



485 Björken

**VÄLKOMNA TILL
SPF SENIORERNA 485 BJÖRKENS
ÅRSMÖTE
8 FEBRUARI KL. 13.00
SKUTTUNGE BYGDEGÅRD**

Förslag till föredragningslista vid årsmöte den 8 februari 2023

1. Mötets öppnande
2. Parentation
3. Val av presidium
 - a) Ordförande
 - b) Protokollsjusterare
 - c) Rösträknare
4. Fråga om kallelse skett i behörig ordning
5. Fastställande av dagordning, föredragningslista, se häftet
6. Styrelsens verksamhetsberättelse 2022, se häftet
7. Styrelsens förvaltningsberättelse, resultat- och balansräkning, se häftet
8. Revisorernas berättelse, se häftet
9. Fastställande av resultat – och balansräkning
10. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen
11. Behandling av verksamhetsplan inklusive budget, se häftet
12. Fastställande av medlemsavgifter år 2024
13. Fastställande av arvoden och eventuella ersättningar till styrelse och revisorer
14. Behandling av inkomna motioner
15. Behandling av förslag från förenings, distrikts- eller förbundsstyrelse
16. Fastställande av antal styrelseledamöter
17. Val, se häftet
 - a) Ordförande
 - b) Styrelseledamöter
 - c) Revisorer jämte ersättare
 - d) Köksansvariga
 - e) Boule
 - f) Bowling
 - g) Bridge
 - h) Friskvård
 - i) Kortspel
 - j) Lotterier
 - k) Resor
 - l) Shuffleboard
 - m) Studier
 - n) Sång och musik
 - o) Teater
18. Fastställande av antal ledamöter i valberedning
19. Val av ordförande och övriga ordinarie ledamöter i valberedningen
20. Behandling av övriga frågor som anmälts inför fastställandet av dagordningen
21. Årsmötets ordförande avslutar mötet
22. Föreningens ordförande har ordet
23. Avslutning

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

1/1 – 31 /12 2022

SPF Seniorerna 485 Björken

Organisationsnummer 817605 - 4891

Styrelsens verksamhetsberättelse 2022 för SPF Seniorerna 485 Björken

Medlemsantal enligt statistikrapport 2022-01-01- 2022-12-31

Vid årets början	347
Nya medlemmar	+ 23
Avlidna	- 11
Avregistrerade/utträdna	- 14
Medlemsantal 2022-12-31	345
Förändring i antal	- 2
Förändring i %	- 0.6
Antal vän-medlemmar	9

Då den nya mer smittsamma Coronavarianten Omikron dök upp innan årsskiftet ställdes månadsträffen i januari in.

Årsmötet i Skuttunge bygdegård genomfördes den 2 mars i stället för den 9 februari p.g.a pandemin. 97 medlemmar deltog.

Styrelsen har haft 11 protokollförda sammanträden. Föreningen har representerats vid SPF Seniorerna Uppsala läns Distriktsstämma, Distriktets ordförandeträffar samt vid möten med SPF Samråd Uppsala-Knivsta och UPS (Uppsala Pensionärsföreningars Samarbetsråd).

Representanter för föreningen har deltagit vid 60 + Mässan på Fyrishov den 1-2 april, på Björklingedagen den 28 augusti samt på Seniorfestivalen på UKK den 31 augusti.

Medlemsträffar: Utöver årsmötet har föreningen arrangerat 7 månadsträffar, en kvällsträff för nya medlemmar och en "Må bra dag".

