



485 Björken

**VÄLKOMNA TILL  
SPF SENIORERNA 485 BJÖRKENS  
ÅRSMÖTE 2024  
DEN 14 FEBRUARI KL. 13.00  
SKUTTUNGE BYGDEGÅRD**

## **Förslag till föredragningslista vid årsmöte den 14 februari 2024**

1. Mötets öppnande
2. Parentation
3. Val av presidium
  - a) Ordförande
  - b) Sekreterare
  - c) Protokollsjusterare
  - d) Rösträknare
4. Fråga om kallelse skett i behörig ordning
5. Anmälan av övriga frågor
6. Fastställande av dagordning, föredragningslista, se häftet
7. Styrelsens verksamhetsberättelse 2023, se häftet
8. Styrelsens förvaltningsberättelse, resultat- och balansräkning, se häftet
9. Revisorernas berättelse, se häftet
10. Fastställande av resultat – och balansräkning
11. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen
12. Behandling av verksamhetsplan inklusive budget, se häftet
13. Fastställande av medlemsavgifter år 2025
14. Fastställande av arvoden och eventuella ersättningar till styrelse och revisorer
15. Behandling av inkomna motioner
16. Behandling av förslag från förenings, distrikts- eller förbundsstyrelse
17. Fastställande av antal styrelseledamöter
18. 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) Studier
  - m) Sång och musik
  - n) Teater
19. Fastställande av antal ledamöter i valberedning
20. Val av ordförande och övriga ordinarie ledamöter i valberedningen
21. Behandling av övriga frågor som anmälts inför fastställandet av dagordningen
22. Årsmötets ordförande avslutar mötet
23. Föreningens ordförande har ordet
24. Avslutning

# **VERKSAMHETSBERÄTTELSE**

**1/1 – 31 /12 2023**

**SPF Seniorerna 485 Björken**

**Organisationsnummer 817605 - 4891**

## Styrelsens verksamhetsberättelse 2023 för SPF Seniorerna 485 Björken

### Medlemsantal enligt statistikrapport 2023-01-01- 2023-12-31

|                         |       |
|-------------------------|-------|
| Vid årets början        | 345   |
| Nya medlemmar           | + 24  |
| Avlidna                 | - 13  |
| Avregistrerade/utträdna | - 16  |
| Medlemsantal 2023-12-31 | 340   |
| Förändring i antal      | - 5   |
| Förändring i %          | - 1.5 |
| Antal vän-medlemmar     | 9     |

**Årsmötet** i Skuttunge bygdegård genomfördes den 8 februari. 108 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 29 och 30 mars och på Björklingedagen den 27 augusti.

**Medlemsträffar:** Utöver årsmötet har föreningen arrangerat 9 månadsträffar en Må bra dag. Program från årets månadsträffar inklusive årsmötet:

- 11 januari - Skuttunge bygdegård – Lena Köster underhöll med diktläsning m, m,
- 8 februari – Årsmöte. Skuttunge bygdegård. Björktrastarna. Utställning Lappteknik.
- 8 mars – Skuttunge bygdegård – Per Uhlén berättade om Byggmästare Anders Diös livsverk. Björktrastarna medverkade.
- 12 april – Skuttunge bygdegård – Christer Nordström berättade om sitt polisliv. Björktrastarna medverkade.
- 10 maj - Vårfest i Skuttunge bygdegård. Middag med musikunderhållning av Tvärnit.
- 14 juni - Gökotta vid Nynäs
- 13 september– Skuttunge bygdegård. Per Mård föredrog intryck från en Kanadaresa.
- 11 oktober - Skuttunge bygdegård. Meteorolog Anders Nylund berättade om väder, fyrar och skeppsbrott vid Upplandskusten.
- 8 november – Höstfest, Tensta bygdegård. Middag med musikunderhållning av Mattias och Stefan.
- 13 december – Skuttunge bygdegård. Luciafest med Luciatåg med barn från Skuttunge skola. Kören Björktrastarna återuppstod och medverkade. Allsång.

