

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

SPF SENIORERNA Åmålitera verksamhetsåret 2024

Styrelsens sammansättning

Lisette Lindenström
Anette Erlingsson
Lizbeth Norum
Alf Alfredson
Margit Andersson
Gunnar Bergman
Lennart Hansson
Jan-Einar Nomell
Eva Olsson

ordförande
vice ordförande, sekreterare
kassör
ordinarie ledamot
ordinarie ledamot
ordinarie ledamot
ordinarie ledamot
ordinarie ledamot
ordinarie ledamot

Revisorer

Håkan Byh
Gunnel Karlsson
Torbjörn Kock

ordinarie
ordinarie
ersättare

Hemsidan

Webbansvarig har varit Rolf Weibull

Facebook

Facebookansvarig har varit Lisette Lindenström

Styrelsemöten

Under verksamhetsåret 2024 har styrelsen haft nio protokollförda ordinarie styrelsemöten samt ett konstituerande möte den 26 mars.

Årsmöte

Årsmötet ägde rum den 26 februari 2024 i Tingshuslokalen med 79 medlemmar närvarande. Den egna musikgruppen Likören underhöll.

Distriktsstämma

SPF Seniorerna Norra Älvsborgsdistriktet höll distriktsstämma i Vänersborg lördagen den 6 april. Lisette Lindenström, Alf Alfredson, Gunnar Bergman, Lennart Hansson och Jan-Einar Nomell deltog som ombud för Åmålerna. Deltog gjorde även Åmälternas medlem Lars Skogsberg som varit invald som ordinarie ledamot i distriktsstyrelsen under 2024.

Medlemsstatistik

Antal medlemmar vid årets ingång	425
Nya medlemmar	+ 24
Utträde på egen begäran	- 4
Uteslutna p g a obetald medlemsavgift	- 14
Avlidna medlemmar	-15
Antal medlemmar vid årets utgång	420

Ekonomi

Medlemsavgiften för 2024 på 250 kr har varit oförändrad under flera år varav 70 kr stannar i föreningen och 180 kr går till förbundet. Från 2025 höjs medlemsavgiften till 300 kr enligt beslut vid årsmötet i mars 2024.

Villkoren för föreningsstöd från Åmåls kommun har ändrats fr o m 2024. Det innebär ett bidrag på 90 procent av en årshyra på max 35 000 kr under förutsättning att föreningen har mer än 400 medlemmar. Tidigare utgjorde föreningsstödet 50 procent av hyran. Detta innebär en ökning av stödet 2024 jämfört med 2023. Vid lägre medlemstal trappas stödet ner.

I övrigt hänvisas till resultat- och balansräkningen för 2024.

Digitalisering för medlemmar och förtroendevalda

I april anslöts alla SPF-föreningar till ett nytt medlemssystem, Softadmin. Överföringen av data från det gamla MiRiaM till det nya systemet gick snabbt och utan störningar. Förutom att hanteringen av medlemsregistret har blivit väsentligt enklare så har kommunikationsmöjligheterna med medlemmarna förbättrats högst väsentligt.

SPF Seniorerna satsar en hel del på att utveckla både styrelsernas och medlemmarnas förmåga att använda sig av digital teknik. Projektet startade under 2023 och under 2024 har det genomförts en hel del webbaserade seminarier där alla medlemmar med en mobiltelefon, surfplatta eller dator kan delta i realtid eller ta del av dem i efterhand när det passar. Alla seminarier och utbildningar är kostnadsfria och finns sparade på SPF Seniorernas hemsida

[SPF Seniorerna Webbinariet att se i efterhand.](#)

Anette Erlingsson är SPF Seniorerna Åmälternas kontaktperson för projektet.

Rekrytering

Eva Olsson ansvarar för rekryteringen. Mottot är att synas i positiva sammanhang för att dra uppmärksamhet till och intresse för SPF Seniorerna Åmålerna. Under perioden 2013 - 2023 var SPF Seniorerna Åmålerna den förening i Norra Älvsborgs distrikt som totalt sett hade ökat mest.

Stadshotellets första after-work den 25 januari hölls i samarbete med Åmåliterna. Det är ett utmärkt tillfälle för rekrytering och trevligt umgänge med SPF-medlemmar och andra gäster. Även den här gången resulterade arrangemanget i några nya medlemmar.

Den 15 maj var det premiär för bilrally med kluriga frågor och praktiska övningar som avslutades med prova-på-golf, prisutdelning och lunch på Forsbacka Golfklubb. Aktiviteten var uppskattad av deltagarna och uppmärksammades av både av PD och SPFs egen tidning Senioren. Båda tidningarna publicerade ett reportage med bilder sammanställt av Lisette Lindenström.

Även gå-fotbollen vid Kamratgården noterades med en artikel i PD efter ett tips från Eva Olsson.

Söndagen den 4 augusti var det föreningsdag och breddloppsdag på Åmålstravet. SPF liksom många andra föreningar var inbjudna. Eva Olsson, Lennart Hansson och Anette Erlingsson deltog med ett stånd. Tyvärr var det väldigt liten publik trots vackert väder men insatsen resulterade ändå i två nya medlemmar.

Månadsmöten

Månadsmötena syftar till att ge medlemmarna tillfälle till trevlig samvaro och underhållning men minst lika viktigt är också information och diskussion om viktiga samhällsfrågor.

Här finns en unik möjlighet för medlemmarna att dela med sig av sina erfarenheter och synpunkter och därmed påverka såväl kommunala verksamheter som vård och omsorg samt komma med förbättringsförslag som representanter för medlemmarna kan ta upp direkt vid regelbundna och personliga möten med vården, politiker och ansvarig ledning i kommunen.

En medlemsenkät genomfördes bland deltagarna vid månadsmötet i augusti där styrelsen efterlyste synpunkter på nuvarande verksamhet och förslag till förnyelse och alternativa aktiviteter. Svaren fanns tillgängliga vid månadsmötet i september.

Årsmöte och fyra månadsmöten har hållits under våren och fyra månadsmöten under hösten.

29 jan	Kommunalrådet Mikael Karlsson (M) berättade om vad som är på gång i kommunen.
26 feb	Årsmöte med underhållning av vår egen sånggrupp Likören. Dessutom var Michael Henriksson, Åmåls Pistolskytteklubb, inbjuden som ett led i att skapa intresse för att bredda föreningens aktiviteter.
25 mars	Trubaduren John Johansson underhöll.
29 april	Hälsotema med medverkan av Fredrik Skärlund, verksamhetschef Medpro och Jessika Fredriksson, tandhygienist Folktandvården.
27 maj	Trubaduren Markus Ståhlhandske underhöll.
26 aug	Genomförande av medlemsenkät samt underhållning av musikgruppen Janssons Frestelse.
30 sep	Tema: "Din beredskap" med medverkan av Daniel Andersson, Åmåls kommuns säkerhetsstrateg. Vår medlem Gunnar Bergman representerade Röda Korset.
28 okt	Pelle Skjervik underhöll.
25 nov	Lisette Lindenström berättade och visade bilder från vårens resa i Vietnam.

Vid samtliga månadsmöten informeras om det lokala arbetet i föreningen med redogörelser för genomförda aktiviteter och uppdatering av planerade aktiviteter och resor. Dessutom rapporteras från de kommittéer där Åmåliterna är representerade såsom Kommunala pensionärsrådet, Samverkansgruppen, Trygg Åmål och Äldrerådet.

Program- och aktivitetskommittén

Ambitionen är att det ska finnas något för alla medlemmar men att inte allt kan passa alla.

I kommittén ingår Lisette Lindenström, Margit Andersson, Lennart Hansson och Eva Olsson med stöd i genomförandet av flera engagerade SPF-medlemmar.

Resor med buss uppskattas av många och skapar både gemenskap, kunskap och nöje samtidigt som det är bekvämt och prisvärt. Årets program var omväxlande för att så många som möjligt skulle kunna hitta något lockande. Oftast används Simons Resor, Säfte, eller Bengt Nyléns Buss, Åmål, med vår medlem Margit Andersson som reseansvarig.