Program från årets månadsträffar inklusive årsmötet:

- 2 mars – Årsmöte, Skuttunge bygdegård. Allsång med kören Björktrastarna.
- 13 april – Skuttunge bygdegård "Strövtåg i Edens lustgårdar" med Allan Carlsson, Världsnaturfonden. Medverkan av kören Björktrastarna.
- 11 maj - Vårfest i Skuttunge bygdegård. Middag med musikunderhållning av Anders Grotherus och Hasse Andersson.
- 8 juni - Gökotta vid Nynäs
- 7 september– Skuttunge bygdegård. Trallvänlig underhållning med Inger Ögren.
- 12 oktober - Skuttunge bygdegård. Musikunderhållning med Einars orkester.
- 9 november – Höstfest, Skuttunge bygdegård. Middag med musikunderhållning av Mattias och Stefan.
- 14 december – Skuttunge bygdegård. Luciafest med Luciatåg med barn från Skuttunge skola. Kören Björktrastarna medverkade. Allsång.

Verksamheter:

Boule

2022 års verksamhet redovisas i bilaga 1

Bowling

2022 års verksamhet redovisas i bilaga 2

Bridge

2022 års verksamhet redovisas i bilaga 2

Friskvård

2022 årsverksamhet redovisas i bilaga 2

Kortspel

2022 års verksamhet redovisas i bilaga 2

Resor

2022 års verksamhet redovisas i bilaga 3 - 4

Shuffleboard

2022 års verksamhet redovisas i bilaga 4

Studier

2022 års verksamhet redovisas i bilaga 4 - 5

Sång och musik, Sångkören Björktrastarna

2022 års verksamhet redovisas i bilaga 5

Teater

2022 årsverksamhet redovisas i bilaga 5

Ekonomi

Beträffande ekonomin hänvisas till bifogade resultat- och balansräkning.

Årsavgiften för år 2022 var 300 kr.

Slutord

Vi kan med glädje blicka tillbaka på 2022. Vi fick träffas igen. Våra träffar är alltid välbesökta. TACK för det. Vaccinationerna har fortsatt under året, även influensasprutan har många hunnit få.

Våra vanligaste medier har använts flitigt, som UNT, Facebook samt vår hemsida. Medlemmarna börjar återkomma och vår kampanj i slutet av året har givit ett positivt resultat.

Styrelsen säger ett stort TACK till alla verksamhetsansvariga med medarbetare. Vi gläds åt alla aktiviteter som föreningen kan erbjuda medlemmarna. Tillsammans bildar vi en stark och väl fungerande organisation.

TACK

Styrelsen

Styrelse och övriga funktionärer år 2022

Ordförande	Anders Söderberg
Vice ordförande	Margareta Parkstam
Sekreterare	Margareta Parkstam
Kassör	Tage Selsborg
Medlemsansvarig	Kristina Nyström
Ledamöter	Kerstin Jansson Anne Lindskog Marianne Ljungberg Harry Jansson
Revisorer	Roine Skälstad, Bo Wallin.

Verksamhetsansvariga

Boule	Pär-Erik Jansson
Bowling	Lars Thisner
Bridge	Gudrun Bergkvist
Friskvård	Margareta Parkstam
Kortspel	Gunilla Mattson
Lotterier	Sol-Britt Davidsson
Resor	Anders Carlqvist, Kerstin Jansson
Shuffleboard	Ove Eriksson
Studiekommittén	Lisbeth Ekman
Sång och musik	Birgitta Österdahl
Teater	Ulla Wik

Köksansvariga:

Agnetha Thisner, Kerstin Jansson, Britt-Inger Tapper, Stephan Jansson, Maria Jansson, Kerstin Carlqvist, Anders Carlqvist

Valberedning:

Gun-Britt Berglund, Christina Pettersson, Ragnhild Wendin.

Björkens Boulesektion

Björkens boulesektion tillhör de större inom kommunen. Björken är medlem i Uppsala Bouleallians, som hyr in sig i kommunens nya boulehall i Fyrislund.

Från tidig vår har mellan 15 och 25 medlemmar träffats för träning, varje måndag och torsdag, på vår egen bouleplan vid Björkvallen.

Den 8 mars 2022 hölls upptakten av årets boulesäsong i Skuttunge Bygdegård. Det var 30 medlemmar som planerade för säsongen och åt smörgåstårta.