## **Verksamheter:**

### **Boule**

2023 års verksamhet redovisas i bilaga 1

### **Bowling**

2023 års verksamhet redovisas i bilaga 2

### **Bridge**

2023 års verksamhet redovisas i bilaga 2

### **Friskvård**

2023 årsverksamhet redovisas i bilaga 2

### **Kortspel**

2023 års verksamhet redovisas i bilaga 3

### **Resor**

2023 års verksamhet redovisas i bilaga 3

### **Studier**

2023 års verksamhet redovisas i bilaga 4

### **Sång och musik, Sångkören Björktrastarna**

2023 års verksamhet redovisas i bilaga 5

### **Teater**

2023 årsverksamhet redovisas i bilaga 5

### **Ekonomi**

Beträffande ekonomin hänvisas till bifogade resultat- och balansräkning.

Årsavgiften för år 2023 var 300 kr.

## **Slutord**

Vi kan med glädje blicka tillbaka på 2023. Vi har haft ett intensivt år med många aktiviteter utöver våra välbesökta månadsträffar. TACK för det.

Våra vanligaste medier har använts flitigt, som UNT, Facebook, mailutskick samt vår hemsida. Vår kampanj för medlemsvärvning 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 2023**

|                 |   |
|-----------------|---|
| Ordförande      | Anders Söderberg  |
| Vice ordförande | Margareta Parkstam  |
| Sekreterare     | Margareta Parkstam  |
| Kassör          | Tage Selsborg   |
| Medlemsansvarig | Kristina Nyström  |
| Ledamöter       | Kerstin Jansson<br>Anne Lindskog<br>Marianne Ljungberg<br>Harry Jansson<br>Lars Berglund<br>Maria Jansson |
| Revisorer       | Roine Skälstad, Bo Wallin, ersättare Lars-Ove Frisk.  |

### **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 |
| Studiekommittén | Lisbeth Ekman                     |
| Sång och musik  | Birgitta Österdahl                |
| Teater          | Ulla Wik                          |

### **Köksansvariga:**

Agnetha Thisner, Britt-Inger Tapper, Stephan Jansson, Maria Jansson, Kerstin Carlqvist och Anders Carlqvist. Efter sommaren avgick Kerstin Carlqvist och Anders Carlqvist och Gunilla Dahlén och Rune Dahlén tillträdde.

### **Valberedning:**

Ragnhild Wendin, Sune Ahlstedt, Christina Pettersson,

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 runt 20 medlemmar träffats för träning, varje måndag och torsdag, på vår egen bouleplan vid Björkvallen.

Den 13 mars 2023 hölls upptakten av årets boulesäsong i Skuttunge Bygdegård.

31 medlemmar träffades och planerade för säsongen.

Björkens klubbmästerskap spelades den 3 augusti. Vinnare blev Barbro Eriksson, Gun-Britt Berglund och Hasse Söderlund, vars namn nu är ingraverade på vårt vandringspris. Trots att regnet kom kunde vi grilla korv och fika innan vi snabbt tog oss hemåt. Blöta tält fick vi ta hand om dagen efter.

DM i boule, för distriktets föreningar, ordnades av Björken den 30 maj. I tävlingen deltog 50 lag, varav Björken hade 9 lag. Arrangemanget var mycket uppskattat av alla deltagare. Vinnare i tävlingen blev dessutom Björkens lag, Alf Eriksson, Lars-Olof Larsson och Ulla Wik/Sven Fredlund. På andra plats kom Björkens lag, Anders Ahlander, Inga-Lill och Torsten Borg. De fem första lagen belönades med penningpriser och för vinnarna en inteckning i vandringspriset. Under dagen såldes lotter med priser från sponsorer,

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 8 lag.

Onsdagsboule i samarbete med Skuttungedansarna genomfördes under sommaren.

Avslutningen hölls inomhus den 26 oktober 2023 i boulehallen, med spel, smörgåstårta och prisutdelning.

Lag från Björken har deltagit i tävlingar under sommaren, anordnade av andra föreningar.

Den 24 juli Öregrundskulan i Öregrund. Den 27 juli Enakulan i Enköping.

