

Styrelsens verksamhetsberättelse för SPF-seniorerna Eksjö 2024

SPF-seniorerna Eksjö är en ideell förening vars främsta syfte är att skapa kontakt och gemenskap och främja utvecklingen för pensionärer och att tillvarata deras intressen.

Antal medlemmar

Vid årets slut har föreningen 629 medlemmar. Vi har fått 106 nya medlemmar. Under 2024 avled 14 medlemmar. 22 medlemmar har valt att lämna föreningen under verksamhetsåret. Nettoökningen under 2024 är 70 medlemmar vilket är den största ökningen under föreningens livstid vilket har uppmärksammats av förbundet. Vi är en av 10 föreningar som procentuellt har ökat mest i Sverige. Vi har dessutom 35 vänmedlemmar. Detta får anses som ett mycket bra resultat som sannolikt beror på bra aktiviteter, och att vi syns på Facebook och hemsidan.

Styrelsen

Styrelsen har under 2024 haft 10 protokollförda möten.

Styrelsen har under 2024 haft följande sammansättning:

Ordförande – ***Christina Kicki Ekbladh***

Vice ordförande – ***Hans Henning***

Sekreterare – ***Berndt-Åke Hallgren***

Kassör – ***Inga-Lill Lind***

Ledamot – ***Claes Engberg***

Ledamot – ***Sven Nilsson***

Ledamot – ***Ulf Janback***

Ledamot – ***Ann-Charlotte Karlsson***

Ledamot – ***Birgitta Johansson***

Kommunala Pensionärsrådet (KPR)

Sven-Olov Lindahl – ordinarie, ***Jan Ekwall*** – ersättare

Revisorer

Eva Blomqvist, Anders Lindemalm, Rose-Marie Johansson

Valberedning

Morgan Allgurin (sammankallande), ***Pia Thor, Elly Henrysson***

Övriga uppdrag

Christina "Kicki" Ekbladh och Sven Nilsson – Programansvariga, **Tony Jansson** – Medlemssekreterare, **Christina "Kicki" Ekbladh** – Reseansvarig, **Christina "Kicki" Ekbladh** – PR-ansvarig/Facebook, **Rose-Marie Johansson och Inger Axelsson** – Bowlingansvariga, **Johnny Strömberg** – Bouleansvariga, **Berndt-Åke Hallgren** – Ansvarig för hemsidan, **Eva Järhult** – Litteraturcirkel 1, **Östen Jonsson** – Litteraturcirkel 2, **Kerstin Elmebro och Maud Gustafsson** – Folkhälsoansvariga, **Tony Jansson** – Föreningsmästerskap golf, **Maud Gustavsson** – Yoga, **Maria Tyrgren** – Yoga/Qigong, **Hans Henning** – Vandringar, **Anders Ruthér och Hans Henning** – Golf för nybörjare, **Jan Lindholm** – Bridge, **Ulf Janback** – SPF rallyt, **Ann-Britt Friberg** – Läs och res, **Lisbeth Björk Spånberger** – Stickcafé, **Ann-Charlotte Karlsson** - SPF-luncherna, **Ulf Janback** – Mattcurling, **Peje Gunnarsson** – Padel, **Claes Engberg** – Tipspromenader, **Terje Ström och Viviann Johansson** – Bugg och foxtrot.

Medlemsavgift

Medlemsavgiften har under året varit 260 kr för fullbetalande medlemmar och 85 kr för vän-medlem.

Ekonomi

Föreningen har under året gjort ett positivt resultat om 56 927,65 kronor.

Årsmötet

Årsmötet för år 2024 hölls den 20 februari på Olsbergs Arena under närvaro av ca 120 medlemmar.

Bernt Stende stod för musikunderhållningen efter mötet.

Månadsträffar och övriga arrangemang

Vid årets månadsträffar har vi haft besök av *Ingela Bendt* som berättade om modehistoria och sin mamma Ruths garderob. Vi har lyssnat till överste *Per Åkerblom*, chef för Göta ingenjörregemente, som berättade på temat "Oönskat omvärldsläge och önskad tillväxt". *Malte Liewen Stierngranats* liv och leverne gestaltades av *Birgitta Kellner och Ulf Lundberg*. *Edward C Johansson* framförde musik från 50 och 60-talet. Politiker och tjänstepersoner från kommunen berättade om äldres villkor beträffande boende, kommunikation, bistånd mm. samt svarade på frågor. Demensförbundets ordförande *Liselotte Björk* talade om demenssjukdom och hur vi bör bemöta personer som drabbats av sjukdomen. Vid årets sista månadsträff avnjöts ett vällagat julbord. *Kungens band* underhöll.

Vi har haft en *Pubkväll*, en *Oktoberfest* med musikgruppen *Högt i tak*, *vinprovning* vid två tillfällen samt en *surströmmingsfest*. Tre *tipspromenader* har också genomförts under året. Vi har ätit lunch vid sex tillfällen på olika restauranger i Stán.

SPF-rallyt arrangerades den 28 maj. Det var 40 bilar som startade och ca.130 personer som gav sig ut på turen. Sträckan gick via Brevik, Ormaryd, Flisby kyrka, Knutstorp, Skullaryds älgpark, där många tog sig en fikapaus, vidare genom Råskog till Askeryd för att nå sista stationen vid Lundstorps hembygdsgård. Därefter tillbaka till Eksjö camping. Lunchen intogs på *Under Eken*. Därefter var det prisutdelning.

Vi hade en fantastisk upplevelse i *Roland Karlssons arboretum i Häljarp*. Där finns drygt 1 800 olika växter. Bara vedartade växter, alltså inga trädgårdsväxter, vilka han odlat från frön. Nära 30 personer deltog.

På ett föredömligt sätt tog platschefen Tony Söderberg och hans medhjälpare, på *Olsbergs Hydraulics AB*, emot oss och berättade om företagets historia. Därefter fick vi följa produktionen, från gjuteri till färdiga radiostyrda styrenheter för hydraulkranar. Vi fick träffa de som jobbar i produktionen och imponeras av den fina fabriken. 40 SPF:are deltog.

Under *Folkhälsoveckan* i maj gavs möjlighet till olika promenader med frågesport. Det fanns även möjlighet att delta i en föreläsning om "Äldre och läkemedel" på Höglandssjukhuset.

Som uppskattning bjöd styrelsen in ansvariga för alla olika aktiviteter som vi har inom föreningen. Det är yoga, litteraturscirklar, boule, bowling, stickcafé med flera. Vi hade en trevlig kväll med lekar och god mat.

Styrelsen har träffat gruppledarna vid två tillfällen under året. Ömsesidigt erfarenhetsutbyte och fika stod på programmet.

Samtliga arrangemang har varit mycket välbesökta och uppskattade. En särskild eloge till programgruppen med Christina "Kicki" Ekbladh och Sven Nilsson.

Verksamheter

Bowling

Träning sker på torsdagar. Första torsdagsträningen i månaden avslutas med gemensam fika. SPF Seniorerna Eksjö deltar i Pensionärsserien med 2 lag.

Boule

Vi har spelat onsdagar och söndagar i Vildparken. Intresset har ökat och många som bor ensamma ser fram emot att träffas, spela och fika.

Vi har tävlat mot PRO och Skirö.

Det blev inget DM eftersom ingen förening ställde upp som arrangör.

Vintertid har vi fortsatt att spela i Nässjö Boulehall och vi har varit 20 deltagare.

Padel

På hösten 2023 startade padelspelet i den nya padelhallen på Nannylundsområdet. Under 2024 har vi spelat två gånger i veckan, tisdagar och torsdagar, och vi spelade utan sommaruppehåll. Vi har alltså tränat vid ett hundratal tillfällen.

Antal deltagare har varierat, men vi är ett femtontal SPF-are som stadigt kommer till hallen.

Träningsglädje och en skön social gemenskap är utmärkande för våra träffar.

Våra tider är tisdagar 10.00 – 11.30 samt torsdagar 10.00 – 12.00.

Kostnad per gång är 60 kr inkl. kaffe.

Önskar man bli en del av den här verksamheten så är man välkommen vid träningspassens början.

Ingen föranmälan behövs. Racket finns att låna. Välkommen att prova på!

Golfmästerskap

SPF seniorerna Eksjö golfmästerskap spelades i år för 7:e gången med rekordmånga deltagare, 13 i damklassen och 26 i herrklassen.

I strålande golfväder segrade i damklassen Gunilla Almquist och i herrklassen Mats Martinsson.

Golf för nybörjare

Sju medlemmar, fem kvinnor och två män anmälde sig till att prova på golf på Boaryds golfbana. "Kursen" pågick vid tre tillfällen under maj månad. Instruktorer var Anders Ruthér och Hans Henning. Deltagarna fick lära sig utslag, chippning och puttning. Vid sista tillfället fick alla prova på att spela ett par hål på banan, med flera bra resultat. Flera av deltagarna visade talang för golfspel och har fortsatt sitt utövande både på Boaryd och Skedhult.

Vandringar

Den vandringsgrupp som startade hösten -23 har fortsatt under hela 2024 med uppehåll under sommarmånaderna. Vandringarna har gått dels norrut i Brännemo-terrängen och söderut över Ränneslätt och runt Lyckeberg. Vandringarna har varit ca 8 km med ett fikastopp halvvägs. Vid varje tillfälle har det varit runt tio deltagare, men det finns plats för fler.

Bridge

2024 var andra året där bridge förekommit som stående aktivitet inom SPF. I snitt har vi varit 16 deltagare som samlats kring spelborden på tisdagarna. Alla har någon erfarenhet av spelet och kan dess grunder men många av deltagarna är erfarna tävlingsspelare som gärna delar med sig av sina kunskaper när någon efterfrågat ett gott råd.

Mattcurling

Under våren inbjöds till "Prova på mattcurling" i Tennishallen. Aktiviteten resulterade i att två grupper bildades vilka träffas på torsdagar. Under hösten har ytterligare en grupp bildats så nu är alltså tre grupper igång.

Resor

Falkenbergsrevyn bjöd oss på mycket skratt och härlig musik den 11 februari.

Den 29 april gick resan *Ut i det blå*. Första anhalten var påskliljorna i *Fagerås*. Därefter besökte vi *Science Park Tower* i Jönköping där fick vi höra berättelsen om hur huset kom till och att det är en gemensam mötesplats för kreativitet, nytänkande, utveckling och upplevelser. Petrus Ekbladh, Kickis son, gav oss en guidning i vad AI, *Artificiell Intelligens*, kan användas till i framtiden. En god lunch serverades här. Sista stoppet var på Kulturhuset *Spira* i Jönköping där vi fick en guidning genom huset och såg bl.a. scenerna, kostymförråden, perukmakeriet mm.

50 glada pensionärer deltog i en kryssning till Mariehamn på Åland den 4 och 5 september. Ett traditionellt och välsmakande smörgåsbord avnjöts under färden. Under kvällen fanns möjlighet till lite motion i form av dans till levande musik. Ett studiebesök på Spritmuseet på Djurgården hanns också med.

Folkhälsoansvariga

Kerstin Elmebro och Maud Gustafsson är folkhälsoansvariga i föreningen. De har under 2024 varit ansvariga för hälsokorten/friskvårdskorten. Motion om minst 0,5 timma räknas som aktivitet.

Bland de 270 kort som lämnades in i december lottades 24 presentkort á 200 kronor ut.

Vi bjöd under året in till aktiviteterna *Matlagning* och *Slöjd*. Tyvärr var intresset för litet så dessa verksamheter fick ställas in.

I samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan (SV)

Yoga

Två grupper har träffats på måndagar kl 09:00 resp. 10:00 under ledning av Maud Gustafsson.

Grupperna består av 15 deltagare vardera och har träffats totalt 28 gånger per grupp under året.

Quigong / Yoga

Gruppen startade i september med 14 deltagare under ledning av Maria Tyrgern. Gruppen har träffats 10 gånger på tisdagar under hösten. Verksamheten återstartas efter nyår.

Läs och Res

Deltagarna fick önska resmål fritt vid första träffen. Det blev lika många alternativ som antal deltagare, alltifrån Japan via Skagen, Åland, Värmland m.fl.

Efter flera omröstningar beslutade sig gruppen för att resmålet ska vara Budapest under v 19 – 20, 2025. Man har gemensamt läst boken "Mitt Budapest". Därefter har man delat upp resmålet i olika områden som sedan redovisas.

Under hösten har man, under cirkelledaren Ann-Britt Fribergs ledning, träffats fem gånger och som mest var man 15 deltagare.

Flera förslag togs fram och när man väl var klara och bestämt sig så hoppade flera deltagare av och resan fick ställas in. Förmodligen var anledningen för få dagar (4 dagar) och att kostnaden blev för hög.

Inför nästa kurs bör resmålet, kostnad och tidpunkt vara bestämt innan kursen utlyses.

Resmålet bör inte vara för långt bort med tanke på kostnaden.

Stickcafé

Utrustade med stickor, virknålar, stickböcker, mönster, garn och glatt humör har vi tagit trapporna till Studieförbundet Vuxenskolas lokaler på Kasernområdet I 12 för att dricka kaffe, sticka och prata ett par timmar varannan torsdag.

Tolv gånger totalt har vi träffats, fördelat på vårvinter och höst. Som mest har vi varit tretton men oftast 8-12 stickglada deltagare.

Vi har slutfört påbörjade stickprojekt, vilket var ett av våra mål. Vi har tappat maskor men inte tråden, repat upp och börjat om samt repat mod inför nya individuella stickprojekt.

Dans

Under vårterminen har en danskurs genomförts under ledning av Terje Ström och Viviann Johansson. Vid 6 sammankomster har ett 15-tal danslystna medlemmar deltagit och förkovrat sig i danserna Bugg och Foxtrot.

Litteratursirkel 1

Under ledning av Eva Järhult träffas gruppen drygt 2 timmar var tredje måndagseftermiddag. Vid 6 tillfällen på våren och 5 på hösten. Vi läser poesi och prosa. Alla läser en och samma bok till varje gång. Vi turas om att presentera den författare, som är aktuell. Därefter bedömer och diskuterar vi boken ur olika aspekter.

Tillsammans gör vi ett varierat urval av böcker. 2024 har vi t ex läst:

Kjell Westö: "Skymning 41", Lena Andersson: "Studier i mänskligt beteende", Katarina Wennstam: "Döda kvinnor förlåter inte", Agneta Pleijel: "Sniglar och snö" Annika Norlin: "Stacken", John Steinbeck: "Vredens druvar", Lars Mytting: "Systerklockorna"

Litteratursirkel 2

Litteratursirkeln har under ledning av Östen Johnsson nu 9 medlemmar.

Vi träffas var 3- 4 vecka och då diskuterar vi den bok vi just läst Någon berättar om författaren. Sen vidtar en livlig debatt om bokens egenskaper som handling, miljöbeskrivning, relationerna, språket och övrigt. Ibland sätter vi betyg.

En god del av mötet går åt att välja böcker för framtiden. Vidare har vi besökt bokhandeln för tips och information. Vi har läst 9 böcker av olika slag. Det är väldigt positivt att lära känna varandra bättre.

Andra aktiviteter

Kicki Ekbladh har under det gångna året, varit ledamot i Distriktsstyrelsen, och Elly Henrysson ledamot i Läns pensionärsrådet, L.P.R, där även fler pensionärsorganisationer ingår. De har träffar och dialog med beslutsfattarna i Regionen för att förbättra de äldres vård och tillgänglighet till vårdcentralerna och sjukhusen.

I distriktets PR-kommitté ingår Kicki Ekbladh från SPF Eksjö, de har haft sex sammanträden och två PR-konferenser. Kommitténs huvudsyfte är rekrytering.

Brukarråd i Eksjö kommun

Fyra möten har genomförts med Kicki Ekbladh och Inga-Lill Lind som SPF:s representanter. Rådet är förlagt till Snickaren alternativt Tuvan där även brukare är med.

Patientråd Bra Liv

Kicki Ekbladh och Lennart Christensson har representerat SPF i patientråden. Där har SPF kunnat påverka att de medicinska föreläsningarna fortsatt med fyra föreläsningar per år. De har också drivit frågan att förenkla receptförnyelse på 1177. Detta ska vara genomfört under 2025.

Kommunala pensionärsrådet, KPR

Under året har föreningen varit representerat i Kommunala pensionärsrådets fyra ordinarie sammanträden samt i av länsförbundet anordnat möte om krishantering förlagt till Tallnäs stiftsgård.

Tillsammans med övriga pensionärsorganisationer har vi drivet krav på att vårdtagare ska ha inflytande över hur beviljad hemtjänsttid används. Ett löfte har givits av den styrande majoritet om att jobba med frågan.

Från en 89:e plats 2023 i hemtjänstindex har kommunen stigit till en 16:e plats 2024 i landets ranking.

Gällande vården inom kommunens särskilda boenden har föreningen påtalat vikten av utbildning och ledning för ett förbättrat etiskt förhållningssätt till de boende.

I planeringen inför det tillkommande demensboendet i Kvarnarp har Rådet varit aktivt representerat.

Folkhälsokommittén

Marita Karlsson och Kerstin Elmebro har varit föreningens representanter i distriktets Folkhälsokommitté. De träffas ca. sex gånger om året och har genomfört en Folkhälsovårdskonferens.

Distriktsmästerskap i golf

13 medlemmar deltog i distriktsmästerskapet som var förlagt till Isaberg i juni. Där placerade sig Eksjödamerna Marita Leijon på 1:a plats och Gerd Sunebo på 2:a plats.

Det resulterar i att SPF Seniorerna Eksjö blir värd för distriktsmästerskapet år 2025.

Seniordagen 30 september

Föreningen deltog som utställare då Eksjö Kommun genomförde Seniordagen. SPF Eksjö presenterade sin verksamhet och fick några nya medlemmar.

4-länsfesten

Ett 20-tal av våra medlemmar deltog i 4-länsfesten som i år arrangerades av SPF Seniorernas Jönköpingsdistrikt. Festen avhölls i Huskvarna Folkets Park. Vi fick lyssna till professor Ingmar Skoog som talade om åldrandets mysterier. Falkenbergsrevyn roade och Lena Robért sjöng och spelade. Konferencier var Hasse P.

Filmen "Eksjö från förr"

Detta var ett projekt där alla kommuner i Jönköpings län gjorde filmer under 2023 - 2024.

Arvsfonden har finansierat projektet. För SPF Seniorerna Eksjö deltog B-Å Hallgren som filmare, Bengt Grafström med speakertexter och Kicki Ekbladh som intervjuare.

Vår film, *Eksjö från förr*, premiärvisades den 3 juni för speciellt inbjudna gäster på Metropolbiografen och därefter för allmänheten. Filmen har fått mycket uppskattning och kommer bland annat att användas på kommunens äldreboende

Tack

Styrelsen riktar ett varmt tack till alla funktionärer som var och en bidragit till att vår förening är en aktiv förening. Tack också till personalen på Olsbergs Arena för fantastisk service!

Nya medlemmar

Under det gångna året har 106 nya medlemmar anslutit till föreningen. Vi hälsar dem varmt välkomna och ser gärna att fler ansluter sig.

Besök våra månadsträffar, delta i våra resor och övriga aktiviteter vilka går att läsa om på www.spfseniorerna.se/eksjo, på Facebook och i vårt programblad.

Eksjö den 4 februari 2025***Christina "Kicki" Ekbladh******Hans Henning******Inga-Lill Lind***

.....
Ordförande

.....
Vice ordförande

.....
Kassör

Berndt-Åke Hallgren**Birgitta Johansson****Claes Engberg**

.....
Sekreterare

.....
Ledamot

.....
Ledamot

Sven Nilsson**Ulf Janback****Ann-Charlotte Karlsson**

.....
Ledamot

.....
Ledamot

.....
Ledamot