att bistå oss fram till jul – en efterlängtd förstärkning. Hon tyckte det var så roligt att hon stannade kvar hos oss – till vår stora glädje. Vi såg med glädje fram emot att ha henne som körledare många år framöver, Det blev ett lyft för oss med Joyce som ledare, både innehållsmässigt och prestationsmässigt. Men tyvärr blev lyckan kortvarig, under senare delen av vårterminen lämnade hon oss efter en aggressiv cancer. Så blev vi på nytt utan körledare. Många är de förfrågningar vi lämnat där vi alltid fått ett nekande svar. Kören har därför under hösten bedrivit sin verksamhet på sparlåga med Arne som ledare. Vad som händer i framtiden är i dagsläget högst osäkert. I sämsta fall får vi lägga ner kören i vår verksamhet. Kören har haft några framträdanden under året, vid årsmötet i februari, vid sommarmaten i juni samt vid Luciafirandet i december.

**Trafikansvarig (Sven-Olof Olsson)**

Har undersökt trafiksituationen vid Klinten och Holjebäck.

Observera att vänstersväng inte är tillåten vid HOLJEBÄCK utan man skall vända uppe vid rondellen.

**Luftgevärsskjutning (Sven-Olof Olsson)**

Vi är ett litet gäng som under året träffats och utökat vår skicklighet i att hantera ett luftgevär. Avslutningen i december vanns av Anitha Fredriksson som erövrade en buckla som pris. Bra jobbat! Vi har plats för fler deltagare.

**Akvarellmålning (Anette Lundberg)**

Kursen innehöll 6 sammankomster á 3 lektionstimmar per gång. Den bestod av såväl teori som praktik. Hantering av färg, vatten och papper. Vi gick igenom färgblandning Målningsteknik och Perspektiv Eftersom samtliga deltagare var nybörjare, fungerade kursen väldigt väl och vi hade en trivsamt och lärorik verksamhet.

**Akrylmålning (Ingella Kajrup)**

En kort beskrivning av verksamheten i akrylmålning. Riktade in mig på det abstrakta och att måla utan prestation. Visade på att bygga upp olika strukturer på duken och hur man kan hitta motiv i målningen eller att använda en bakgrund mot ett figurativt objekt.

**Vinprovning (NilsGöran Gustafsson)**

Vinprovning är ett sätt att lära sig mer om vinets historia, vinodling och vinproduktion samt olika typer av vinsorter, druvor och vinregioner. Vi har provat

röda, vita rosé och mousserande viner. Samtliga vinprovningar har haft Björn Nilson, medlem av Munsänkarna, som ledare. Under samtliga provningar har olika tilltugg erbjudits. Arrangemanget kommer att fortsätta med nya omgångar under 2024.

### **Vattengympa (Torsten Cairenius)**

Vi har haft bad 20 ggr i år som varit mycket omtyckta.

Vi har varit 6-10 personer per gång, Birgitta Ejdrup Persson har lett övningarna.

För övrigt har det varit bra och mycket omtyckt.

Hoppas på fortsättning nästa år med fungerande inträdesarmband.

### **Klubbmästare, Canasta och medlemsansvarig (Torsten Cairenius)**

Vi var 297 medlemmar 31.12.2023. Canasta har spelats under året med ca 10

deltagare. Styrelsen har själva städat klubbrummet. Vi hade ingen grillning i

Kyrkhult som vi brukade för den dagen vi skulle ha den ösregnade det så den blev inställd men vi återkommer med den 2024 om vädret tillåter.

### **Styrketräning gym.(Gertrud Wramsmyr)**

6 SPF-medlemmar har under hösten deltagit 5 ggr på gym vid Holjebadet. Vid ett tillfälle hade vi en instruktör som visade oss hur de olika redskapen fungerade. Det var nyttiga och trevliga gymtimmar vi var med om.

### **Linedance(Inger Harrysson)**

Under 2023 har vi avverkat ytterligare ett år med linedance som studiecirkel genom Vuxenskolan. Under vårterminen, 1 februari-5 april, var vi 8 st inklusive mig själv och under höstterminen, 13 sept-15 nov var vi 9 st totalt. Varje termin har innehållit 10 danstillfällen, en per vecka, à 1,5 timme. Varje termin har avslutats med dans och samkväm. Vi har hållit till i Gränums Folkets Hus. Vår intention är att fortsätta dansa våren 2024.

Upplägget har varit detsamma som 2023, d.v.s. jag låter deltagarna först höra musiken för att få ett hum om rytm och hastighet i aktuell ny dans. Därefter visar jag stegen och vi dansar tillsammans. Danserna repeteras med jämna mellanrum under våra träffar och vi dansar 6-7 danser per tillfälle, oftast minst 2 gånger. Även när vi repeterar går vi först igenom stegen.

