

VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2025 FÖR SPF SENIORERNA – SYRENE SANDVIKEN

Vi kan nu lägga ett framgångsrikt 2025 till handlingarna.

SPF Seniorerna Syrenen i Sandviken är distriktets största SPF förening med **1139** medlemmar vid 2025 års utgång. Styrelsen, kommittéer och särskilt utsedda funktionärer har lett verksamheten.

Styrelse: Henning Eneström ordförande, Torkel Eriksson vice ordförande, Karin Lindström kassör, Wivi-Anne Andersson sekr, Anitha Eriksson medlemsansvarig, Ingalill Hedborg, Carl Gustaf Haglund, Karl Göran Wiklander och Henrik Öhlin,

Revisorer: Håkan Eckmar, Thomas Montalvo och Lena Hagelin suppleant.

Studieombud och ombud till Vuxenskolans årsmöte: Henrik Öhlin

Folkhälsosamordnare: Ingalill Hedborg

Resansvarig: Anders Norstedt.

Kommittéer/ombud: Annelie Hjalmarsson, Annika Berter, Christina Westin, Eva Karlberg, Gun-Britt Holmström, Janette Svensson, Kersti Cederstam, Marie Schelen, Maud Gerdin, Maud Westerberg, Virpi Ruskka.

Övriga funktionärer: Barbro Westh, Bo Lusth, Britt Lusth, Carl Gustaf Haglund, Curt-Ingemar Brolin, Göran Berter, Göran Olsson, Margareta Axell, Mårten Hedborg, Olof Eliasson, Sven Westh, Sven-Olov Eriksson, Thor Nielsen.

Mötesvärdar: Agneta Östlund-Nielsen och Kerstin Eriksson.

Ledamot i kommunala pensionärsrådet (KPR): Berit Lusth

Ledamot i Regionens Pensionärsråd (RPR): Torkel Eriksson

Valberedning

Kurt Lindström (ordförande), Elisabet Bergqvist och Göran Berter.

Programgruppen 2025

Programgruppen har bestått av 8 ledamöter, Henning Eneström, Henrik Öhlin, Anitha Eriksson, Berit Lusth, Göran Berter, Kersti Cederstam, Anders Norstedt samt Hans Wängelin, har haft 10 möten under året. Gruppen har planerat innevarande/kommande säsongens månadsmöten med underhållning och informationspunkter.

Underhållningen består oftast av någon form av musik allt från jazz till folkmusik. Informationen kan t.ex. vara om aktuella ämnen som bedrägeri mot äldre, restips, modevisning m.m.

I december 2025 ordnades också ett mycket uppskattat julbord där Manskören stod för underhållningen. På våra månadsmöten brukar det komma ca 100 personer, vi serverar fika och har ett lotteri.

Programgruppen ordnar också biobesök, resor, friskvårdsdag m.m. Vi har under året haft 4 pubkvällar med förtäring, musikunderhållning och ibland quiz, detta är en mycket uppskattad aktivitet med ca 150 besökare/tillfälle.

10 protokollförda styrelsemöten har genomförts på Valhalla.

Kommunikation och IT: CG Haglund och Henrik Öhlin

Medlemsblad för SPF-Syrenen: Redaktionen har givit ut 10 nummer av "Medlemsbladet för SPF Syrenen", som distribuerats via e-mail och publicerats på vår hemsida.

Medlemsträffar:

20/1 Månadsmöte Valhalla. Info: Marina från Kvinnojouren.
Underhållning Cat Fish, bluesmusik.

17/2 Månadsmöte Valhalla Info: Ann-Sofie Åberg pratade om AI
Underhållning Sandvikens Seniorkör

19/2 Årsmöte. Green Iron presenterade sin verksamhet.

28/4 Månadsmöte Valhalla Info: kommunernas Träffas och Trivas.
Underhållning Modevisning med Sandegårds.

19/5 Månadsmöte Valhalla. Info: polisen om trygghet m.m. Malin
Lilliedahl

Underhållning Rikard Berggren sjunger Elvis.

18/8 Upptaktsmöte Högbo, Fika vid Gruvstugan samt Tipspromenad.