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

Den 5 september 2023 kunde Boulens Dag genomföras – årets höjdpunkt i boulekretsar! Efter stort nedlagt arbete, med kontakter och planering inför tävlingen, inbjudan och mottagande av anmälningar, kunde bouleansvarig Pär Jansson känna sig nöjd. Intresset att delta i tävlingen var som vanligt mycket stort, vilket medförde att alla lag inte kunde få vara med och tävla.

P.g.a. rikliga mängder regn under augusti månad var grusplanen vid Björkvallen till delar fylld med vatten och antalet banor måste minskas ner. Björken kunde ta emot 137 lag, varav 10 lag från Björken till årets Boulens Dag. Lagen kom från Gävle till Köping och däremellan. Även detta år gästades vi av lag från Åland. Efter anmälning i vårt sekretariat kunde tävlingen börja kl. 9.00. Under dagen såldes lotter och i kiosken såldes korv och fika.



Arrangemanget fungerade mycket bra hela dagen och de drygt 400 tävlande och våra frivilliga funktionärer var väldigt nöjda. Vackert väder fick vi även detta år. Bästa lag, Anders Söderberg, Iréne och Calle Ohlsson från Björken kom på hedrande 9:e plats av 137 lag. Ett stort tack till alla som var med och jobbade. Ett rejält ekonomiskt överskott blev det som vanligt till SPF 485 Björken.

*Boulesektionen / Pärta Jansson*

### **Verksamhetsberättelse Bowlingen på Fyrishov 2023**

Vi har spelat Bowling på Fyrishov 38 ggr under 2023. Med gott deltagande med mellan 10 – 18 personer varje gång. Som vanligt spelade vi mot Södra Hagunda PRO på våren. Vi förlorade även denna gång men vi ger inte upp.

*Lars Thisner Verksamhetsansvarig*

### **Verksamhetsberättelse Bridge 2023**

Även i år har SPF 485 Björken haft ett mycket gott samarbete med SPF Idun  
Vi har spelat på tisdagar kl. 9.00 – 12.00 på Fyriskgården

*Guðrun Bergkvist Verksamhetsansvarig*

### **Verksamhetsberättelse Friskvården 2023**

**Senior Power – styrketräning för äldre:** Vi träffades i Skuttunge bygdegård totalt 9 ggr under vintern (januari-mars). Antalet deltagare varierade från 10 – 21 personer/tillfälle. Träningen leddes av Margit Sjölin och Lisbeth Ekman. I samarbete med studiekommittén.

**Stavgång:** Under året har vi haft stavgångsverksamhet under våren och hösten. Vi har träffats vid Lugnet i Björklinge och har sedan gått i motionsspåret. Varje pass har innehållit rörelse, balans, styrkeövningar samt stretching. Varje person har kunnat delta enligt sina önskemål under en timmes motionspass. Gruppen har bestått av 18 deltagare och vi har träffats 20 gånger, 10 gånger har vi varit fler än 10 personer. Deltagarantalet har legat mellan 13 – 6 personer per pass /*Margit Sjölin*

**Gökottan** den 14 juni vid Nynäs genomfördes med 35 deltagare. Sedvanlig tipspromenad genomfördes.

**Må bra dag** den 27 september genomfördes tillsammans med Studiekommittén.

Dagens program:

Falltrygghet för äldre – Iteb Zitouni- Uppsala Norra Judoklubb.

Koll på Läkemedel – Lisbeth Ekman, Margareta Parkstam

Hur förebygga bedrägeribrott – Maria Karlsson, polis

Hjärnhälsa – förebyggande råd och inspiration – Rana Masri, Uppsala kommun.

Utställare: Lapptekniken och Hantverk/Stickkafé.

Tipspromenad.

45 personer deltog

*Margareta Parkstam Verksamhetsansvarig*

## Verksamhetsberättelse Kortspel 2023

Bil 3

Under året har vi träffats tolv gånger på våren och tolv gånger på hösten.