Tack var ett litet bidrag från föreningen kunde vi rusta upp vår egen boulebana med sarger och nya linor. Ett stort arbete lades ner av medlemmarna och resultatet blev fantastiskt. I samband med invigningen, 20 juni 2022, av den upprustade boulebanan vid Björkvallen, spelades Björkens klubbmästerskap. Vinnare blev Torsten och Ingalill Borg och Ingrid Nilsson, vars namn nu är ingraverade i vårt vandringspris.

Panterboulen för länets pensionärsföreningar genomfördes under våren och hösten. Tävlingarna hålls på olika boulebanor i länet, där även Björkens hemmaplaner användes flitigt. Från Björken deltog 10 lag.

Onsdagsboule i samarbete med Skuttungedansarna genomfördes under sommaren. Avslutningen hölls inomhus den 20 oktober 2022 i boulehallen, med spel, smörgåstårta och prisutdelning.

Lag från Björken har deltagit i tävlingar under sommaren, anordnade av andra föreningar. Den 2 juni hölls tävlingar i Rimbo. Den 11 juli Öregrundskulan i Öregrund. Den 28 juli Enakulan i Enköping.

Under årets vintersäsong har Fredagsboule kunnat hållas i Uppsalas nya boulehall i Fyrislund. Uppsala Bouleallians anordnar dessa tävlingar. Ansvar för tävlingsdagarna fördelas på deltagande föreningar. Tage Selsborg har tagit ansvar för Björkens deltagande.

Den 6 september 2022 kunde Boulens Dag genomföras – årets höjdpunkt i boulekretsar! Monica Danielsson skickade ut inbjudningar och tog emot anmälningarna. Responsen var mycket stor. Vi fick anmälningar från 144 lag även detta år, från Sandviken i norr, Västerås i väster, Stockholm i söder och Åland i öster. Från Björken deltog 10 lag. Tävlingen startade kl. 9.00 och flöt på bra hela dagen med alla frivilliga som hjälpt till med allt från att göra i ordning planen, vaktat den, sålt lotter, städat toaletter, skött kansliet, parkeringen, bemannat kiosken, varit mättdomare och inte minst plockat undan allt efter tävlingens slut. Som tidigare år fick Björken mycket beröm av deltagarna. Vi kunde dessutom ge deltagarna ett underbart sensommarväder. Ett stort tack till alla som var med och jobbade. Ett rejält ekonomiskt överskott blev det till SPF 485 Björken.

Den 13 oktober hölls avslutningsträff med Björkens boulespelare i Skuttunge Bygdegård.
Boulesektionen / Pärre Jansson

Verksamhetsberättelse Bowling 2022

Bil 2

Äntligen ett år med Bowling utan pandemi och restriktioner.

Vi har spelat 19 ggr på våren och 16 ggr på hösten med bra deltagande.

En match mot Södra Hagunda på våren, som vi förlorade knappt.

Vi har varit mellan 10 – 20 stycken per gång. 20 personer har deltagit.

Vattholma 16/12 2022

Lars Thisner

Verksamhetsansvarig

Verksamhetsberättelse Bridge 2022

Välbesökta träffar på tisdagar kl. 9.00 – 12.00 på Fyrisgården.

Vi samarbetar med SPF Idun.

Ledare Ulf Lundberg

Guðrun Bergkvist

Verksamhetsansvarig

Verksamhetsberättelse Friskvården 2022

Stavgång: Under ledning av Margit Sjölin och Pelle Ohlsén har stavgången genomförts tisdag förmiddagar vid Lugnet. Stavgången startade den 19 april och avslutades den 29 november, totalt 20 gånger. Vid 15 av dessa tillfällen har mer än 10 medlemmar deltagit.

Hjärt-lungräddning inklusive hjärtstartare – Inbjudan till utbildning den 10 mars skickades ut, men tyvärr blev det för få anmälda, varför utbildningen ställdes in.