22/9 Månadsmöte Valhalla. Info: Stefan Lundqvist Sandvikenhus.
Underhållning Hammarkören.

20/10 Månadsmöte Valhalla. Info: Marianne Fors om kända kvinnor i
Gästrikland. Underhållning: Commanceros.

17/11 Månadsmöte Valhalla.

Rapport från Skrynkelbältet. En föreställning om seniorlivet.

15/12 Månadsmöte restaurang Bolaget. Julavslutning med julbord.
Underhållning Sandvikens Manskör.

Pubkvällar:

12/2 Underhållare My Music Story med Janne Schaffer.

09/4 Underhållare Engmans Kapell.

17/9 Underhållare Per Persson och Sigge Hill.

12/11 Underhållare Rolf Lönns Band

Övriga arrangemang

22/1 Inbjöds samtliga ombud och övriga funktionärer till middag vid
Church.

Den 14 augusti arrangerade vi, tillsammans med Furan i Järbo, årets
Trafiksafari. Ett hundratal medlemmar från de olika föreningarna i
Gästrikland deltog. Färden gick från Järbo via Smörnäs till Högbo
Bruk där vi avslutade med fika och prisutdelning.

Den 14-15 oktober arrangerades 60+mässan i ERP Monitor Arena i
Gävle. SPF deltog med en monter där vi hade många besökare.

Luncher:

Vi har ätit lunch på Best Western Hotel, en gång i månaden under hela året och varit runt 15 medlemmar.

Resor:

Distriktets alla reseansvariga har samarbetat med att arrangera resor till olika resmål. Resor som Anders Norstedt arrangerat för Syrenen: Jokkmokk vintermarknad i februari.

Göta kanal och Glasriket i juli.

Sydafrika i september.

Champagne/Paris i oktober.

Kommunikation och IT:

IT-caféerna

Under våren och hösten anordnade vi IT-caféer. Vi använde både Studieförbundet Vuxenskolas lokal och Valhalla, lilla salen. Alla träffar inleddes med ett tema där vi informerade och alla kunde ställa frågor. Caféerna innehöll bl.a. dessa teman: IT-säkerhet, AI, säker handel, webbsamtal och hårdvara. Vi fikade och hade många livliga diskussioner. Ingen anmälan behövdes och inga förkunskaper krävdes. Alla var välkomna.

Under 2026 kommer det åter att finnas IT-café i nya lokaler på Stallgatan 3, med start 28/1.

Webbföreläsningar

SPF centralt hade två olika tvåtimmarsföreläsningar som man kunde anmäla sig till: *AI* och *IT-säkerhet för seniorer*. Vi samlades på Valhalla och Henrik Öhlin faciliterade dessa föreläsningar. Om detta erbjuds av SPF centralt även under 2026 kommer vi att skicka ut inbjudningar.

Fotografering med mobil

Vi hade en kort studiecirkel kring fotografering med smartphone. Vid tre tillfällen fick man lära sig bland annat:

- funktioner i mobilen
- redigering av bilder
- bildkomposition
- att spara bilder i olika format och appar

Under 2026 kommer vi åter att erbjuda denna studiecirkel.

Öppet hus om teknik och IT

Under året har vi olika grupperingar funderat på en mer öppen inbjudan i mässform. Man kan komma under en eftermiddag och lyssna på olika former av information eller få hjälp med sin Mobil/Padda/Laptop

Detta skulle isf planeras tillsammans med PRO och SKPF.

Vi har ännu inte hittat rätt former, men siktar på att göra något under 2026

Lokala rabatter:

Förmånliga rabatterbjudanden vid uppvisande av medlemskort har förhandlats med ett flertal butiker i Sandviken.

Hälsofrämjande aktiviteter

SPF Syrenens Friskvårdsprogram 2025.

SGA, Actic och Hälsoverket har haft träningspass inriktat på seniorer.

Vattengympa har varit 2 grupper på tisdagar. 48 deltagare vid 12 tillfällen på hösten och 14 tillfällen på våren. Vi fick också 5 platser tillsammans med PRO Årsunda på tisdagsmorgonen. Det visade sig att dessa platser var svåra att fylla så på höstterminen togs de bort.