Vi träffas i Stallet, Björklinge, torsdagar kl. 13.00 – 16.00. Antalet deltagare har varierat mellan 4 – 14 stycken. Vad som spelas bestäms bland de som kommit.

Det kan till exempel vara Whist, Djävulsspelet, 7:an m.m.

Alla är såklart välkomna, ingen föransmälning behövs.

*Gunilla Mattson Verksamhetsansvarig*

## Resekommittén rapport 2023

**Onsdagen den 22 mars 2023** gick vår resa till Gävle med 51 av SPF 485 Björkens medlemmar. Vid framkomsten till Gävle började vi med ”bussfika”. Vårt första stopp var vid Fängelsemuséet, där vi guidades runt i muséets två byggnader och fick höra om brott och straff i Sverige under 500 år. Efter avslutat museibesök åkte vi till det vackert belägna Gävle Konserthus och intog vår lunch i restaurangen Gourmet Blå. De som önskade hann också ta en kort promenad. Färden gick sedan vidare med besök och guidning på Mackmyra Whiskyby. Eftermiddagsfika med möjlighet att prova en starkare dryck avslutade dagens utflykt. Tack vare mycket kunniga och trevliga guider på Fängelsemuséet och Mackmyra var vi alla nöjda med dagen.

**Fredagen den 12 maj 2023** åkte 48 av SPF 485 Björkens medlemmar till Gustavsberg. Efter bussfika vid hamnen blev vi guidade på Gustavsbergs porslinsfabrik. Mycket uppskattat. Möjlighet till inköp av det fina handgjorda utbudet fanns. Därefter kunde vi i egen takt se oss runt på Gustavsbergs Porslinsmuseum. Vi åkte sen vidare till Artipelag, där vi fick dagens lunch. Några tog chansen att se utställningen Stockholm Art Week. Tack vare det fina vädret kunde vi vandra runt i den fina omgivningen, se konsten utefter vandringsleden och även ta oss en fika, utomhus, innan vi ställde kosan hemåt igen. Vår chaufför Thomas från Högbergs Buss gav oss en sightseeing genom Stockholm på hemvägen.

**Onsdagen den 23 augusti till torsdag 24 augusti 2023** gjorde SPF 485 Björken sin ”Hemliga Resa”. 48 medlemmar var med på vår resa som gick mot Dalarna. Vårt första stopp var vid den fint belägna Erik Larsgården, Brovallen, där vi fick vårt förmiddagskaffe med smörgås. Möjlighet till hantverksinköp fanns. Efter detta åkte vi till Sundborn och Carl Larssongården med guidad visning. Lunchbuffé intogs hos grannen Hyttstugan. Efter dessa stopp åkte vi så vidare till vårt hotell Gyllene Hornet i Tällberg. Vi hade där tid till poolbad, promenad eller vila, allt efter eget val. Kl. 18.00 träffades vi för den kommande middagen med kantarellsoppa och halstrad röding. I hotellets fina utrymmen kunde vi sedan under kvällen samlas för umgänge. Andra dagen startades med hotellfrukost 7.00 och avresa 8.30. Första stoppet, dag två, var Hildasholm i Leksand, där vi fick guidad visning i det historiska huset och promenad i den mycket vackra trädgården. Vi for vidare mot förmiddagskaffet på Sahlins Struts, Sveden utanför Borlänge. Till kaffet fick vi förstås smörgås med strutskorv. Mycket spännande och intressant berättade ”Strutsbonden” om sin verksamhet. Vid gårdsvisningen fick vi se strutsar i alla åldrar, Möjlighet till inköp av strutsprodukter mm fanns. Efter detta besök for vi vidare till det sista stoppet för resan, Skedvi bröd i Stora Skedvi. Vi intog lunch i deras speciella restaurang, såg deras brödbakning och kunde köpa deras produkter. Efter två fina dagar, vädret var nästan perfekt, endast enstaka regndroppar, tog vår chaufför Mats o Högbergs buss oss åter hemåt.

