

Verksamhetsberättelsen för 2025

Bilaga 1

Föreningens verksamhet har under året kunnat bedrivas i linje med den av årsmötet antagna verksamhetsplanen. Nya cirklar, nya idéer, samarbeten med andra föreningar och Värmdö kommun gör att utbudet av aktiviteter för våra medlemmar successivt breddas och utvecklas. Samarbeten ställer också större krav på att fler vill engagera sig. Vårt program är omfattande och till vår glädje har både antalet deltagare varit stort och flera har engagerat sig i olika aktiviteter. Årets största händelse var att SPF Seniorerna Värmdö, vår förening, firade 40 år den 3 oktober med en stor fest på Värmdö Bygdegård.

Medlemsutveckling

Föreningens medlemsantal uppgår per den 31 december 2025 till 1150 vilket är 28 fler än vid samma tidpunkt 2024 och 1139 fler än när föreningen startades för 40 år sedan.

Styrelsens arbete

Styrelsen har under året haft sju ledamöter. En styrelseledamot har avgått under året och som ersättare har en annan medlem under hösten adjungerats till styrelsen. Mandatet för styrelsen utsågs vid årsmötet den 25 februari 2025.

Årsmötet i februari hölls i samlingssalen på Gustavsgården. Totalt deltog cirka 50 personer. Årsmöteshandlingar fanns tillgängliga på hemsidan och i tryckt form vid årsmötet.

Under året har styrelsen sammanträtt tio gånger med möjlighet att delta digitalt. Styrelsemötena har hållits i kulturhuset i Gustavsbergs hamn.

Utbildning

Flera styrelseledamöter har deltagit i utbildningar och seminarier anordnade av förbund och distrikt. Många av utbildningar och seminarier som ordnas av förbundet sker digitalt vilket ger möjlighet för ett bredare deltagande för ledamöterna i styrelsen.

Kommunikationsstrategi

Att hålla föreningens medlemmar informerade om aktuella aktiviteter, förmåner m.m. är ett absolut måste för en levande och aktiv förening. Hemsida, SPF-app, Facebook och e-post är föreningens viktigaste kanaler för information och kommunikation med medlemmarna. Styrelsen informerar också muntligt på tisdagsträffar framför allt på sista tisdagen varje månad.

Digitalisering

SPF Seniorerna har tagit fram en rapport som uppmärksammar att det finns tusentals seniorer som varken kan, vill eller har ekonomiska möjligheter att delta i den digitala världen. Med rapporten som grund har förbundet under 2025 beslutat om en ny digitaliseringsstrategi. Strategin syftar till att möjliggöra för medlemmarna att bli mer digitala. SPF Seniorerna i distriktet och på Värmdö arbetar i sin tur kontinuerligt med olika åtgärder för att stödja medlemmar.

Ekonomi

Föreningens ekonomi har utvecklats positivt under året. Årets resultat landar på ett överskott om 34 969 kr jämfört med budgeterat -2 010 kronor. Intäkterna är lägre än budgeterat, främst beroende på lägre reseintäkter (men resekostnaderna är lika mycket lägre, så ingen större resultatpåverkan). På kostnadssidan är totala kostnaden ca 30 000 kr lägre än budgeterat. Våra tillgångar (fond, fordringar, kassa och bank) har ökat med 33 000 kr under året. Föreningens ekonomi har gjort det möjligt att fortsätta med kostnadsfria tisdagsträffar även under 2025.

Träff med nya medlemmar

Under året har nya medlemmar vid tre tillfällen inbjudits till träff, två gånger på våren och en gång på hösten. Som vanligt blev det intressanta möten med att välkomna ett stort antal nya medlemmar där representanter för styrelsen och valberedningen deltog. Det var flera medlemmar som kom med ideér om nya aktiviteter och som också visade intresse för att engagera sig.