Linedance: Barbro Pettersson har varit ledare under 2025.

2 grupper

Bowling: SPF har tillsammans med PRO två bowlingtider tisdagar och fredagar. Tisdagarna är alltid fullbokade med även ett antal på väntelista. Fredagarna har varit minde antal

Boule: SPF Syrenen har haft 22 aktiva medlemmar inskrivna i Boule verksamheten under våren 2025. Från januari till april spelar vi inomhus i Storviks Boulehall genom föreningen Parkhallens Boulesällskap. Vecka 20 övergick vi till utomhusspel på Valhallas grusplan. Gruppen har spelat ca 2 tim varje torsdag i Storvik och onsdag vid Valhalla. Fr.o.m. september till december började vi åter spela inomhus i Storviks Boulehall genom föreningen Parkhallens Boulesällskap (PBS) och då har antalet medlemmar ökat till 27. Ansvariga i SPF Anki Nyman och Lennart Nikkarinen.

Folkhälsoveckan:

Folkhälsoveckan som arrangerades 12-16 maj valde SPF att ha bara en dag vilket var den 15 maj. Guidad tur på Ferrum Arena på f.m. och därefter promenadstig med korvgrillning på Valhalla. Rapatac gjorde därefter en guidade stadsvandring på eftermiddagen.

Gåfotboll: Tillsammans med PRO anordnades gåfotboll en dag i veckan. Under vinterhalvåret inomhus och så fort vädret tillät utomhus.

Yoga: Tillsammans med PRO anordnades yoga. Ledare var Margareta Lindblad.

Stickcafe: Lili-Ann Bivall Olsson har samlat ett antal på Aldo´s på torsdagarna.

SGA startade på höstterminen gymnastik för 65 plussare på Ferrum Arena. Det blev mycket populärt. Det fanns möjlighet att bara prova på en gång och betala bara för den eller köpa för alla gånger. Som mest var det 60 deltagare.

Sandvikens seniorkör:

Seniorkören har deltagare både från oss i SPF och PRO. Kören övar i Kanalkyrkan på torsdagar och leds av Åsa Englund. Körverksamheten stöttas delvis av Vuxenskolan.

Bidrag

Kultur- och fritidsnämndens kulturutskott beviljade lokalstöd för verksamhetsåret 2025. Lokalstöd utgörs av tillgång till lokaler i Valhalla.

Dessutom har ett verksamhetsbidrag erhållits från kommunen.

Ett generöst bidrag från Albert och Anna Göranssons stiftelse mottogs tacksamt under 2025.

Medlemsstatistik för 2024

- ▣ Antal nya medlemmar under året – 117.
- ▣ Antal medlemmar utan e-post – 46.
- ▣ Antal utan mobil och e-post -18.
- ▣ Antal avlidna medlemmar under året - 20

Åldersstruktur:

- ▣ Äldsta kvinna i Syrenen 98 år.
- ▣ Äldsta man i Syrenen 96 år.
- ▣ Yngsta kvinna i Syrenen 61 år.
- ▣ Yngsta man i Syrenen 64 år.

Kommentarer till ekonomiskt utfall 2025:

Resultat- och balansräkning återfinns som separata dokument.

Vi i styrelsen kan konstatera att det ökade utbudet av aktiviteter, satsning på bra föredrag och underhållning, pubkvällar samt erbjudande av bra lokala rabatter har fallit väl ut. Vi har haft en stor tillströmning av nya medlemmar. Den här satsningen hade inte varit möjlig om vi inte hade fått ekonomiskt stöd från lokala fonder.

Styrelsen framför ett varmt tack till medlemmar som hjälper till på olika sätt när det behövs.

Framförallt ett stort TACK till program- och trivselkommittéerna som lägger ned mycket arbete för vår gemensamma trivsel.

Sandviken i februari 2026

Henning Eneström
Ordförande

Torkel Eriksson
Vice ordförande

Wivi-Anne Andersson
Sekreterare

Karin Lindström
Kassör

Anitha Eriksson
Medlemsansvarig

Ingalill Hedborg
Ledamot

Carl-Gustaf Haglund
Ledamot

Karl Göran Wiklander
Ledamot

Henrik Öhlin
Ledamot