## **Vandringsresa i höstens färger i Funäsdalsfjällen 14-18 september 2023**

33 st. förväntansfulla resenärer åkte i egna bilar till Fjällhotellet Eriksgården i Funäsdalen. Resan innehöll två resdagar och tre vandringsdagar. Var och en gjorde vandringar efter sin bästa förmåga, vandrade upp på fjället, vandrade på gröna (lätta) stigar och en del vandrade på byn och några besökte sevärdheter på trakten och några gjorde egna bilresor bl.a. till Röros i Norge. Vi tillbringade mysiga kvällar med god mat och klurig hjärngympa.

**Vandringsdag 1**, fredag 15 september. Moln, sol, lite vind, plus 7 grader:

Vandring till Andersborg våffelstuga - Lillskarven, Tänndalen. Turen gick i maffig fjällterräng med fina vyer med höstens färger.

Denna dag delade vi upp oss i två grupper, en grupp gick direkt till Andersborgs våffelstuga, 2 km, och en grupp gick den längre sträckan över Lill-Skarven och till Andersborgs våffelstuga, ca 8 km.

Efter denna vandring åkte vi till Andersåfallet, med 303 trappsteg utefter vattenfallet. Bord med sittplatser fanns nedanför fallet. En del gick uppför alla trappor, en del stannade kvar nedanför vid borden där eftermiddagsfika intogs.

**Vandringsdag 2**, lördag 16 september. Moln, solen tittade fram ibland, lite vind, plus 8 grader:

Säterturen 5 km, naturskön runda genom kulturbygder med fäbodan vid Mittåkläppens fot. En vacker biltur utefter Kläppvägen från Bruksvallarna till Djupdalsvallen. Vandringsgruppen gick genom hagar, fäbodan och på rullstensåsen Vitäggen ovan myrmarkerna. Toppade turen med god våfflor på Djupdalsvallen.

**Vandringsdag 3**, söndag 17 september, strålande sol, vindstill, plus 15-20 grader:

Vi delade upp oss i tre grupper, en grupp gick upp till Kariknallen, en grupp gick till Evagraven, en kanjon som ligger på Flatruets sydöstra sida samt en grupp vandrade på byn, besökte bl.a. Fjällmuséet m.m. Denna dag satt vi och njöt vår medhavda matsäck i den vackra naturen med strålande sol från en klarblå himmel.

Tack till alla som var med på vandringsresan och tack till Åke Wenström, som guidade på de längre turerna och tack till Maria och Stephan Jansson som fixade klurig hjärngympa efter kvällsmiddagarna!

/Lisbeth och Ove Ekman

**Torsdagen den 16 november 2023** gjorde 40 av SPF Björkens medlemmar en resa till Stockholm. Avresa från Björklinge kl. 9.00 via Uppsala till Stockholm. Vårt första stopp blev förmiddagskaffe och smörgås i Koppartältet på Haga. Därefter gick resan vidare till Stockholms Slott för guidade visningar av Skattkammaren och Representationsvåningarna. En fin lunch intog vi på Restaurang Reiss intill Slottet. Dagens sista stopp var på Spårvägs- och Tunnelbanemuséet med intressant guidning om kollektivtrafikens utveckling i Stockholm, från roddmadamer till dagens tunnelbana. Högbergs Buss och vår chaufför Tomas tog oss därefter hemåt igen.

*Resekommittén*

*Anders Carlqvist och Kerstin Jansson*

## Verksamhetsberättelse Studiekommittén 2023

Bil 4

Studiekommittén består av:

Lisbeth Ekman, verksamhetsansvarig, Inga-Lill Borg, Barbro Fredriksson, Ragnhild Wendin, Margareta Parkstam.

Torsten Borg och Marianne Ljungberg har avgått under året

Gruppen har träffats 4 gånger under året.

Följande aktiviteter är genomförda under år 2023:

**Bangolf** – Prova på dag den 14 februari kl. 14.00 Uppsala Minigolfpark. Antal deltagare 14 personer. Prova på dag den 13 mars inställd p.g.a. vattenläcka.

