

VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2018

SPF SENIORERNA SOLVÄNDAN 613 FÄRJESTADEN

Styrelsen	Ingrid Johansson	Ordförande
	Anders Bergzén	Vice ordförande
	Annika Bäckström	Kassör
	Gunnel Nyberg	Sekreterare
	Kennet Nyberg	Vice sekreterare
	Bertil Johansson	Vice kassör
	Gunilla Pålsson	Ledamot
	Lena Engström	Ledamot
	Astrid Nilsson	Ledamot
	Estone Moberg	Ledamot
	Lars Carlsson	Ledamot
Valberedning	Leif Yngvesson	Ordförande sammankallande
	Solveig Friberg	Ledamot
	Percy Nygren	Ledamot
Revisorer	Jan-Evert Nilsson	Revisor
	Jan Pilemyr	"
	Stig Gunnarsson	Revisor ersättare
Kommunala Pensionärs- rådet	Ingrid Johansson	Ordinarie
	Lena Engström	Ersättare
Medlemsansvarig	Leif Jönsson	Ordinarie
	Anders Bergzén	Ersättare
Folkhälsoombud	Annika Cullin	Ordinarie
	Birgitta Norman	Ersättare
	Elisabeth Wreinert	"
Patientrådets representant	Lena Olsson	
Trafikombud	Anders Gustavsson	
Webbredaktör	Gunilla Pålsson	Ordinarie
	Gunnel Nyberg	Ersättare
Studieansvarig	Aina Gustafsson	Ordinarie
	Ami Bachér	Ersättare
	Ketty Ingvarsson	"

Pressombud	Gunilla Pålsson Gunnel Nyberg	Ordinarie Ersättare
Medlemsantal	Vid årsskiftet 2018-19 var antalet medlemmar omkring 868 personer, en ökning med 40 personer under året.	
Hedersmedlem	SPF Seniorerna Solvändan har en hedersmedlem nämligen Bertil Johansson, tidigare ordförande i föreningen under åren 1999-2011.	
Medlemsrekrytering	Under året har vi skickat ut brev till ca 110 nyblivna seniorer. Dessutom har vi fått många medlemmar via våra många aktiviteter och cirklar samt personliga kontakter då "gamla" medlemmar har inviterat en hel del nya medlemmar.	
Styrelsemöten	SPF Seniorerna Solvändan har haft tolv styrelsemöten. Det har varit mycket gott samarbete och ett positivt och öppet klimat, vilket verkat stimulerande vid diskussioner och ställningstagande på mötena.	
Månadsträffar	Under året har SPF Seniorerna Solvändan bjudit in medlemmarna till sju månadsträffar, ett i Algutsrum, ett i Norra Möckleby och de övriga fem i Färjestaden. Träffarna har varit mycket välordnade och välbesökta och fint genomförda av värdfolken i de olika kommittéerna, alltid genomsyrade av välkomnande och god stämning.	
Fester	I slutet av maj ordnades det försommarfest och i början på december julfest. Den planerade höstfesten fick ställas in på grund av kollision med ett researrangemang. Styrelsen stod för dessa fester. Dessutom har styrelsen anordnat 85+ fest i april.	
Tips och grill	Medlemmarna har bjudits in på tipspromenad med korvgrillning den 16 maj på Möllstorps camping i ett mycket varmt försommarväder.	
Nostalgikväll	Den 4 augusti var det en grill- och dansafton i Björklunden. Spelade till dansen gjorde Kentas orkester. God mat och hög stämning, allt ordnat av Carlsson och Yngvesson m.fl. Då det var mycket torrt väder kunde inte grillning ske på platsen utan maten beställdes från Guldfågeln.	
Övriga trevligheter under 2018	● I samband med månadsmötet i maj var det premiär för SPSs teatergrupp Östollarna att spela upp komedin "En dag på Solvändans café" vilket uppskattades mycket. ● En solig fast blåsig eftermiddag i Skärlövs hamn med underhållning av "Gubbaspel", anordnat av familjen Magnusson. ● Den 17 juli uppvisning av linedansarna, utställning av målarциrkulernas alster samt försäljning av bakverk. ● Den 21 juli pelargonutställning och försäljning, anordnad av Gunilla Pålsson	

- Medverkan vid hamnfesten i Färjestaden med försäljning av bakverk. Sprida information och föreningen samt hästkokastning.
- Inför valet i september bjöd SPF Seniorerna Solvåndan in lokala politiker, varje parti för sig under nio tillfällen, för att få information om deras syn på frågor rörande pensionärernas situation i dagens samhälle.
- I november informations- och inspirationsträff för ca 50 nya medlemmar.
- Stora reseträffen i december med information om 2019 års resor.
- Efter våra påtryckningar på de lokala ICA-affärerna fick vi bekräftat att få 5% i pensionärsrabatt en dag i veckan.

