

*SPF Seniorena Sydporten  
Hörnefors*

*Verksamhetsberättelse*

*2020*

**Styrelseledamöter**

Eva-Britt Kvarnbrink, ordförande  
Sture Erixon, vice ordförande  
Inga Nordin, kassör  
Håkan Boberg,  
Britt-Marie Forssén  
Anna-Lena Nilsson  
Monica Samuelsson  
Roger Forsgren  
Margaretha Röckner-Boström  
*Gun Jonsson, adjungerad sekreterare*

**Valberedning**

Christer Fredriksson (sammankallande)  
Gun Jonsson  
Margareta Kohlström

**Revisorer**

Barbro Gunnarsson  
Sven-Erik Bergström

**Suppleant**

Claes Kohlström

**Utanför styrelsen dessutom:**

**Carina Broman:** Hemsidan och affischer

**Kristina Boberg:** Samordnare av friskvårdsaktiviteter och aktiv i äldrefrågor.

**Mats Kvarnbrink och Gun Jonsson:** Resor.

**Inge Törnlund:** Bouleansvarig och biljettansvarig för hockey.

**Christer Nilsson:** Ansvarig för gymnastiken.

**Verksamhet**

Styrelsen har haft nio protokollförda möten under året, inklusive årsmöte och konstituerande möte. Medlemsantalet var vid året slut 285 personer, fördelat på 174 kvinnor och 111 män. Detta innebär att vi inte nådde målet att ha minst 300 medlemmar vid årsskiftet. Föreningen har fått häls sju nya medlemmar välkomna. Fyra har avlidit och nio har begärt utträde av olika anledningar.

**Coronapandemin**

Coronapandemin ställde till det mesta för styrelsens ambitionsnivå för 2020. Föreningen har endast kunnat hålla två månadsmöten, inklusive årsmötet, innan pandemin satte stopp för verksamheten. Fortsättningsvis kunde inget av det planerade programmet genomföras under året.

**Onsdag 29 jan.** Vi började året med underhållning av Ivars Band. Till mötet anslöt 75 personer för gemensamt fika och att lyssna till bandet.

**Onsdag 27 februari:** Hölls Sydportens årsmöte i Församlingsgården, med Ingemar Sandström som extern ordförande. Mötet inleddes med att deltagarna bjöds på Bruna bönor med fläsk samt kaffe och kaka. SPF-ordförande Christer Fredriksson höll en parentation för sju avlidna medlemmar. Parentationen avslutades med att ett ljus tändes för varje avliden och en ros lades vid varje ljus. Susanne Hakola spelade lugn musik under hela parentationen. Inga-Brita Nordahl läste en dikt. Vid årsmötet deltog 85 medlemmar.

### Resor/studiebesök

Sydportens grundtanke och ambition har alltid varit att arrangera resor/studiebesök öppna för alla medlemmar som vill delta. Vid utlandsresor går erbjudandet även till övriga SPF- föreningar i distriktet. Vid resorna kan även icke medlemmar erbjudas att följa med om plats finns. Tanken är att skapa ringar på vattnet, eftersom det i slutändan kan innebära en eller flera nya medlemmar.

**22 februari:** Genomfördes en trevlig resa med 42 förväntansfulla medlemmar till Örnsköldsvik, som efter en god middag på First Hotel Statt fick avnjuta den trevliga revyföreställningen Boeing Boeing.

Efter den trevliga resan till Boeing Boeing-revyn blev det inga fler resor eftersom pandemin satte stopp för dessa.

**I maj månad** var det tänkt att en fyra-dagarsresa till Tallin skulle genomföras, med Erling Glantz som guide.

**I juni månad** brukar varje år, årets Hemliga resa arrangeras för medlemmarna. Detta år fick dock den populära resan ställas in.

**I september månad** planerades en 5-dagarsresa till Sankt Petersburg, via Stockholm och Helsingfors, som inte heller kunde genomföras.

### Studiecirklar

Det mesta av studieverksamheten har legat nere under det gångna året.

#### *Hörneforsbygdens historia*

En studiecirkel om Hörneforsbygdens historia inleddes med en föreläsning av Gunnar Engström. Denna följdes av två guidade vandringar i Hörnefors, innan de påbjudna Coronarestriktionerna satte stopp för fortsättningen. Monica Samuelsson ledde arbetet med hjälp av Peder Lundin och Ulf Hahlin.

### Kultur för seniorer/kultur är hälsa

Beteckningen står för ett nätverk av ombud för ett 30-tal seniorföreningar i Umeå kommun. Nätverkets mål är att erbjuda kommunens seniorer ett varierande utbud av aktiviteter, som t ex musik, teater, filmklubb, körsång, jättepicknick, allsång i parken, studiebesök, studiecirklar, resor, kurser m.m. Monica Samuelsson har varit SPF-Sydportens ombud, men inga aktiviteter har kunnat genomföras.

### Caféverksamhet

SPF-Sydporten bedrev i början på året, tillsammans med PRO, caféverksamhet i fritidslokalen Hornet i gamla kommunhuset. På grund av Corona stängdes verksamheten ner. Under hösten gjordes ett försök att återuppta verksamheten i Församlingsgården, men efter två caféomgångar lades verksamheten ner igen.

### Hemsida/Information

Spf-Sydportens hemsida har en av Distriktets bästa hemsidor och det är vi väldigt stolta över. [www.spf.seniorerna.se/sydporten](http://www.spf.seniorerna.se/sydporten). Vi kommer även i fortsättningen att arbeta för att vara ledande på hemsidan. Denna ger oss även möjlighet att annonsera viktig information till de medlemmar som inte har mailadress. Medlemmar med mailadress nås även av viktig information via sin mail.

### **Friskvård och gemenskapsskapande aktiviteter;**

#### **Boule**

På grund av Coronapandemin har bouleverksamheten endast kunnat bedrivas utomhus. Spelandet har pågått tisdagar och fredagar under hösten tillsammans med PRO. Anna-Lena Nilsson har utgjort kontakt från SPF.

#### **Gymnastiken**

Gymnastiken som normalt bedrivs tillsammans med PRO i Bråvallahallen har endast kunnat bedrivas vid ett fåtal tillfällen. Christer Nilsson har varit ledare för denna aktiva och växande grupp, där fler och fler vill delta. Kristina Boberg har varit SPF-Sydportens samordnare för gymnastiken.

#### **Däckbyten för Operation Smile**

SPF Seniorerna Sydporten har förmedlat gåvor på ca 47 150 kr för däckbyten under våren och hösten till Operation Smile. Åke Gunnarsson, Christer Fredriksson, och Sven-Erik Lindahl har även i år ställt sina tjänster till förfogande för att byta däck. Intäkterna har oavkortat gått till Operation Smile, som hjälper barn med läpp-, käk- och gomspalt i utvecklingsländer. Många barn har blivit hjälpta till ett glatt och stort leende. Att byta däck för ett leende är inte svårt.

#### **Lotterier**

Lotterierna är en av få inkomstkällor i verksamheten. Köpintresset brukar vara stort i samband med månadsträffarna. Detta har bidragit till att vi kan hålla ett lågt pris på våra fester. Skänkta gåvor brukar även de bidra till bra ekonomi på lotterierna, liksom värvning av nya medlemmar. Tyvärr har lotteriverksamheten fått vila då vi inte kunnat ha våra månadsträffar under större delen av året.

#### **Samverkansgruppen**

Detta arbete har pågått några år i samarbete mellan Solgården, Kyrkan, SPF och PRO. I dagsläget sitter Monica Samuelsson och Kristina Boberg med från Sydporten. Ett viktigt arbete som har startat med volontärsatser. Om man behöver hjälp vänder man sig till Solgården. Detta arbete ligger för närvarande nere.