**Pubafton** – 4 maj Familjens Deli Restaurang Björklinge.  
Tema hantering av mobila telefoner, 40 deltagare.

**Stickcafé** har arrangerats i Skuttunge bygdegård 3 ggr under våren med 13 deltagare.  
Fjärde träffen – 28 mars ställdes in p.g.a, snöoväder. Under oktober månad arrangerades 3 träffar, varav besök på sista träffen en visning av Viking Garn. Två träffar ställdes in p.g.a. installation av ny värmekälla i bygdegården. Antal deltagare under hösten 16 st.  
Ledare Eva Jansson.

### **Filmföreläsningar Nordisk Film Bio, Gränbystaden.**

6 st. föreläsningar arrangerades av Ragnhild Wendin under året i samråd med Nordisk Film. 3 filmer /termin. 70 – 100 deltagare per visning.

**Vår/hösttermin: Lapptekniken:** 6 personer har träffats varannan torsdag i ”Stallet” Hembygdsgården i Björklinge. Gruppen har träffats 15 ggr under året, 8 ggr på våren och 7 ggr på hösten. Deltog med en utställning på Må bra dagen.  
Ledare Barbro Fredriksson

### **Styrketräning för äldre vt 2023 och Må bra dag 27 september,**

Två arrangemang tillsammans med Friskvårdskommittén.

**En digitaliseringsgrupp har bildats i kommittén:** Syfte att anordna cirklar under kommande år för de äldre som är oroliga för digital användning. Delge varandra om hantering av baskunskaper i smarta mobiltelefoner, att använda sig av internet i vardagen för att underlätta hanteringen av olika tjänster samt kunskapen om att förebygga bedrägerier, som förekommer i allt större utsträckning i samhället.

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 2024.

*Studiekommittén*  
*Lisbeth Ekman*

## **Verksamhetsberättelse Sång och musik, sångkören Björktrastarna 2023**

Kören hade 18 medlemmar och övade som vanligt fram till sommaren 2023 och framträdde vid följande träffar:

- 8 februari – föreningens årsmöte
- 8 mars – SPF Björkens månadsträff
- 12 april – SPF- Björkens månadsträff
- 13 december – Lucia - kören återuppstod vid detta tillfälle.

Åke Persson dragspel och Birgitta Österdahl – piano har vid flera månadsträffar under hösten ackompanjerat till allsång.

## **Verksamhetsberättelse Teater**

1 april var vi på ”OLOF OLOF”  
27 april var vi på ”JULIUS CAESAR”  
15 oktober var vi på ”9-5”  
18 november var vi på ”Dottern”

10 – 25 personer har deltagit på våra teaterbesök.

*Verksamhetsansvarig Ulla Wik*

## **Verksamhetsplan 2024**

### **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 375 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 2024**

## **Presidium:**

Ordförande: Lisbeth Ekman

Sekreterare: Margareta Parkstam

Justerare: Lena Johansson och Göran Andersson

**Styrelsens ordförande:** Nyval 1 år Maria Jansson

## **Styrelseledamöter:**

Omval 2 år: Kristina Nyström

Omval 1 år: Lars Berglund, Anne Lindskog

Nyval: 2 år Rune Dahlén, 1 år Mats Lindgren

1 år kvar av mandattiden:

Margareta Parkstam, Kerstin Jansson, Tage Selsborg

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

## **Verksamhetsansvariga:**

Boule: Anders Söderberg

Bowling: Lars Thisner

Bridge: Ove Eriksson

Friskvård: Margareta Parkstam

Kortspel: Gunilla Mattson

Lotterier: Solbritt Davidsson

Resor: Anders Carlqvist, Kerstin Jansson

Studier: Lisbeth Ekman

Sång o musik. Vilande

Teater Ulla Wik

**Köksansvariga:**

Agnetha Thisner, Stephan Jansson, Gunilla och Rune Dahlén

Avgår i höst: Britt-Inger Tapper, Maria Jansson

Nyval våren 2024: Lena och Bengt Johansson

**Valberedning:**

Ragnhild Wendin - 1 år kvar

Sune Ahlstedt – 2 år kvar

Nyval 3 år: