

Välkomna till årsmöte med SPF Rospiggen



Torsdagen den 23 februari, kl 12.00
Hökhuvuds bygdegård

Kaffe/te och semla (alt kanelbulle)

I detta nummer finns kallelse, föredragningslista, verksamhetsberättelse 2022 och verksamhetsplan 2023.

Anmälan senast söndag 19 februari till:

Ingegerd Ernehult 0708-31 05 60 (gärna via SMS)

Lars-Erik Näsström 070-437 76 08 eller

Bertil Alm 0709-22 84 47 (helst via SMS).

Ta gärna med en vän.

VÄLKOMNA!

I samarbete med



Några ord från ordföranden i SPF-Rospiggen

Känns fortfarande lite ovant att mötas i större folksamlingar. Även om pandemin kanske är över så är det viktigt att vi fortsätter att få påfyllnadsdoser.

Läs mer längre fram i Rospiggsnytt om vad som gäller just nu. Att försöka mötas på tillräckligt avstånd så att vi inte riskerar att smitta varandra är något som vi förstått. Att vistas ute i naturen, vandra i motionsspår etc kan göra det lättare om vi är friska eller kanske för att just hålla oss friska.

Oron i omvärlden med Rysslands invasion av Ukraina som nu snart har pågått i ett år ger våra årsrika medlemmar obehagliga tankar och påminnelser om vad som hände under andra världskriget. Krav på både vårt samhälle och oss enskilda att efter bästa förmåga ge en hjälpande hand fortsätter. Till detta kommer också oron för vår egen ekonomi med höga elpriser och hög inflation.

Genom våra tre sektioner – Alunda – Gimo – Östhammar – finns det goda förutsättningar för att våra medlemmar får ut mycket av sitt medlemskap. På årsmötet ska vi försöka få fram nya idéer om bra innehåll på månads-träffarna och andra aktiviteter.

Rospiggsnytt hoppas vi ger dig värdefull information om vår förening. Hör gärna av dig med synpunkter om både det som du saknar eller kanske rent av blivit fel.

Ni som är ute på internet kan hela tiden också få aktuell information på vår hemsida. Annica och Ingegerd lägger ner ett förtjänstfullt arbete för att få det att fungera.

26 januari kom senaste numret av SPF:s tidning SENIOREN. 2 mars kommer nästa nummer. Tidningen är en fin medlemsförmån. Hör av dig om du inte får tidningen!

Hälsningar
Bertil Alm
 ordförande i SPF Seniorerna Rospiggen



SPF Rospiggens årsmöte 2023-02-23

Föredragningslista

1. Årsmötets öppnande
2. Val av mötesfunktionärer (ordförande, sekreterare och två protokolljusterare/rösträknare)
3. Fastställande av röstlängd
4. Fråga om kallelse skett i behörig ordning
5. Fastställande av föredragningslista
6. Styrelsens verksamhetsberättelse, resultat- och balansräkning 2022
7. Revisorernas berättelse
8. Fastställande av resultat- och balansräkning 2022
9. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsens ledamöter
10. Behandling av verksamhetsplan och budget 2023
11. Fastställande av medlemsavgifter
12. Fastställande av arvoden/ersättningar till styrelse och revisorer
13. Behandling av inkomna motioner
14. Behandling av förslag från förenings-, distrikts- eller förbundsstyrelse
15. Fastställande av antalet styrelseledamöter
16. Val av ordförande för 2023
17. Val av övriga styrelseledamöter för 2023
18. Val av 2 revisorer och 1 revisorsersättare för 2023
19. Val av 3 ombud och 3 ersättare till distriktets årsstämma
20. Rapporter
21. Fastställande av antalet ledamöter i valberedningen
22. Val av ordförande och övriga ledamöter i valberedningen
23. Behandling av övriga frågor som anmälts
24. Årsmötets avslutning

Verksamhetsberättelse för 2022

Styrelsen för SPF Seniorerna Rospiggen får för verksamhetsåret 2022 avge följande berättelse.

Styrelsen har bestått av:

Ordförande:	Bertil Alm
Vice ordförande:	Lars-Erik Näsström
Sekreterare:	Allan Kruukka
Kassör:	Inga Alm, adjungerad
Hemside- och Webbansvariga:	Annica Blomberg Kruukka, adjungerad, och Ingegerd Ernehult
Övriga ledamöter:	Jan Bohlin Inger Palmqvist

Styrelsen har under året haft sju protokollförda sammanträden varav ett digitalt.

Revisorer:	Lennart Johansson och Roland Pettersson
Ersättare:	Lage Löwén

Valberedning:	Stig Johansson och Margit Widén
----------------------	---------------------------------

Kommunala pensionärsrådet:	Zelwi Vogeler
Ersättare:	Elisabeth Wedholm-Mattsson

Ledamöterna har varit utsedda för hela mandatperioden 2019-2022.

Verksamhetsansvariga:

Rospiggsnytt:	Bertil Alm
Hemsida:	Annica Blomberg Kruukka och Ingegerd Ernehult
Boule:	Ingegerd Ernehult och Stig Josefsson
Stavgång:	Sture Andersson och Ingegerd Ernehult
Bridge:	Östen Mårtensson
Resor:	Kerstin Löfberg
Motionsdans:	Håkon Dregelid
Friskvård:	Lars-Erik Näsström
Teaterombud:	Kerstin Sandberg
Glada Måndan:	Ingegerd Ernehult

Representation:

SPF:s Distriktsstämma hölls den 5 april i Viktoria Hotell & Konferens, Uppsala.

Ombud: Bertil Alm, Ingegerd Ernehult och Annica Blomberg Kruukka.

SPF-distriktets marknadsföringskommitté: Annica Blomberg Kruukka

SPF-distriktets studiekommitté: Bertil Alm

SPF-distriktets valberedning: Bertil Alm

Möten och månadsträffar

Föreningens **årsmöte** hölls den 7 april i Hökhuvuds bygdegård. Ett 30-tal medlemmar hälsades välkomna.

Den 25 april var det **månadsträff** i SKB:s lokaler i Östhammar med temat: "Den stora utvandringen till Amerika". Tommy Pettersson berättade och visade bilder från egna resor i landet och gjort historiska nedslag

Den 16 juni arrangerade Lars-Erik Näsström en **blomstervandring** för att titta på guckusko vid Vällen.

Den 13-14 augusti var vi med på **Oland Visar** vid Lundafältet och informerade om vår verksamhet i ett tält tillsammans med Studieförbundet Vuxenskolan.

Den 14 oktober var det **Höstfest** tillsammans med Alunda PRO i Allianslokalen i Alunda.

Den 26 oktober **månadsträff** i Societetshuset Källör, Östhammar. Kommunpolis Bengt Eriksson informerade på temat: Brott mot äldre.

Traditionen med Rospiggens **julfest** hölls i Allianslokalen, Alunda den 10 december med 42 deltagare. Gudrun Vestin och Ing-Britt Hedenqvist var de som förtjänstfullt höll i trådarna med ett fint julbord med material från ICA. Lotteriet blev i år ett julklappslotteri. För musikunderhållningen svarade Mattias, Stefan och Sören. Viktor Rydbergs Tomten lästes av ordföranden.

Utbildningar

Distriktet har under året ordnat olika utbildningar och konferenser som styrelseledamöter med särskilda ansvarsområden kunnat delta i. Det har varit ordförandemöten, kurser i hemsida och medlemsregister, hälsofrågor och friskvård, inspirationsdag för studieombud och utbildningsdag för KPR-ledamöter.

Resor

I samarbete med Sundbergs Buss ordnas resor tillsammans med Havsörnen, Jernet, Koggen och Rospiggen. Resmålen har varierat med Bruken i Roslagen som Österby, Leufsta, Forsmark och Harg och en andra resa till norduppländska bruken Ullfors, Söderfors och Strömsberg, resa till Arholma, 4-dagars resa till Bohuslän, hemliga resan som gick till Norrköping och Gryts skärgård samt resa till Lasse Åbergs museum och Wasamuséet.

Andra aktiviteter – ett axplock

Östhammarssektionen har fortsatt med sina månatliga vandringar på *Hälsans stig* som ibland avslutats i Dagnys hörna på Adas Kafé. Glada måndan har under året omprövat verksamheten. Sent under hösten har Stavgång tagits upp på programmet som en återkommande måndagsaktivitet.

Forts. **Andra aktiviteter – ett axplock**

Alundasektionen har också ett återkommande program med Antikrundanstavgång, Qigong, Öppet hus, Bridge och Motionsdans.

Boule är också en stadig verksamhet både i Alunda och Östhammar. Under vintertid bedrivs verksamheten i Syding Ösby och i Sven Perssonhallen, Öregrund.

Föreningens **hemsida** har kontinuerligt uppdaterats under hela året.

Vår egen medlemstidning **Rospiggsnytt** har utkommit med tre nummer.

Kommunens äldreplan

SPF Seniorerna Rospiggen har skrivit ett ganska kritiskt remissvar på kommunens förslag till ny äldreplan som varit ute på remiss. I RospiggsNytt nr 3 har stora delar av svaret återgetts.

Antal medlemmar i föreningen var vid årets slut 277 st.

Ekonomi

Beträffande föreningens ekonomi hänvisas till separat resultat- och balansräkning.