#### **Umeå pensionärsråd UPR**

Ett samverkansorgan mellan nämnder/styrelser i kommunen och lokala pensionärsorganisationer, för ömsesidigt informationsutbyte och för tidig överläggning i frågor av principiell eller övergripande betydelse för äldre. Tack vare UPR behandlas även saker som representant för Sydporten tar upp. De synpunkter som tas upp får då en behandling och därmed kan vissa saker förändras. Monica Samuelsson är ordinarie ledamot i UPR för Sydporten och ansvarig för KPR-frågor i SPF-distriktet. Ett stort stöd från övriga pensionärsorganisationer i UPR gör att det blir ett bra tryck och krav mot beslutsfattarna i kommunen. Från UPR behandlas förslagen och frågorna mot fullmäktige. Därför är det viktigt att gå vidare med förslagen.

#### **SPF-Sydporten och samarbetet med Socialstyrelsen**

Socialstyrelsen har bedrivit ett projekt för att motverka ofrivillig ensamhet bland äldre. SPF-Sydporten ansökte om bidrag och fick 150 000 kr för ändamålet. Ett ambitiöst arbete har lagts ner och totalt har mer än 1000 äldre besökts i sina hem eller uppmuntrats via sina äldreboenden. Hemtjänsten har varit behjälplig i arbetet med att uppmuntra äldre boende hemma. Christer Fredriksson har varit projektledare.

**Övriga aktiviteter genomförda i projektet:*****Fisketur till Mjösjön***

En gemensam promenad upp till Mjösjöberget företogs i början på september, med ca 30 deltagare. Deltagarna bjöds på lunch och fick sig till livs en föredragning av Mjösjöstugans historiska tillkomst av Ulf Hahlin, som tillsammans med Sven-Erik Bergström guidade besökarna. Gun Jonsson ansvarade för arrangemanget. Ett uppskattat arrangemang.

***Grillfest och promenad***

I början av juni anordnades en grillfest med ett 30-tal deltagare då promenadgänget efter motionen bjöds på grillad parisare vid grillplatsen invid Hörneån vid Statarlängan. Grillkock var Christer Fredriksson och servitriser var Eva-Britt Kvarnbrink och Margareta Grimborg.

***Tipspromenader***

I början av augusti arrangerades tre rullatorvänliga tipspromenader med möjlighet att vinna fina priser. Bland deltagarna som gick alla tre promenaderna lottades "slutpriser" ut. Arrangemanget lockade 20 – 25 deltagare varje gång.

***Övrigt******Trivselpromenader***

Gemensamma promenader för social samvaro, med gemensamt fika startades upp i våras och fortsätter varje vecka med ca 20 deltagare, som promenerar 2,5 – 4 km varje tisdag. Promenader som blivit en "trevlig vana" för deltagarna.

**Till sist:**

Som skrivits ovan har Coronapandemin ställt det mesta på ända detta år, men styrelseledamöterna har under det gångna året varit aktiva och lagt ned mycket tid och arbete i olika arrangemang, med stor inlevelse för föreningens bästa. Vår ambition är att vi skall fortsätta att växa och framförallt att vi kan få fler yngre medlemmar i föreningen. I dagsläget har Sydportens medlemmar den lägsta medelåldern i distriktet. Sydporten har också den klart yngsta styrelsen i hela distriktet.

Med dessa ord vill styrelsen framföra sitt varma tack till alla medlemmar, till de informerat och underhållit oss på våra möten, cirkelledare, sponsorer och samarbetspartnern Studieförbundet Vuxenskolan. Ett särskilt varmt tack vill vi ge till medlemmar som hjälpt till med fikat, som både bakat och fixat gott fika på våra möten.

# VERKSAMHETSBERÄTTELSE

2020



**Tack till alla våra trogna medlemmar 2020!**

**KAMRATSKAP, TREVNAD OCH SAMHÖRIGHET**

**DET BÄSTA I SENIORERNA SYDPORTENS VERKSAMHET**

**Sörmjöle januari 2021**

**Eva-Britt kvarnbrink**

**Sture Erixon**

**Inga Nordin**

**Roger Forsgren**

**Håkan Boberg**

**Britt-Marie Forssén**

**Monica Samuelsson.**

**Anna-Lena Nilsson**

**Margaretha Röckner Boström**

***Gun Jonsson***