Under 2023, efter det första årets inkörsperiod, har vi dansat totalt 27 olika danser varav 13 nya. Det har varit nya steg och stegkombinationer samt nya begrepp. Syftet med vår dans är att stärka kondition, balans, koordination samt "kom-i-håg". Men också att hålla igång och ha roligt!!

### **Resansvariga (Lennart och Ann-Marie Mörngård)**

Vårresa till Småland den 25 maj 2023. Resan ordnades av Sven-Gunnar Månsson och Kristina Bosson genom Månssons resor Kyrkhult. Färden gick via Ebbamåla bruk vidare genom Letesmåla till Ringamåla kyrka som passerades på avstånd.

Vi fortsatte till Dannemark och över Mieån med de många sågverken.

I Belganet åkte vi över Bräkneån till missionshuset som blivit kaffestuga. Efter kaffet gick färden förbi den 8-kantiga kyrkan i Öljuhult, så följde vi den zig-zag liknande Ronnebyån till Olofströms kraftverk 15-20m under jord.

Efter saklig information av Jörgen Nilsson så fortsatte vi till ett företag som drev upp granplantor för utplantering.

Lunch serverades på Grimsnäs herrgård. Mätta och belåtna gick färden vidare till Ljuder kyrka och Ala-stugan. Resan gick sedan västerut till Korrö där eftermiddagskaffe väntade. På hemresan passerades Mörrumsån och snart var vi tillbaka i Olofström.

### **Onsdagsvandringar Birgitta Ericsson)**

Under året har 20 vandringar genomförts (10 på våren och 10 på hösten).

Vandringarna har genomförts både inom och utanför kommungränsen. För varje vandring har det funnits 1 eller 2 personer som ansvariga. Detta har fungerat mycket bra.

Vandringarnas längd har varierat från 5 km till 9 km. Deltagarantalet har varierat mellan 28 – 45 personer. TACK till alla ansvariga och till alla deltagare i vandringarna.

### **Ekonomi (Jarl Jönsson)**

Den ingående balansen för 2023 var 144965 kr och den utgående balansen blev 161987 kr. Detta innebär en ökning av 2024 års balans med 17022 kr.

På intäktssidan finns:

- Mötesintäkter
- Medlemsintäkter
- Aktivitetsintäkter
- Kommunala bidrag
- Övriga bidrag av sponsorer

På kostnadssidan finns

- Möteskostnader
- Lokalkostnader
- Aktivitetskostnader
- Administrationskostnader

Kulturbidragen från Vuxenskolan hade en ingående balans på 100 kr. Under året har verksamhetsbidrag inbringat 8805 kr. Vuxenskolan har betalat för musikarrangemang 5000 kr, vilket ger en utgående balans på 3905 kr.

### **Boule (Lennart Håkansson)**

Ett 15 - tal medlemmar har träffats under året inom och utomhus på tisdagar kl 10 – 12 för att spela. Vi har tävlat mot PRO med blandat resultat. Vi välkomnar fler medlemmar att visa upp sina färdigheter i spelet. Vi avslutade året med att äta en mycket god smörgåstårta.

### **Matlagningskurs (Jacek Jurkowski)**

Vi är ett glatt gäng som har träffats var tredje vecka för att avnjuta en kulinarisk sensation. Matlagningen har skett i Högavångsskolans hemkunskapssal. Vi provar olika förrätter, huvudrätter och efterrätter.

Kursen avslutas med att vi bjuder in våra damer att prova våra kunskaper i matlagningens konst.

### **Slutord**

Styrelsen vill tacka de medlemmar som medverkat till trivseln på våra möten samt till de medlemmar som på olika sätt engagerat sig i föreningens verksamhet.

Styrelsen vill också framföra ett tack till Olofströms kommun för det kommunala bidraget samt till Vuxenskolan för kulturbidragen.

Slutligen vill styrelsen framföra ett tack till Blekinge distrikt av SPF för gott samarbete under året.

Stort tack även till Olofströmshus AB och Olofströms Kraft AB som sponsrat föreningen under 2023.

Olofström 2024-01-14

Ingvar Wramsmyr  
Ordförande

NilsGöran Gustafson  
Sekreterare

Jarl Jönsson  
Kassör

Bertil Thomasson  
Vice Kassör, vice Ordförande

Torsten Cairenius  
Klubbmästare

Anitha Fredriksson  
Ledamot

Gunilla Wahlgren  
Ledamot

Arne Larsson  
Ledamot

Birgitta Eriksson  
Ledamot