Slutord

Styrelsen vill rikta ett stort tack till alla medlemmar som varit med och bidragit till ett innehållsrikt och trivsamt verksamhetsår med mycket gemenskap och värme efter pandemiåren.

Östhammar i januari 2023

Bertil Alm

Jan Bohlin

Ingegerd Ernehult

Allan Kruukka

Lars-Erik Näsström

Inger Palmqvist

SPF SENIORERNA ROSPIGGEN

RESULTATRÄKNING 2022

Intäkter	2022	2021
Medlemsavgifter	18 570,00 kr	18 940,00 kr
Ränteintäkter	102,40 kr	0,00 kr
Bidrag, gåvor	6 231,00 kr	20 290,00 kr
Summa intäkter	24 903,40 kr	39 230,00 kr
Kostnader		
Lokalhyra	400,00 kr	400,00 kr
Annonser	6 785,00 kr	7 630,00 kr
Marknadsföring	1 544,00 kr	2 034,00 kr
Medlemsavgifter	500,00 kr	500,00 kr
Styrelsesammanträden	2 918,00 kr	2 750,00 kr
Bank/plusgiroavgifter	965,40 kr	963,60 kr
RospiggsNytt	7 800,00 kr	5 049,00 kr
Mötesverksamhet	5 307,00 kr	6 176,00 kr
Övriga kostnader	1 800,00 kr	3 900,00 kr
Summa kostnader	28 019,40 kr	29 402,60 kr
Årets resultat	-3 116,00 kr	9 827,40 kr

BALANSRÄKNING 2022-12-31

Tillgångar	2022	2021
Kassa	500,00 kr	2 080,00 kr
Plusgiro	48 371,45 kr	48 528,85 kr
Bank swish /Boulesektionen	11 153,22 kr	0,00 kr
Bank	73 194,99 kr	73 092,59 kr
Summa Tillgångar	133 219,66 kr	123 701,44 kr
Skulder och Eget kapital		
Skulder		
Avräkning Boulesektionen	4 588,22 kr	0,00 kr
Övriga skulder	11 276,00 kr	3 230,00 kr
Summa Skulder	15 864,22 kr	3 230,00 kr
Eget kapital		
Balanserat kapital	120 471,44 kr	110 644,04 kr
Årets resultat	-3 116,00 kr	9 827,40 kr
Summa Eget kapital	117 355,44 kr	120 471,44 kr
Summa Skulder & Eget kapital	133 219,66 kr	123 701,44 kr

Verksamhetsplan våren 2023

SPF Seniorerna är en partipolitiskt och religiöst obunden organisation för seniorer.

Vår förening har till uppgift att främja SPF Seniorernas mål genom att:

- informera medlemmarna i frågor som berör dem
- verka för gemenskap, trygghet och trivsel bland medlemmarna
- tillvarata medlemmarnas intressen på det lokala planet, t ex i Kommunala pensionärsrådet
- aktivt verka för att ansluta personer som kan erhålla medlemskap
- i övrigt bedriva verksamhet som främjar förståelse och solidaritet mellan generationerna.

Månadsträffar och andra aktiviteter under året

- Diskussion på årsmötet med förslag från deltagarna till aktiviteter som läggs i en förslagslåda.

Årsmöten

<i>Datum</i>	<i>Vad</i>	<i>Plats</i>
23 febr	Årsmöte Rospiggen	Hökhuvud
28 mars	Årsstämma SPF-distriktet	Uppsala
14-15 juni	Förbunds kongress	Stockholm

Värva nya medlemmar – våga fråga

Medlemsvård och värvning

Nya aktiviteter

- Lämna i förslagslåda

Medlemsvård

- Grattiskort till medlemmar som jubilerar

Digitalt

- Hemsida
- Facebookgrupp (intern)

Annonsering

- Tidning/annonstavla

Utskick av Välkommen till SPF

Rospiggen

- till vänner och bekanta

Styrelsemöten under våren

- Torsdag 23 februari, konstituering

Medlemsförmån vid fastighetsförsäljning

Du får flyttstäden och gratis rådgivning och SPF-Rospiggen får 2.000 kr vid fastighetsaffär eller 1.000 kr för bostadsrätt.

SVENSK  FASTIGHETSFÖRMEDLING

Från ett läge till ett annat

SPF:s julfest i Allianslokalen 10 december



Mattias, Sören och Stefan vid Julfesten 10 dec 2022



Julbordet framdukat och kanske något liknande inför julen 2023

Uppsala Stadsteater

Gå in på teaterns hemsida: www.uppsalastadsteater.se
för information om program för våren 2023.

Beställ gärna biljetter genom SPF - vi har 25% rabatt på ordinarie pris på Stadsteaterns produktioner.

Rospiggens teaterombud är: **Kerstin Sandberg**

Mailadress: 46sandberg@gmail.com Tel: 070-696 10 35

Nytt om Covid-vaccinationer

•Våren 2023, från 1 mars:

- Rekommenderas **alla personer som är 80 år och äldre**, samt personer boende på SÄBO, särskilda boenden för äldre, att vaccinera sig med en **ytterligare påfyllnadsdos**.
- Möjlighet för vaccination med en **påfyllnadsdos för personer mellan 65 och 79 år** och personer från 18 år i riskgrupp.

•Hösten 2023:

- Inför höst- och vintersäsongen 2023 rekommenderas **alla från 65 år** samt alla i riskgrupp från 18 år en **påfyllnadsdos**, när det gått **minst 6 månader sedan senaste dos**.

Resor

Res med Rospiggen, Havsörnen, Jernet och Koggen i samarbete med Sundbergs Buss.

Hör av dig snarast med frågor och/eller **anmälan** till:
Kerstin Löfberg, tel 076-247 98 20, epost: kerstin_lg@hotmail.com

Läs mer på vår hemsida: www.spfseniorerna.se/rospiggen

22 – 25 maj Resa till Gotland

Pris: 7.490 kr per person. Anmälan senast 20 april.



Aktivitetsprogram våren 2023

"Antikrundan", stavgång

Måndagar kl 9 i Alunda, samling Landbadet

Kontaktperson: Sture Andersson, 073-933 62 27

Stavgång i Östhammar

Måndagar kl 10 i Östhammar, samling Sjötorget

Kontaktpersoner: Ingegerd Ernehult, 0708-31 05 60,
Anne-Marie Karlsson, 076-823 75 35

Seniorgymnastiken

Tisdagar i Alunda, Allianslokalen

Ledare sökes

Qigong

Tisdagar kl 11 i Alunda, Allianslokalen

Kontaktperson: Monika Hedén, Alunda, 070-632 24 23

Öppet Hus

Tisdagar kl 12 - i Alunda, Allianslokalen.

Träff med fika, prat, kortspel m.m.

Bridge i Alunda/Österbybruk

Onsdagar kl 10

Udda veckor i Alunda, Allianslokalen

Jämna veckor i Österbybruk, Fritidsgården

Kontaktperson: Östen Mårtensson, Alunda, 070-368 60 20

Boule

Onsdagar kl 10 i Östhammar (vintertid i Sven Perssonhallen, Öregrund)

Kontaktperson Östhammar: Ingegerd Ernehult, 0708-31 05 60

Fredagar kl 10 i Alunda (vintertid i Syding Ösby, Alunda)

Kontaktperson Alunda: Christina Berggren, 070-233 73 82

Eva Bergman, 073-991 32 56

Motionsdans

Fredagar kl 15-17 i Allianslokalen, Alunda. Ta med fika.

Kontaktperson: Håkon Dregelid, 076-771 01 66

Har Du e-post?

Portot börjar bli dyrt. Ibland kan det vara enkelt och praktiskt att snabbt få ut information till medlemmarna. Har du e-post får du gärna skicka ett mail till bertil143alm@gmail.com



SPF Seniorerna Rospiggen
c/o Bertil Alm, Skogsv. 3, 747 31 ALUNDA

SPF-Seniorerna är en partipolitiskt och religiöst obunden organisation för seniorer.

Lokalföreningen Rospiggen

har 3 sektioner; Östhammar, Gimo och Alunda med aktiviteter som är tillgängliga för alla medlemmar.

Du är alltid välkommen till våra träffar och aktiviteter.

Kontaktuppgifter för styrelsen:

Bertil Alm, ordförande

Mob: 0709-22 84 47 Epost: bertil143alm@gmail.com

Lars-Erik Näsström, vice ordförande

Mob: 070-437 76 08 Epost: gimolarserik@hotmail.com

Allan Kruukka, sekreterare

Mob: 070-428 84 35 Epost: allan.kruukka@hotmail.com

Jan Bohlin

Mob: 070-379 40 81 Epost: janerikbohlin@gmail.com

Ingegerd Ernehult, webbansvarig

Mob: 0708-31 05 60 Epost: ernehult@hotmail.com

Inger Palmqvist

Mob: 0701-72 39 72 Epost: inger.palmqvist@gmail.com

Adjungerade:

Annica Blomberg Kruukka, webbansvarig

Mob: 070-748 30 75 Epost: akruukka@gmail.com

Inga Alm, kassör

Mob: 0708-45 23 67 Epost: inga@alm.as

Välkommen att lämna material eller tips till

Hemsidan: Annica Blomberg Kruukka och Ingegerd Ernehult

Rospiggsnytt: Bertil Alm

www.spfseniorerna.se www.spfseniorerna.se/rospiggen

Vi finns även på Facebook.