Gökottan den 10 juni vid Nynäs genomfördes med bra uppslutning, även av göken. Sedvanlig tipspromenad genomfördes.

Må bra dag den 28 september genomfördes tillsammans med Studiekommittén.

Margareta Parkstam

Verksamhetsansvarig

Verksamhetsberättelse Kortspel 2022

Under våren, februari – april, genomfördes kortspel 12 gånger på torsdag förmiddag i Stallet, Björklinge. Även under hösten har det varit 12 träffar med mellan 5-10 deltagare per tillfälle. Deltagarna bestämmer tillsammans vad man ska spela.

Gunilla Mattson

Verksamhetsansvarig

Pandemi och restriktioner fortsatte att följa oss in på 2022. Vi kunde ändå planera för resor under vintern och våren. Den 9 februari upphörde alla restriktioner i Sverige.

Söndagen den 13 februari 2022 kunde vi fylla Högbergs Buss med 49 revysugna resenärer. Målet var Iggesund och Iggesundsrevyn ”Blandar och Ger”. Under resan roade vi oss med frågesport. Vid vårt matstopp vid Rasta Tönnebro blev vi serverade en mycket god lunch i festmatsalen. Därefter fortsatte resan och vi bänkade oss kl. 15.00 och fick två timmar med underhållning och många skratt. I bussen väntade sedan smörgås och dryck innan hemfärd. Vi var mycket nöjda med resan.

Tisdagen den 24 maj 2022 fick Högbergs Buss ta 54 Björkenmedlemmar till Hjälmare Kanal. På vägen gjordes stopp för kaffe och smörgås, som vi intog på stående fot. Väl framme vid Notholmen färdades vi med M/S Gustaf Lagerbjelke genom kanalens nio slussar till Gravudden. På båten avnjöt vi, förutom mycket fint landskap med djur och natur, vackert väder och en god lunch. Vi tog oss sedan till Stora Sundby där vi guidades runt i slottet. Ett riktigt sagoslott med intressant historia. Besöket avslutades med fika i slottets orangeri innan vi åkte hemåt igen.

Tisdagen den 31 maj 2022 åkte 30 medlemmar från Björken iväg, i egna bilar, för en dag innehållande historia och musik. Vi samlades i Dannemora och inledde med förmiddagskaffe för att därefter bli guidade runt Dannemorans gruvor och byggnader. Lunch åt vi på Gammel Tammen i Österbybruk efter ett besök i smedjan vid herrgården. Efter lunchen, med trevligt umgänge, tog vi oss vidare till Jularbomuséet i Rasten/Morkarla. Vi fick intressanta och roliga berättelser om Calle Jularbo och framför allt fick vi höra på tidiga och senare inspelningar av hans kompositioner och egna, dansvänliga sätt att spela dragspel. Självklart ingick eftermiddagsfika innan vi åkte hemåt, upplyfta av ett munter avslut på dagen.

Fredagen den 26 augusti 2022 var det dags för ”Hemlig resa”. Högbergs Buss och Vikinglinjens Rosella tog 52 medlemmar från Björken till Åland. Där besökte vi Västerro gård och Senses trädgård. På Västerro gård fick vi en fantastisk lunch med underbara, annorlunda delikatesser framställda av havets utbud och tillredda i gårdens rökeri. Den entusiastiske fiskaren och kocken berättade också om sitt småskaliga fiske. Resan gick vidare till den fina och speciella Senses trädgård där vi kunde njuta och finns inspiration. Den hemliga resan inleddes förstås med brunch och avslutades med buffé på båten. Vi var alla mätta och nöjda efter en solig dag på Åland Ålandshav.

14-18 september 2022 gjordes en vandringsresa i höstens färger till Funäsdalsfjällen. 31 förväntansfulla deltagare åkte i egna bilar till Fjällhotellet Eriksgården i Funäsdalen. Dag 1: Vi åker mot Funäsdalen och installerar oss på hotellet. Dag 2: Säterturen 5 km, naturskön runda genom kulturbygder och säterområden vid Mittåkläppens fot. Turen gick på stig och rullstensåsen Vitäggen ovan myrmarkerna. Toppade turen med goda våfflor på Djupdalsvallen. Mycket vackra höstfärger.