- | | |
|------------------|--|
| 24 april | Endagsresa Frykensäjarna runt med lokala guider i Rottneros Park, på Sahlströmshuset där lunch serverades och på Torsby Motormuseum.
22 deltagare. |
| 6 – 9 juni | Resa till Österlen i Skåne med tre övernattnings i Simrishamn och två heldagsutflykter med lokalguide.
Via Falkenberg med guidad visning på Wanås slott.
Andra dagen till Kivik, Käseberga och Backåkra.
Tredje dagen till Ystad, Glimmingehus och Köpingsbergs vingård.
Hemresa via Berte Nostalgimuseum i Slöinge.
22 deltagare |
| 28 augusti | Endagsresa med tema mat och kultur.
Besök på Lödöse museum med guide från utgrävningarna i Edsleskog, besök på gårdsbutiken Ehrenhofers Lamm och Vilt samt Hoffrekullens tomatodlingar utanför Kungälv.
29 deltagare |
| 10 november | SäfteOperan
Med buss till föreställningen Waitress, en romantisk feelgood-musikal.
41 deltagare |
| 17 - 19 december | Julbordskryss till Kiel med besök på julmarknad och shopping center
(arrangerades tillsammans med Åmåls Hemvärnsförening) |

SPFs After Work (AW) på Stadshotellet är ett av många arrangemang som ger tillfälle till att umgås med medlemmar och andra gäster. Årets After work arrangerades torsdagen den 25 januari och var mycket välbesökt.

Lunch tillsammans äger rum den andra onsdagen i månaden kl 13.00 med undantag för juni, juli, augusti och december. Någon från styrelsen deltar som informell värd. Valet av restaurang varierar och som regel krävs ingen föranmälan.

Vin- och whiskyprovningarna är populära och oftast fulltecknade (max 30 personer i SPF-lokalen). Den 17 april genomförde vår medlem Lennart Hansson med stor inlevelse en whisky- och chokladprovning. Den 13 november var det medlemmarna Ulla och Lars Berne som ledde en provning av Chianti-viner tillsammans med en tapastallrik.

Jazzkväll hölls den 8 februari under ledning av våra medlemmar Bo-Lennart och Gunilla Hjalmarsson. Ingen deltagaravgift men det fanns kaffe, vin och smörgåsar till försäljning. Jazzkvällen blev snabbt fullbokad så en repris hölls den 10 oktober.

Friskvårdsaktiviteter

Gåfotboll är en ny aktivitet som startade under sensommaren. Många var intresserade redan från början och vid slutet av året var man cirka tjugo deltagare som har träffats varje onsdag. Det har varit roliga och trevliga "matcher". Sommartid har gåfotbollen hållit till utomhus vid Kamratgården och under den kalla årstiden har man flyttat inomhus till rackethallen på Örnäs. Könsfördelningen har varit 50/50. "Lekledare" är Bo-Lennart Hjalmarsson.

Gymnastiken på Södra Skolan har genomförts enligt plan. Programmet har utarbetats av Svenska Gymnastikförbundet, PRO, SISU och Korpen och är avsett för vår målgrupp. Ledare har varit Arto Gajdarzjisikij.

Under hösten har antalet deltagare har varit lägre än tidigare terminer, dock har minimikravet på fyra deltagare uppfyllts. Vad nedgången beror på är oklart men kan delvis bero på individuella hälsoproblem eller att programmet har varit för utmanande. Under våren 2025 kompletteras därför gymnastiken med ett lättare sittgymnaspas.

Boule har spelats i Åmåls Bouleklubbs lokal på Kvarnholmsgatan tisdagar, fredagar och söndagar. Medlemmar i SPF kan få visst stöd vid deltagande i mästerskap.

Bowling har spelats torsdagar i Åmåls Bowlinghall vid Karlbergsgymnasiet.

Linedance, en lättare grupp och en med högre tempo har hållit till måndagar i SPF-lokalen.

Balansrundan på Örnäs finns alltid tillgänglig under sommarhalvåret. Promenad med balansövningar i grupp eller på egen hand

Sommarprogrammet var ett nytt inslag 2024 för att skapa tillfällen att träffas även då den planerade verksamheten ligger nere.

- Eftermiddagsfika på Kungsberget onsdagar varannan vecka med någon från styrelsen som informell värd.
- Balansrunda med Arto Gajdarzjisikij i Örnässkogen har fortsatt varje onsdag hela sommaren.
- Söndagspromenader med Eva Olsson med avslutande besök på något café.
- Gåfotboll med smygpremiär vid Kamratgården under ledning av Bo-Lennart Hjalmarsson.

- Minigolf på Örnäs Camping torsdagar med Eva Olsson
- Besök på Årbols Skolmuseum den 21 augusti ställdes in p g a få anmälningar.

Studiecirklar

Studiecirkelverksamheten sker i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan. Cirkarna är så kallade kamratcirklar med någon av föreningens medlemmar som cirkelledare. I de flesta cirklar träffas man varannan vecka med uppehåll vid jul och under sommaren.

Samordnare är Gunnar Bergman. Årets cirklar har haft varierande teman.

Kortspel (bridge)

Mervetarna – fyra grupper med olika teman, bl a "Dalsland"

Akvarellmålning

Filmcirkel

Litteratursirkel

Musikcirkel - Vi sjunger tillsammans i sånggruppen "**Likören**" under ledning av Lars Skogsberg

Beredskapsveckan den 23 – 29 september innehöll ett digert program med många föreningar och organisationer involverade inklusive SPF Åmålarna och koordinerat av Daniel Andersson, Åmåls kommuns säkerhetsstrateg.

Samverkan- och påverkansgrupper

Kommunala pensionärsrådet, KPR, har haft följande sammansättning:

SPF Seniorerna Åmålarna:	Lisette Lindenström, ordinarie Lars Skogsberg, ordinarie Eva Olsson, ersättare Rose-Marie Edvardsson, ersättare
PRO	Två ordinarie ledamöter Två ersättare
Åmåls kommun	En politiker från majoriteten: Michael Karlsson (M) En politiker från oppositionen: Hassan Dello (S)

Ordförande är kommunalrådet Michael Karlsson och vice ordförande Lisette Lindenström.

KPR administreras under kommunstyrelsen. Frågor som tas upp kan beröra alla kommunala förvaltningar samt primär- och sjukvård. Rådet har träffats fyra gånger då budget och ekonomi för kommunens samtliga berörda förvaltningar har redovisats samt att man har fått information direkt från de olika verksamhetsledarna.

Trygg Åmål är ett kris- och säkerhetsråd under ledning av Daniel Andersson, Åmåls kommuns säkerhetsstrateg. Syftet är att främja samverkan om säkerhet, kris samt trygghetsfrämjande och brottsförebyggande frågor som påverkar flera aktörer inom kommunen och dess närområde.

Lisette Lindenström är representant för SPF Seniorerna Åmålarna.

Äldrerådets syfte är att pensionärsföreningarna ska kunna ha en direkt dialog med vårdcentralen Medpros ledning för att därigenom kunna påverka inriktningen av vården för den målgrupp pensionärsföreningarna representerar samt att få tidig första-hands-information om verksamhetens utveckling. Under året har det hållits fyra möten på plats hos Medpro. Äldrerådet leds av Medpros verksamhetschef.

SPF representeras av Ann-Christine Alm Höjdén, Marianne Nilsson och Lena Kock. PRO har också tre representanter.

Uthyrning av SPF-lokalen

Alf Alfredson har tagit över ansvaret för uthyrning och nycklar från Kajse-Britt Andersson efter att hon har avgått ur styrelsen.

Lokalhyran för föreningar har varit 250 kr och för privatpersoner 500 kr.

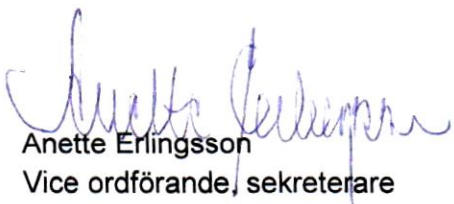
Slutord 2024

Vi vill framföra ett stort tack till alla våra studie- och aktivitetsledare och andra ideella medarbetare för allt arbete de har lagt ner under året!

Vi kommer också att fortsätta vårt aktiva arbete med rekrytering av fler medlemmar. Alla behöver vara ambassadörer för SPF. Försök att få med vänner och bekanta som ännu inte är medlemmar!

Se vidare separat Balans- och resultaträkning per 2024-12-31.

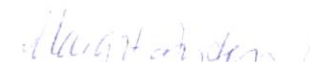
Åmål den 20 januari 2025


Anette Erlingsson
Vice ordförande, sekreterare


Lisette Lindenström
Ordförande

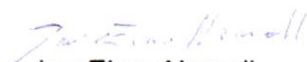

Lizbeth Norum
Kassör


Alf Alfredsson
Ledamot


Margit Andersson
Ledamot


Gunnar Bergman
Ledamot


Lennart Hansson
Ledamot


Jan-Einar Nomell
Ledamot


Eva Olsson
Ledamot