Tisdagsträffar

Under året har vi fortsatt med tisdagsträffar i samlingssalen på Gustavsgården. Programmet har varit varierande med underhållning, föreläsningar, modevisningar och information med olika teman. Antalet besökande har varierat mellan 60 och 130 deltagare. Sista tisdagen i varje månad har startat med att styrelsen informerat om aktuella frågor. Programmet finansieras i samarbete med Guldkanten vilket innebär att programmet är öppet för alla seniorer oavsett föreningstillhörighet. Under hösten har vi också startat med en stunds sittgymnastik. Gymnastiken leds av en av våra medlemmar.

Mötesplatser

Första onsdagen i månaden har medlemmar träffats på restaurang Bridge 77 för trevlig gemenskap. Gemensamma luncher har genomförts tredje onsdagen i månaden på olika restauranger i Gustavsberg med ett 10-tal deltagare per gång.

Resor/utflykter

Under året har vi genomfört sju endagarsresor/utflykter. Den resa som hade flest deltagare var Hjälmare Kanal, där båten fylldes med 70 deltagare. Under året har också några gemensamma museibesök genomförts.

Cirklar och övriga aktiviteter

Sammanlagt har vi erbjudit cirka 20 olika aktiviteter under året med 250 - 300 deltagare. Ett mindre antal medlemmar deltog i mer än en aktivitet, men till största delen är det olika personer som deltar. Matlagning för herrar tog en paus under hösten på grund av för få anmälningar. Släktforskning fortsatte under våren via Zoom men tog även den en paus under hösten. Cirkeln sömnad har ändrat namn till Handarbete eftersom inriktningen har ändrat karaktär. Övriga cirklar/aktiviteter har fortsatt som tidigare.

Boule

Boule har pågått varje onsdag och söndag hela året om vädret så tillåter. 20 - 25 personer har deltagit varje gång.

Golf

Golfsektionen har anordnat sex tävlingar under säsongen. Två på Ingarö, en vardera på Fågelbro, Nacka, Saltsjöbaden och Värmdö. Antalet deltagare var totalt 135. Inomhusträningen, som pågick från januari till april, behövde dubbleras i år på grund av stort deltagarantal. Denna träning pågick måndag och tisdag på Värmdö Indoor Golf med cirka 25 deltagare.

Vandringar

Kulturvandringarna har fortsatt med nio vandringar under våren och nio under hösten med 20 – 25 deltagare per gång lite beroende på vädret.

Friskvård/motion

I början av varje termin har motionskort delats ut och i slutet av terminerna har vi haft utlottning av priser. Deltagarantalet har varit cirka 25 - 30 per termin.

Folkhälsoveckan

I maj genomfördes Folkhälsoveckan. Eftersom vi har många aktiviteter varje vecka erbjöds endast ”prova på” på boule och bordtennis. Glädjande nog kom det några nya deltagare som sedan fortsatt delta i respektive aktivitet. Veckan inleddes med fikastund och avslutades med våfflor. Båda dessa aktiviteter lockade 10 - 15 personer. Förutom våra egna aktiviteter kunde man delta i förbundets aktiviteter med digitala föreläsningar och en tävling om hur många minuter motion man fått ihop.

Externt deltagande

Kommunala pensionärsrådet

SPF Seniorerna Värmdö arbetar för att en bra äldrepolitik ska föras i kommunen. Inflytande, valfrihet och livskvalitet är tre viktiga ledord. Pensionärsrådet ska vara rådgivande och säkra ett kontinuerligt samarbete mellan kommunen och pensionärsföreningarna. Rådet är organiserat under Vård- och omsorgsnämnden vars presidium även är valda att leda pensionärsrådet. Vår förening har representerats av vice ordförande, en övrig styrelseledamot och en medlem. Pensionärsrådet har under 2025 haft sex ordinarie sammanträden. Möjlighet att delta digitalt har funnits under hela året. SPF har, liksom övriga föreningar i rådet, deltagit i ett flertal arbets- och referensgrupper rörande aktuella frågor inom Vård- och omsorgsnämndens och i år även inom Kultur- och fritidsnämndens ansvar.