Dag 3: Korta bergsturen på Funäsdalsberget. Vi åkte Funäsdalsgondolen upp på Funäsdalsberget. Vandring ca 2 km till toppen med vidunderlig och storslagen utsikt och vackra höstfärger. Tog en paus med medhavd matsäck i den samiska parken Lopme Laante.

Dag 4: Vandring till Andersborg – Lillskarven, Tänn dalen. Turen gick i maffig fjällterräng med möjlighet att bestiga Lill-Skarven. Fina vyer med höstens vackra färger. Denna dag delade vi upp oss i två grupper, en grupp gick direkt till Andersborgs våffelstuga, 2 km och en grupp gick över Lill-Skarven och till Andersborgs våffelstuga, ca 8 km.

Dag 5: Vi lämnar Funäsdalen och åker hemåt igen efter fantastiska dagar.

Onsdagen den 7 december 2022 tog Högbergs Buss oss till Furiviks Havskrog för att avnjuta deras julbord. Vi var 24 av Björkens medlemmar som lockats av detta och det behövde vi inte ångra.

Resekommittén

Anders Carlqvist och Kerstin Jansson.

Verksamhetsberättelse Shuffleboard 2022

Under våren träffades vi 6 gånger med mellan 4-8 deltagare och under hösten träffades vi endast 3 gånger med 3-5 deltagare. Aktiviteten har genomförts på onsdagar mellan kl. 9.00 – 12.00 i Skuttunge bygdegård.

Ove Eriksson

Verksamhetsansvarig

Verksamhetsberättelse Studiekommittén 2022

Studiekommittén består av:

Lisbeth Ekman, Torsten Borg, Inga-Lill Borg, Barbro Fredriksson, Ragnhild Wendin, Marianne Ljungberg (styrelsens kontaktperson).

Adjungerad: Margareta Parkstam Friskvårdskommittén.

Efter årsmötet 2022 bildades gruppen under våren. Gruppen har träffats 3 gånger under året.

Följande aktiviteter under hösten är genomförda:

Bangolf – Prova på dag den 20 september kl. 14.00 Uppsala Minigolfpark med 14 deltagare.

Må bra dag den 28 september – ett arrangemang tillsammans med Friskvårdskommittén.

Dagens program:

Effektiv och nära vård – Margareta Parkstam

Vobis Livskvalitet – Sabina Swahn

Stinas Fothälsa – Annica Melin

Mannekänguppvisning – Marie Karlberg, Seniorshopen

Tipspromenad

Utställare: Lapptekningen, Seniorshopen, Stinas Fothälsa, Vobis Livskvalitet.

Antal deltagare: 48 st

Bil 5

Stickcafé, under ledning av Ewa Jansson, har arrangerats i Skuttunge bygdegård 4 gånger hösten (19/10 - 30/11 kl. 13.00 – 15.00) med 12 deltagare/träff. Egen kaffekorg har medtagits.

Lapptekniken: 7 personer har träffats 8 ggr under våren och 6 personer har träffats 6 ggr under hösten var 14:de dag, torsdag mellan kl. 10.00 – 13.00 i stallet Björklinge Hembygdsgård. Lapptekniken har deltagit med utställning vid årsmöte och ”Må bra dagen”. Ansvarig: Barbro Fredriksson.

Filmföreställningar Nordisk Film Bio, Gränbystaden.

3 filmer: Elvis, Bränn alla mina brev och Där kräftorna sjunger.

Antal deltagare 70 – 100 st. per föreställning.

Stort TACK till alla medlemmar som deltagit i dessa aktiviteter samt till Studiekommittén och Friskvårdsgruppen som bistått varandra med idéer, tjänster och kreativitet, vilket har stärkt sammanhållningen mellan grupperna och en förhoppning om samma goda samarbete under år 2023.

Verksamhetsberättelse Sång och musik, sångkören Björktrastarna 2022

Kören har 18 medlemmar och haft 10 sångövningar och 5 framträdanden under året:

- 2 mars – föreningens årsmöte
- 5 april SPF- distriktets årsstämma på Viktoria Hotell och Konferens
- 13 april – SPF- månadsträff
- 27 april – träff för nya medlemmar
- 14 december - Luciafest

Birgitta Österdahl, körledare

Verksamhetsberättelse Teater

P.g.a. Coronapandemin har bara ett besök på Uppsala Stadsteater ägt rum under året.

Den 4 november: Arsenik och gamla spetsar. 27 personer deltog.

Ulla Wik

Verksamhetsplan 2023

Övergripande mål med vår verksamhet formuleras i våra stadgar:

Ändamål

SPF Seniorerna är en ideell, partipolitiskt och religiöst obunden organisation. Syftet är att ta tillvara äldres sociala och ekonomiska intressen samt bedriva lokalt, regionalt och nationellt påverkansarbete. Inom ramen för detta ändamål ska SPF Seniorerna arbeta med frågor om äldres hälsa och omsorg, boende, ekonomi samt rätt att arbeta.

Värdegrund

SPF Seniorerna utgår i sitt arbete från en demokratisk grundsyn. Vidare är grunden för vårt ställningstagande diskrimineringslagen. Vi värnar varje persons lika värde och rätt. Vi anser att rätten till ett gott och värdigt liv är av central betydelse. Vi visar varandra respekt och hänsyn och tar tillvara de erfarenheter och den kompetens som finns bland seniorer. För att förverkliga dessa värden fokuserar vi på livskvalitet och valfrihet.

SPF Seniorerna 485 Björken

Föreningen har som mål att utvecklas så att vi attraherar nya medlemmar samtidigt som vi värnar om våra nuvarande medlemmar. Målet är att öka medlemsantalet till 400 st. Viktigt är att alla hjälps åt, bjud in vänner och bekanta till våra träffar och aktiviteter.

Föreningen ska lämna information om samhällsfrågor som berör medlemmarna.

Främja studier och kulturella verksamheter och i övrigt verka för en god livskvalitet.

Ordna varierande program på våra månadsträffar för att bemöta medlemmarnas olika intressen.

Styrelsen är tacksam för idéer och förslag som kan lämnas till programkommittén eller i förslagslådan på månadsträffarna och som påverkar verksamheten i positiv riktning.

Föreningen vill med sin omfattande verksamhet bidra till att skapa ökade förutsättningar till ett harmoniskt och utvecklande liv på äldre dagar.

Styrelsen

Valberedningens förslag till årsmötet 2023

Presidium:

Ordförande: Lisbeth Ekman

Sekreterare: Margareta Parkstam

Styrelsens ordförande: Omval 1 år Anders Söderberg

Styrelseledamöter:

Omval 2 år: Tage Selsborg, Kerstin Jansson, Margareta Parkstam

1 år kvar av mandattiden: Kristina Nyström, Anne Lindskog

Fyllnadsval 1 år: Harry Jansson, Marianne Ljungberg, Lars Berglund

Förslag att utöka styrelsen och välja in Maria Jansson

Revisorer: Roine Skälstad, Bo Wallin. Ersättare Lars-Ove Frisk

Verksamhetsansvariga:

Boule: Pärta Jansson, Britt-Inger Tapper

Bowling: Lars Thisner

Bridge: Gudrun Bergkvist

Friskvård: Margareta Parkstam

Kortspel: Gunilla Mattson

Lotterier: Solbritt Davidsson

Resor: Anders Carlqvist, Kerstin Jansson

Shuffleboard: vilande

Studier: Lisbeth Ekman

Sång o musik: Birgitta Österdahl (vårterminen)

Teater: Ulla Wik