RAPPORTER FRÅN RESOR, AKTIVITETER OCH CIRKLAR UNDER DET GÅNGNA ÅRET

RESOR (utförliga resereportage finns på hemsidan)

Kyrkresa	Årets första resa var kyrkresan som gick till Växjö domkyrka med gudstjänst och guidning i kyrkan. Tillfälle att besöka Emigrantinstitutet och glasutställningen.
Hemlig resa våren	Vårens populära hemliga resa fyllde två bussar. Resan gick till Älgrums älgpark där vi fick åka med pansarvagn ute bland älgarna och även ge dem mat. Besök i Åbro bryggeri där mat intogs. Slutligen besök på Greta Garbo-museet.
Hemlig resa hösten	Denna resa var betydligt längre, slutmålet var Malexander men dessförinnan besök i Boxholms ostaffär. I Malexander besök i hembygdsgård, kyrka och museet.
Burgresa	En tvådagarsresa till Burg.
Skåneresa	I maj bar det av till Skåne, östra kusten söderut med övernattning i Ystad. Dagen därpå till Skanör/Falsterbo, Lund med övernattning i Röstånga sedan åter till Färjestaden.
Värmland	I augusti reste vi till vackra Värmland med första anhalt i Karlstad med Lars Lerins konsthall som dagens främsta utflyktsmål. Även Selma Lagerlöfs Mårbacka och Gustaf Frödings Alsters herrgård besöktes.
Kroatien	Årets långresa. I september flyg från Kastrup till Split med Go Travel. Inkvartering i pittoreska Trogir. Bussrundtur och båtutflykt i området. Hemresa med buss genom Slovenien, Österrike och Tyskland.
Teaterresa	I stället för julmarknadsresa blev det en teaterresa med Gårdbybuss till Stockholm och musikalen "Såsom i himmelen" med övernattning.

AKTIVITETER / CIRKLAR

Boendecirkel 2018 Vi har under året haft tretton sammankomster med snitt på 10 deltagare. Vid föredrag med inbjudna gästföreläsare har deltagarantalet varit betydligt större.

Under året har vi debatterat ämnen som:

Trygghetsboende

Bostadsutformning

Arv och testamente

Bostadstillägg

Grön-och rekreationsområden

Färjestadens planering

Äldresjukvård- landsting-regionförbundet

Köp- försäljning av bostad Wasa Seaside seniorboende

Vi har under året haft föreläsare som:

Y Hammarstedt, planarkitekt Mörbylånga kommun

M-C Svensson, stadsarkitekt Mörbylånga kommun

C Zaar, ledamot i regionfullmäktige

P Danielsson aukt. boutredare

B Yngvesson begravningsrådgivare

P Fredriksson Wasa Seaside / **Jonny Berntsson, cirkelledare**

Bowling

SPF-Solvändans Bowlinggång har den 3 dec. 2018 haft avslutning i Bowlinghallen i Kalmar.

Vi har under hela 2018 varit 75 aktiva spelare, och alla är medlemmar i SPF-Solvändan.

Som de flesta känner till så spelar vi varje måndag mellan 13.30 -15.30 både vår o höst .

Det är roligt att se och höra när olika spelare får en " Strike" eller ett bra spärslag. Det är många glädjeskrik och skratt under spelets gång.

Dessutom så är vi ju många, som träffas och samtalar om lite av varje vilket är en viktig del i den sociala samvaron för oss äldre.

Under de senaste åren så har deltagarantalet varit ganska stabilt. . Vid avslutningsfesten ställde vi frågan om det var någon som ville sluta. Svaret blev: "alla ville fortsätta". Detta uppfattar vi, som att alla trivs i gänget och tycker det är roligt.

Säsongen avslutades med att 58 deltagare avnjöt en härlig buffé, som bowlinghallens kockar o personal, på ett utomordentligt sätt, iordningsställt.

Därefter delades många priser ut till både damer och herrar. Ingen nämnd ingen glömd.

SPF-Solvändans tidigare skänkta vandringspris gick i år till Gun Gustavsson, Färjestaden.

Vårens bowlingspel börjar den 7 jan. 2019.

Ingemar Andersson/Birgitta Yngvesson

Bowls 2018 har bowlsspelet fortsatt och flera bra resultat i olika tävlingar mot Borgholms duktiga spelare.
Vi har haft flera av våra medlemmar som också deltagit i SM-tävlingar, så vi gör framsteg. Vi har ansökt om medlemskap i Ölands idrottskrets så vi kan få vara med och tävla i kommande ÖM.
På senhösten hade vi en börjarkurs med 12 deltagare som fick prova på, av dessa är det åtta som fortsatt att spela.
Året avslutades med en "egen" 4-mannatävling med mycket stort deltagande och stor glädje, blev mycket uppskattat.
Vi har erbjudit träningstider vid nio tillfällen i veckan, för våra till antalet snart 40 deltagare. /**Anders Bergzén**

Bridge Vi är mellan 30-40 SPF-are som varje onsdag under jan-maj och sept.- dec. spelar bridge fyra timmar vid varje tillfälle. Att spela bridge är både lärorikt och roligt. Man får försöka använda den lilla hjärna man har och göra så gott man kan av de kort man får. Vi spelar 24 lekar vid varje bridgeträff och gör ett litet avbrott för medhavd fika. Både vår och höst brukar vi ha en trevlig säsongsavslutning. I maj var vi och åt på Arontorps kroppkakor och i november var vi på Robertos Pizzeria och åt god mat. Efter juluppehållet börjar vi onsdagen den 9 jan. kl.09.00.
/Ingemar Andersson

Canasta Vi är ett glatt gäng på cirka 15 st som spelar varje tisdag och har mycket roligt med lite allvar hoppas fler vill hänga på med vänliga hälsningar/
/Sonia Bergman

Canasta Vi är ett litet gäng som gärna spelar mer än en gång per vecka. Ytterligare 2 personer finns det plats för. Torsdagar kl 13-16 är tiden!
/ Gunilla Holters

Data "iPad surfplatta/ iPhone kurs" Under hösten 2018 har en kurs om "iPad/iPhone kurs för nybörjare" genomförts. Kursen planerades omfatta 8 kurstillfällen men det blev 9 sammanlagt, mycket beroende på de intresserade och motiverade eleverna. Antalet deltagare var 6 stycken.
Vi har gått igenom grunder och tittat på hur IOS och de medföljande apparna fungerar, säkerhetsfunktioner, inställningar och synkronisering, samt möjligheterna att utöka sin enhets funktionalitet genom att ladda ner ytterligare appar.
Samma cirkel genomfördes våren 2018. /Torsten Jacobsson

Data "Det digitala arvet" Studiecirkel " Det digitala arvet" - ordna dina foton "
Under hösten 2018 har en kurs om "Det digitala arvet" - ordna dina foton" genomförts. Kursen planerades omfatta 6 kurstillfällen men det blev 7 sammanlagt, beroende på det omfattande innehållet. Antalet deltagare var 10 stycken.
Vi har gått igenom allt ifrån hur man organiserar sina bilder på bästa sätt, olika sätt att överföra bilderna till datorn, hur man förbättrar en bild, till

att göra en egen fotobok.

Samma cirkel genomfördes våren 2018. /**Torsten Jacobsson**

Data

"Datorcafé"

Datorcafé med egen laptop

Under året ändrade vi inriktning på gamla "Datorcafé" till att mer bli som en supporttjänst. Ingen föransmälan har behövts, vilket inneburit att antalet besökare varierat från ibland bara en person till ibland tre till fyra personer med diverse olika problem eller frågor. Det i sig har inneburit att den avsatta tiden varierat allt ifrån en halv timme till att ibland bli 2,5 timme. /**Torsten Jacobsson**

Företagsbesök

Under 2018 har vi besökt fem företag i närområdet.

Första besöket gjorde vi på Vattenverket i Tveta i mars.

Två mycket engagerade kommunanställda tog väl hand om oss och guidade oss runt både utom- och inomhus.

Nästa besök gick i april söderut till Cementa i Degerhamn. Platschefen mötte oss vid fabriksgrinden och med bil transporterades vi till en byggnad där vi fick en kort historik om Cementa. Därefter blev det rundvandring inom fabriksområdet.

Vi hann med ett tredje besök under vårterminen, denna gången till Rälla. Här finns Fireside Brewery som är en litet familjeägt bryggeri. Stället har även en pub/restaurang, så vi fick dels en inblick i hur det går till att långroka kött dels hur man brygger öl. Möjlighet gavs även att handla med sig deras egenbryggda öl.

Det har varit ett väldigt stort intresse för höstens besök. Så stort att vi fått besöka företagen vid två tillfällen.

Först ut var besöket hos Formpress i oktober. Bengt Åstrand som grundade företaget hälsade oss välkomna och berättade om verksamheten och dess utveckling från starten för 22 år sedan. I produktionslokalerna fick vi se att tillverkningen av brickorna är ett hantverk, då allt i princip görs manuellt. På hemvägen stannade många till på Jamida Outlet och handlade de produkter som tillverkas av Formpress.

I november besökte vi Ölands Vattenskrining där Hans Wreinert tog väl hand om oss. Även här fick vi först en kort historik innan det blev dags att vandra runt i lokalerna för att titta på hur de olika maskinerna arbetar och med högt vattentryck skär i olika material.

Samtliga besök har avslutats med fika och möjlighet att ställa frågor.

/**Kerstin Carlsson**

Hantverk - tovning

Ansvarig Wivi-Anne Rooth, vi är 2 grupper jag ansvarar för tovningen och Kerstin Pedajaför broderier, lapptechnik och stickning.

Deltagarna väljer vad de vill göra, det är många som vill tova och det är våttovning med såpa o vatten eller nåltovning som utförs med en speciell nål. Vi har roligt och inspirerar varandra.
 Vårterminen tovade vi tuppar, hönor, kycklingar, ugglor, får och videokissar.
 Lotterier : 5 Namnlistor med 100 namn à 10kr st och 1 namnlotteri à 20kr med matta från vävningen och andra vinster. Samtliga lotterier är vinsterna från vårt hantverk.
 Skyltning på Biblioteket tillsammans med PRO ca 14 dagar innan vår påskmarknad.
 Så avslutas **Påskbasaren** med försäljning av resterande hantverk, bakverk, blom-och choklad lotteri samt vinstdragning på namnlistorna.

Höstterminen: nu är det tomtar som gäller och det har vi tovat i olika storlekar och utseende
 (vi har lärt oss att tova ansikten blir mer personliga) änglar och domherrar mm. Vi utvecklar oss försöker hitta på nya saker. Det sista vi gjorde var granristomtar som alla gjorde tillsammans inför vår **julmarknad**. Så var det lotterier och försäljning som ovan.
 Vi har så roligt tillsammans och utvecklas och får nya ideer.

Wivi-Anne Rooth

Hantverk/ vävning

Hantverk - stickning,virkning,brodyr,lappsömnad mm
 Varje torsdag förmiddag samlas vi för att lära bl.a olika tekniker av varandra.
 Vävning:
 Varje torsdag eftermiddag väver vi .
 Lär oss olika vävtekniker samt om olika material.
 Denna termin har vi vävt mattor, scarfsar, handdukar, borddukar. /**Kerstin Pedaja**

Hästska- kastning

Vi är ett härligt gäng på ca 17 personer som träffas på söndagarna kl 13.30 för att umgås och ha roligt tillsammans. Det blir mycket skratt och jubel när någon lyckas få hästskon runt pinnen. Det är stor skillnad på resultaten men det spelar ingen roll. Har även tid till en kaffepaus. Vi längtar till söndagseftermiddagarna. /**Lena Engström**

Klädsömnad

Under hösten 2018 har vi varit 7 st damer som sytt saker för olika ändamål. Det har varit barnkläder till barnbarn eller kläder till sig själv. Det kan också vara saker till hemmet t.ex kuddar, små korgar i tyg eller fodral till symaskinen. Vi använder mönster från sömnadstidningar eller andra köpta mönster. Var och en tar med sig egna symaskiner, tyger och andra tillbehör.
 Samma cirkel genomfördes våren 2018. /**Irene Jacobsson**

Kortspel	Vi är ett gäng på cirka 8 personer, som håller våra hjärnor igång med olika kortspel. Det blir prat och skratt emellan spelen och så fikar vi förstås. Sammanlagt skapar det ett allmänt välmående, som gör att ingen vill missa dessa söndagseftermiddagar./ Inger Lundgren
Lantbruk	Lantbrukets utveckling under 19- och 2000-talet. En populär cirkel med 12-14 deltagare, som träffas och diskuterar ämnet lantbruk utifrån studiebesök, lantbruksfilmer, tidningar och nya trender. Deltagarna har gemensamt en gedigen kunskap i ämnet och alla har sysslat med lantbruk eller dess binäringar. / Bengt Johansson
Line dance	Antalet deltagare i den populära danskulturen växer, och ger oss mycket motion, under Annie Holgersson fina ledarskap. Under VT har 3 fortsättningskurser träffats och dansat 13 ggr. På HT utökades vi med en nybörjargrupp, till 4 grupper, som också träffats 13 ggr., tillsammans är vi c:a 50 deltagare. Vi har roligt och avslutar vår- och hösttermin med gemensamma festligheter. Under sommaren har vi haft en dansuppvisning på Eken, då flera från publiken prövade på. Gun Gustafsson/Gun-Britt Johansson
Litteratur-cirkel	Litteraturcirkel 14 stycken: Varje träff har börjat med att alla har fått berätta om sina bokupplevelser sedan förra gången, sedan kaffe och lite småprat och då diskuterades också böckerna. Vi bytte böcker med varandra. Ibland gjorde jag beställningar på Adlibris på pocketböcker. / Gunilla Pålsson
Må Bra-cirkeln	Må Bra cirkeln fick nya ledare januari 2018, Annika Cullin, Birgitta Norman och Elisabeth Wreinert. Vi samlas i cirkel och delar med oss av våra tankar kring hälsa och välmående. Tema och föreläsare utifrån deltagarnas önskemål. Under våren har vi haft 10 träffar på fredagar kl 10-12:15. Sju tillfällen med föreläsare, varav en orkidévandring. Tre tillfällen har varit cirkel med samtal och uppföljning. Våra föreläsare: Anja Giermann "Med fötterna på jorden och huvudet i skyn" Biolog Arne Dagmalm "Vilda orkideér i Sverige" Demenssjuksköterska Ove Fransson "Demenssjukdomar" Studiebesök på Regionlaboratoriet för idrott och hälsa i Kalmar Leg. Sjukgymnast Elisabeth Gustafsson "Ny teknologi inom anti-aging" Sigrid Fredriksson "Platser på Öland" Orkidévandring vid Ismanstorps borg.

Under hösten har vi haft 10 träffar. Sju tillfällen med föreläsare, varav en höstvandring. Tre tillfällen med samtal och uppföljning, sista gången med ett musikkryss.

Höstens föreläsare:

Anne Andersson "Färg- och stilrådgivning"

Hälsolärare Carina Lindblad "Nyttig kost"

Lisa Tengö "Höstvandring i Gamla Skogsby med inriktning på olika trädslag"

Författare Tomas Arvidsson berättar om sitt skrivande

Överläkare Erik Lexne "Om samsjuklighet mellan psykiska och kroppsliga sjukdomar"

Besök på biblioteket med presentation av böcker och boktips

Inga-Lill Håkansson "Att flytta ett paradiset", om trädgård.

Det har varit ett stort intresse för Må Bra cirkeln under året. Många nya deltagare har tillkommit.

Under hösten har det varit drygt 40 deltagare på vissa föreläsningar, färre på cirkelna med enbart samtal och uppföljning. Vårt omväxlande program har blivit mycket uppskattat. Vi hoppas kunna fortsätta hitta intressanta föreläsare, utifrån deltagarnas idéer och förslag.

Annika, Birgitta, Elisabeth

Måleri – olja/akryl

Olja-akrylcirkeln. Ledare för två grupper Ketty Ingvarsson och Yarle Rooth. Vi har i vår cirkel under verksamhetsåret bildat två grupper, då vi har behov av mer utrymme.

Vi är vid årets slut tillsammans 13 inskrivna medlemmar.

Vi träffas på onsdagar klockan 10.00-12.15.

De rum vi disponera på Eken är Blå rummet och Lila rummet.

Under sommaren har vi en återkommande utställning av våra arbeten tillsammans med cirkeln för akvarellmålning. Vi sätter upp våra arbeten i två salar på Eken.

Vi besökte tillsammans Kalmar Konstmuseum. En av medlemmarna har en dotter, som är intendent där. Detta möjliggör en berikande visning av en pågående utställning. I år var det Sydosten.

Vår verksamhet är en kamratcirkel. Det innebär att vi har ingen egentlig konstnärlig ledare utan vi stöttar varandra. Vi utvärderar ett färdigt arbete, ger tips och råd under arbetet om någon så önskar.

Då flera av cirkelns medlemmar utgör en stomme har vi utvecklat ett socialt nätverk. Vid våra träffar står ett kaffebord dukat. Runt detta bord utbyter vi erfarenheter. Någon berättar om en utställning som pågår någonstans i vår närhet. Någon kommer med tips om ett motiv eller en teknik som man vill förmedla. **/Ketty Ingvarsson**

Onsdagsträff

En grupp om 6-8 personer har träffats, fikat och pratat om "allt mellan himmel och jord". Ibland hade någon ett ämne med sig, ibland diskuterades aktuella nyheter och situationer man läst eller upplevt. Under våren träffades gruppen regelbundet och Lena Månsson höll i de flesta träffarna. Även under sommaren träffades några i gruppen för fika

eller andra aktiviteter utanför Eken. I början av hösten fasades träffarna på Eken ut. /**Ingrid Johansson**

Qi Gong-grupp

I år har vi haft kurs i Qi Gong med 8 deltagare under våren. Det har varit god uppslutning varje måndagseftermiddag. Vi har "kört" Qi Gong-pass och avslappning varje vecka. Detta är ett mjukt och lugnt alternativ till att få mera smidighet i kroppen, det har också en positiv mental påverkan. Qi Gong passar "mogna" personer bra. Tyvärr kunde vi inte fortsätta under hösten då vi inte hade någon ledare som tog över efter mig. /**Annika Bäckström Ledare Qi Gong**

Stavgång

Vi går stavgång i motionsspåret i Färjestaden varje måndag med början kl 9.00

Du kan själv välja hur långt du vill gå, antingen den korta rundan som är 900 m eller den långa rundan som är ca 1900 m. Antal rundor bestämmer du själv. Du kan gå i grupp eller ensam ifall du vill bestämma själv hur fort du vill gå. Du kan gå med eller utan stavar. Motionsformen är ju väderberoende men det är ju det där med väder och kläder.

Under 2018 har antalet deltagare varierat från 2-3 personer upp till som mest 8-10 personer per tillfälle. Motionsformen är social och ett bra sätt att början veckan och dagen med och man får lära känna nya bekantskaper. / **Kennet Nyberg**

Så blev mitt arbetsliv

Deltagarna beskriver hur deras yrkeskarriärer blev i livet. Många berättar om och ger upplysning om sina yrkesbyten under karriäråren. Det ger förståelse och kunskaper om olika yrkesgrupper. Vi fikar och har trevligt tillsammans. /**Pelle Fredriksson**

Sångcafé

Sångcafé på Eken består av en samling deltagare som tycker om att sjunga gamla schlager och örhängen från förr. Ca 15 deltagare är inskrivna i gruppen med det blir en kärntrupp på ca 10 deltagare varje träff. Vi träffas jämna veckor på onsdagar kl 13.00-15.30. Som hjälp med texter finns texthälften. Sångböcker och inte minst texter på olika ställen på internet. När vi tycker att vi behöver en paus rullas kaffevagnen in och vi styrker oss med kaffe och dopp. Våra träffar håller på under en termin med kanske avbrott vid en större helg. /**Ketty Ingvarsson**

Sångkören

Sångkören har haft sina övningar på Eken varje tisdag med vår dragospelare Filip Sjöman, vi är glada att få behålla honom ett år till. Vi har sjungit på årsmötet, Äppelboendet två gånger, Ladan, Rönningegården. Julbasaren tillsammans med PRO kören. Sångkören har bestått av 11 medlemmar, några nya är på gång. /**Irene Sandholm**

Teatergrupp	Teatergruppen, som numera arbetar under namnet Östollarna, fortsatte sitt påbörjade projekt. "En dag på Solvändans Cafe", under våren. Det blev ett bejublat framträdande, på månadsmötet i N:a Möckleby, i maj. Vi framförde det, även på en välbesökt föreställning, i september. Bygdegårdsföreningen i N:a Möckleby, hade engagerat oss. Under hösten, har vi börjat, på ett nytt projekt. Namnet är än så länge hemligt. /Svante Wennberg
Telefoncirkel	Telefoncirkel 4 stycken: - laddat ner olika appar och lärt oss använda dem - redigera foton i telefonen - överfört foton från telefon till dator/USB - lärt oss hitta SPF:s hemsida på telefonen - lärt oss swisha. /Gunilla Pålsson
Trafikkurs	Vi hade en liten trafikkurs från 12/2 t.o.m.26/2. Vi var ett tiotal trafikintresserade som diskuterade trafik rent allmänt och mycket ang. gående, cyklister och bilister i närområdet. Mycket givande även för cirkelledaren. En lär sig alltid något nytt. /Anders Gustafsson
Whisky-provning	Under våren gjordes uppehåll i whiskyprovandet p.g.a tidsbrist hos vår whisky-expert. Provningarna återupptogs emellertid under hösten. Eftersom efterfrågan om deltagarplatser var större än tillgången delades det totala antalet intresserade upp i två grupper. Därmed kunde alla som önskade få vara med. Totalt har provningarna genomföras med närmare 30 deltagare. Provningarna med grupp 1 genomfördes av whisky-experten Ola Bengtsson från Kalmar medan provningarna för grupp 2 hölls av Crister Jegréus (med stöd av underlag från Ola Bengtsson). Sorterna som provades var lika för båda grupperna. Den avslutande tredje provningen genomfördes med båda grupperna tillsammans. Deltagarantalet vid provtillfällena har varierat mellan 15 -17 inkl provningsledare. En whiskyprovning omfattar test av fyra olika märken. Sålunda har under hösten 12 olika maltwhisky-märken testats. Provningarna har varit uppskattade och stämningen har alltid hamnat på topp innan provningarna avslutats. Tack vare support från transportör, diskare och dukare har provningarna kunnat ske till deltagarnas belåtenhet. Hittills har, sedan whiskyprovningarna började, närmare 80 olika whisky-märken samt en cognac provats. /Crister Jegréus, provningsledare.

Sammanfattning av Aina Gustafsson, studieledare:

Vi kan se tillbaka på ett mycket framgångsrikt år när det gäller studieverksamheten i vår förening. Särskilt glädjande är att flera nya kurser och studiecirklar har startat under 2018, med duktiga ledare och stort deltagarantal.

Vi har genom ett lustfyllt lärande ökat våra kunskaper på många olika områden samt gett oss en stor samhörighet känsla.

Språk

På språkområdet startade en **Italiensk språkkurs** under våren med Helena Hallams som ledare, men tyvärr blev det ingen fortsättning under hösten. Per-Åke Sjöblom har haft cirklar i **konversationsengelska** under flera år, men till deltagarnas besvikelse hade inte Per-Åke möjlighet att fortsätta efter vårterminens slut, så den blev vilande.

Gunilla Alvtörn har haft en cirkel i **lättare engelsk konversation**, som lades ner efter vårterminen. p g av för få deltagare.

Spanska kursen med Malin Ström har fortsatt under året och haft flera deltagare.

Nya kurser

Flera nya cirklar startade under året:

Lennart Andersson, Bröttorp startade en cirkel **"Trä som inspirerar till eget hantverk"** och ställde sin verkstad till vårt förfogande.

Kallmålning med Birgit Fogelström som ledare, rönt stort intresse med många deltagare.

Släktforskning med Elisabeth Nilsson, Skarpa Alby som kunnig ledare. Både nybörjar- och fortsättningskurser samt gamla handstilskurser har stått på programmet, mycket intressanta kurser.

Håll Öland rent" - ett sätt att göra något för miljön med Monica Åmberg som entusiastisk ledare, deltagarna var ute på härliga promenader och samlade plast utmed stranden i Färjestaden.

Kurs i **Hjärt- och Lungräddning, HLR**, har vi haft vid två olika tillfällen under hösten med Ola Olander, instruktör Civilförsvarsförbundet som ledare.

Kurs i **Scrapbooking** med Annie Holgersson och Marie Ritter som ledare hölls i dec, där det skapades fina julkort m.m. av många deltagare.

Hjärngympa med Solvändan är en grupp under Inger Lundgrens ledning som spelar olika kortspel och har trevligt tillsammans.

Friskvård -Gymnastik har vi under lång tid haft som en egen grupp med Inga-Britt Björn som ledare. Under hösten gick vi tillsammans med PRO

och bildade en grupp, med samma entusiastiska ledare.

Boule har spelats gemensamt med PRO, Anita Karlberg, som står för värdskapet önskar gärna flera deltagare.

Helena Hallams, som har vistats i Italien i många år, hade en kurs i **Italiensk matlagning** under hösten på Kalmar Waldorfskola & Dag Hammarskjöld Gymnasiet, Kalmar, med många deltagare.

Medicinsk yoga	Medicinska yogan ledd av sjukgymnast, kundaliniyoga lärare Selina Nilo, är mycket populär. Det har varit 2 kurser varje termin med ca 25 deltagares varje kurs.
Buggkurs	Buggkursen håller till i Resmo ungdomsgård, med Anne-Christine och Kalle Eriksson som ledare. Där har 6 deltagare från vår förening under året bildat en grupp, som tycker att bugg är en härlig motionform.
Läs, lär och res	Inför resorna till Skåne, Kroatien med Per-Åke Sjöblom och Ingrid Johansson har som vanligt rönt stort intresse med många deltagare.
Vinkunskap	Vi har haft 2 kurser "Smakupplevelser med Maj-Britt" , vilket innebär föreläsningar om olika vinländer, samt avsmakning av några av dessa länders viner, har varit mycket uppskattade. Med sakkunnig ledningen av Maj-Britt Eriksson, har årets kurser gjort att deltagarna blivit kunnigare vinkonsumenter.
Samtalsträff	Vår kamratcirkel "Torsdags träffen" startade i januari med Ingegerd Rydström som ledare, men fick läggas ner p. g av för lågt deltagare antal.

Jag riktar ett stort tack till er alla cirkel- och kursledare för ert engagemang, utan er hade vi inte kunnat genomföra denna stora studieverksamhet.

Inte hellre utan mina medhjälpare Ami Bacher och Ketty Ingvarsson som kommit med initiativ, stöttning och varit hjälpsamma, tack.

Inte att förglömma Mirsada Bajraktarevic på Studieförbundet Vuxenskolan i Borgholm, som gett oss stöd och råd i vår verksamhet.

Kommunala pensionärsrådet, KPR

Under 2018 har KPR haft fyra möten. Representanter för SPF Seniorerna Solvändan är Ingrid Johansson och Lena Engström.

Diskussioner har förts gällande vilken möjlighet till insyn och påverkan, gällande beslut som rör seniorer i kommunen, representanterna för pensionärsföreningarna har i praktiken.

Information har getts bland annat gällande Trygg hemgång, kontanthanteringen i kommunen, matinköp till biståndsbedömda, tryggheten i samhället den nya organisationen m.m.

Frisam; Frivilliga i samverkan

Samverkan mellan Mörbylånga kommun och olika föreningar. I Färjestaden anordnas träffar på Äppelvägens äldreboende av SPF Seniorerna Solvändan och PRO Färjestaden.

Från SPF Seniorerna Solvändan är Irma Jakobsson ansvarig med assistans av ytterligare några SPF-medlemmar vid cafébjudningarna på Äppelvägen.

Kurser, konferenser mm

Under det gångna året har medlemmar i Solvändan deltagit i Distriktsstämman samt vid diverse konferenser och utbildningar anordnade av Kalmardistriktet. Konferens för Nya styrelsemedlemmar under våren, Upptaktskonferens, konferens om Nya stadgar och Höstkonferens under hösten.

Dessutom vid utbildningstillfälle för Webbredaktörer.

Solvändans Hemsida www.spf.se/solvandan

På ett utomordentligt och innovativt sätt har Gunilla Pålsson och Gunnel Nyberg kämpat med Solvändans Hemsida för att få ut all information trots att krångel i systemet.

På hemsidan kan man, i stort sett, få all information om föreningen: utbudet av aktiviteter, cirklar och resor, ta del av protokoll från styrelsemöten, reportage från månadsträffar och fester, Ekens program och referat därifrån. På hemsidan finns också kontaktuppgifter till styrelsen med flera. Allt fler besökare, både medlemmar och ännu icke medlemmar, hittar till Solvändans hemsida och den ger mycket fin reklam för vår förening.

Parallellt med detta har information även lagts ut på Facebook, där vi har en egen grupp: SPF Seniorerna Solvändan Färjestaden

Press

Till tidningar och hemsidan har Gunilla Pålsson, pressombud, förfärdigat många trevliga och välskrivna reportage från olika träffar och aktiviteter under året. Gunilla ska ha stort tack för tid och arbete hon lagt ner, detta gäller också Gunnel Nyberg som varit ersättare och fått "rycka in" vid behov. Att visa oss i pressen möjliggör att många kan ta del av allt det trevliga och intressanta som vi i Solvändan har för oss.

Sammanfattning av Ingrid Johansson

Vi kan åter igen se tillbaka på ett helt fantastiskt år för Solvändan. Medlemsantalet har fortsatt att öka; att finna nya vänner och nya sammanhang och ha och roligt tillsammans mår man väl av. Alla aktiviteter, cirklar och trevliga sammankomster som Solvändan erbjuder lockar många. Inom vår förening finns ett "go" och en "vi -anda", gemensamt fixar vi det mesta. Vid större evenemang visar man på förmåga till engagemang och initiativ; att med öppet sinne och gott humör ta sig an uppgiften och genomföra allt med bravur. För att hålla igång detta stora utbud av aktiviteter finns det många som ställer upp, ledare i aktiviteter och cirklar, i kommittéer och grupper och mycket mera. Solvändans Studieledare Aina Gustafsson, är med sitt gedigna kunnande och engagemang ett stort stöd. Ett hjärtligt, stort tack och en eloge till alla som på olika sätt gör vår förening till den absolut bästa Seniorföreningen.

MÅLSÄTTNING och VERKSAMHETSPLAN för 2019

SPF Seniorerna Solvändan i Färjestaden ska synliggöras via annonser, affischer, reportage, hemsida och sociala medier.

Ledorden gemenskap och vi-anda, synas och höras, rekrytera och behålla, påverkan och inflytande, är betecknande för vad vi står för.

Solvändan ska präglas av öppenhet och lyhördhet, att tillvarata medlemmars styrkor, förmågor, engagemang och idéer är ett måste för att gynna den positiva utvecklingen i vår förening och vi kommer fortsatt att stödja och initiera ett rikt utbud av aktiviteter, cirklar och resor. Av största vikt är att förmågan till att skapa trivsel och gemenskap bevaras.

Aktiv medlemsvärvning fortsätter bland annat genom att sprida vår förenings positiva anda och förmåga till goda möten människor emellan.

Målet är att Solvändan ska vara den allra bästa seniorföreningen att vara delaktig i.

Under 2019 ska:

- Nya medlemmar bjudas in till en "lära känna träff" för information och inspiration under hösten.
- Inbjudan till "85+ kalas" där våra mångåriga medlemmar kommer att premieras med en trevlig sammankomst.
- För alla ledare som håller i cirklar och aktiviteter, kommittéer och grupper för månadsträffar, Ekens verksamhet, med mera kommer vi att fortsätta med "uppmuntran och informationsträffar".
- Vi kommer att ha påsk och julbasarer med en mängd olika alster till försäljning från våra duktiga hantverkare.
- Linedansarna uppträder och deltagarna i målarcirkelarna och hantverksgrupperna kommer att visa upp sina fina alster, även försäljning av bakverk och servering.
- Hamnfesten i Färjestaden hoppas vi ha möjlighet att delta i även i år. En stor möjlighet att visa upp Solvändan och vad medlemmarna med gemensamma krafter kan åstadkomma.
- Våra trevliga och välordnade Månadsträffar och Festligheter ska vi naturligtvis fortsätta med.

KPR, kommunala pensionärsrådet, är det instrument där vi har möjlighet att påverka vad som sker inom Mörbylånga kommun när det gäller äldres villkor. Vi kommer fortsatt att lyfta frågor bland annat gällande kontanthantering, hemtjänsten och bemanningen där, bostadsfrågan för äldre, beviljandet av särskilt boende samt bevaka och påverka utvecklingen kring samlingsplatser och gemenskapsskapande miljöer för äldre i samhället.

Preliminär tidplan 2019 SPF Solvändan

OBS! Kan ändras under året!

Söndag 13 januari	Kl 14.00	Månadsmöte	Ladan
Söndag 17 februari	kl 14.00	Årsmöte	Ladan
Söndag 24 mars	Kl 14.00	Månadsmöte	Ladan
Söndag 7 april	Kl 13.00-15.00	Påskbasar	Eken
Söndag 5 maj	Kl 14.00	Månadsmöte	Norra Möckleby
Fredag 10 maj	Kl 15.00	85+fest	Eken
Tisdag 21 maj ??	Kl 17.00	Grillfest	"I det blå"
Lördag 26 maj	Kl 18.00	Försommarfest	Norra Möckleby
Söndag 7 juli	Kl. ??	Musik i Skärlöv	Skärlöv
Lördag 20 juli	Kl ??	Gunillas blomsterträff	Eken
Tisdag 23 juli	Kl 13.00	Linedance/utställning	Eken
Lördag 3 augusti	Kl 18.00	Nostalgifest/grill	Björklunden
Söndag 25 augusti	Kl 14.00	Månadsträff	Algutsrum
Söndag 13 oktober	Kl 14.00	Månadsträff	Ladan
Fredag 8 november	Kl 15.00	Nya medlemmar	Eken
Söndag 17 november	Kl 14.00	Månadsträff	Ladan
Söndag 24 november	Kl 1300-15.00	Julmarknad	Eken
Lördag 7 december	Kl 18.00	Julfest	Ladan
Torsdag 12december	Kl 15.00	Reseinformation	Eken
Söndag 12 januari 2020	Kl 14.00	Månadsmöte	Ladan
Söndag 16 februari 2020	Kl 14.00	Årsmöte	Ladan