Inför varje möte kan föreningarna anmäla frågor till dagordningen vilket våra representanter tar möjligheten att göra. Det kan handla om frågor som initierats av förbundet och sådant som mer rör Värmdö lokalt. Inom området hemtjänst har ökad valfrihet, ersättningsmodell (ramtid), införande av Hemtjänstindex och Nya Socialtjänstlagen varit de mest aktuella frågorna. Behovet av platser i särskilt boende har tillfälligt dämpats sedan Pilhamns Gårdar öppnat i början av året. Rådet informeras löpande om detaljplaner och byggprojekt. Stort fokus har också legat på arbetet med ett kommunövergripande Äldreprogram. Nestor FoU-center och frågor om ofrivillig ensamhet är återkommande frågor på dagordningen.

Friluftsråd

SPF Seniorerna Värmdö ingår sedan i höstas representerade i kommunens friluftsråd. Detta som en följd av Kultur- och fritidsnämndens breddade ansvar där seniorerna ingår som en viktig grupp.

Seniorfestivaler

Kommunens har under året anordnat Seniorfestivaler under temat hälsa. Två mindre lokala festivaler på Djurö och Ingarö samt en större avslutande festival i kulturhuset. Festivalernas program lockade ett stort antal besökare. Vår förening deltog med bemannat utställningsbord där vi informerade om vår förening.

Ofrivillig ensamhet

Många äldre lider av ofrivillig ensamhet. Vårt arbete med möten och aktiviteter är en del i att förebygga ensamhet. Vi har under året fortsatt, tillsammans med de övriga pensionärsföreningar och Värmdö Anhörigförening, att delta i kommunens projekt ”Motverka ofrivillig ensamhet hos äldre”. Från 2026 kommer projektet övergå i ordinarie verksamhet och fortsätter under ledning av den öppna verksamheten Diamanten.

Satsningen på filosoficaféer på biblioteken i Gustavsberg, Hemmesta och Djurö/Stavsnäs och i Ingarö föreningshus. Vi har deltagit i arrangemanget tillsammans med övriga föreningar. Även verksamheten med pratbänkar har fortsatt under året. Under hösten har kommunen bildat en grupp för män, där fler medlemmar ingår från vår förening.

För att ytterligare stärka arbetet med att motverka ofrivillig ensamhet har vi bildat en grupp av fem intresserade medlemmar som kommer att se över vad vår förening kan göra för att hitta och nå flera av dem som är ofrivilligt ensamma. Under hösten har gruppen i mindre skala påbörjat ett arbete med Väntjänst för föreningens medlemmar.

Övrigt externt deltagande

SPF föreningarna i Värmdö, Nacka, Tyresö och Haninge kommun bildar tillsammans Östra Södertörngruppen. Nacka/Värmdögruppen samarbetar vid behov när det gäller annonsering och marknadsföring. Ordförande och vice ordförande har deltagit i möten med Södertörngruppen. Vidare har pensionärsrådets ledamöter utsedda av föreningen deltagit i Nestor FoU-centers sammanträden. Ordföranden har deltagit i de möten som distriktet har anordnat för ordföranden.

Föreningen Guldkanten

Tillsammans med övriga pensionärs-/seniorföreningar i kommunen utser vi ledamöter till föreningen Guldkantens styrelse. Vi har under året haft fyra ledamöter i styrelsen.

Tack

Föreningen vill särskilt tacka Barbro Wallin för förträffligt arbete med utskick av gratulationskort, och vi tackar alla våra funktionärer för deras engagemang i föreningens aktiviteter.

Gustavsberg den 12 januari 2026

Styrelsen SPF Seniorerna Värmdö

Monica Fransson

Hans Hedström

Ingegerd Högborg

Monica Nordell

Barbro Rhodin

Stina Skog