



Rospiggen

Alunda ~ Gimo ~ Valö ~ Harg ~ Östhammar

ROSPIGGENSNYTT

NR 1 - 2018

Välkomna till årsmöte med **SPF Rospiggen**



Torsdagen den 22 febr. 2018, kl 12.00
SKB:s lokaler, Östhammar

I detta nummer finns kallelse, föredragningslista, verksamhetsberättelse 2017 och verksamhetsplan 2018.

Kaffe med smörgås. Lotteri – ta gärna med vinster.

Anmälan senast tisdag 20 febr. till:

Märta Forsberg 070-264 24 39,

Lars-Erik Näsström 070-437 76 08 eller

Stig Josefsson 076-860 37 63, 0174-109 14.

VÄLKOMNA!

I samarbete med





Några ord från ordföranden i SPF-Rospiggen

Nu har vi börjat ett nytt spännande år med fina verksamheter för alla årsrika. Styrkan i vår förening är alla frivilliga. Genom vår organisation med tre aktiva sektioner – Alunda - Gimo – Östhammar – så hoppas jag att våra medlemmar får ut mycket av sitt medlemskap. Medlemsmötena dessutom med bra program är också något vi kan glädjas åt. Och för mig som ordförande kan jag glädjas åt att vi har en väl fungerande styrelse där alla bidrar.

För att ytterligare göra vårt föreningsarbete tydligt så arbetade vi förra hösten fram underlag för en verksamhetsplan som kan fungera även för år 2018. Utöver tre medlemsträffar under våren resp. hösten så prioriterar vi arbetet med medlemsvård och medlemsvärvning. Till detta kommer också jubileumsfest då Rospiggen firar 40 år.

Rospiggsnytt hoppas vi ger dig värdefull information om vår förening. Hör av dig med synpunkter.

Ni som är ute på internet har säkert sett att SPF tagit fram en ny hemsida. Annica lägger ner ett förtjänstfullt arbete för att få det att fungera. Jag och vår kassör Stig jobbar också vidare med det nya medlemsregistret.

Samarbeten med olika delar inom SPF är viktigt. Det gäller i första hand med våra grannföreningar och med distriktet.

Läs mer i vår tidning SENIOREN.

Har du inte fått senaste numret,
hör av dig!

Hälsningar

Bertil Alm

ordförande i SPF Seniorerna Rospiggen



SPF Rospiggens årsmöte 2018-02-22

Föredragningslista

1. Årsmötets öppnande
2. Val av ordförande för årsmötet
3. Val av sekreterare för årsmötet
4. Val av två protokollsjusterare (och vid behov rösträknare)
5. Godkännande av kallelsen till årsmötet
6. Fastställande av föredragningslista
7. Styrelsens årsberättelse, resultat- och balansräkning 2017
8. Revisorernas berättelse
9. Fastställande av resultat- och balansräkningen för 2017
10. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen
11. Beslut om ersättningar till styrelse och revisorer
12. Behandling av inkomna motioner
13. Behandling av förslag från förbundet, distriktet och föreningens styrelse
14. Beslut om budget och plan för verksamheten 2018
15. Beslut om årsavgifter för 2019. (medlem, vänmedlem)
16. Beslut om antalet styrelseledamöter. (udda antal)
17. Val av ordförande för 2018
18. Val av övriga styrelseledamöter för 2018
19. Val av 2 revisorer för 2018, varav en sammankallande.
20. Val av 1 revisorsersättare för 2018.
21. Val av 3 ombud och 3 ersättare till distriktets årsmöte.
22. Rapport - ombud SPF Samråd Nordupplands årsmöte.
23. Beslut om antal ledamöter i valberedningen. (3 ledam.)
24. Val av ordförande för valberedningen för 2018.
25. Val av övriga ledamöter i valberedningen.
26. Årsmötets avslutning.

Verksamhetsberättelse för 2017

Styrelsen för SPF Seniorerna Rospiggen får för verksamhetsåret 2017 avge följande berättelse.

Styrelsen har bestått av:

Ordförande:	Bertil Alm
Vice ordförande:	Lars-Erik Näsström
Sekreterare:	Allan Kruukka
Kassör/medlemsregister:	Stig Johansson
Hemside- och Webbansvarig:	Annica Kruukka
Övriga ledamöter:	Märta Forsberg Stig Josefsson

Styrelsen har under året haft 8 st protokollförda sammanträden.

Revisorer:	Per Winblad och Lennart Johansson
Ersättare:	Roland Pettersson

Valberedning:	Sven-Olov Andersson, sammankallande Margareta Öberg
----------------------	--

Kommunala pensionärsrådet:	Zelwi Vogeler
Ersättare:	Elisabeth Wedholm-Mattsson

Landstingets pensionärsråd:	
Ersättare:	Ulla Rudolfsson
Ledamöterna utsedda för hela mandatperioden.	

Verksamhetsansvariga:

Rospiggsnytt:	Bertil Alm	Bridge:	Östen Mårtensson
Resor:	Kerstin Löfberg	Gymnastik:	Solbritt Gustafsson
Trafik:	Roland Pettersson	Stavgång:	Sture Andersson
Friskvård:	Lars-Erik Näsström	Boule:	Ingalill Persson, Stig Josefsson

Representation:

SPF:s Distriktsstämma 29 mars, Viktoria, Uppsala

Kurt Forsberg, Märta Forsberg, Stig Johansson, Lars-Erik Näsström

SPF:s Samråd Norduppland årsmöte 22 februari, Vendel

Bertil Alm, Allan Kruukka

SPF:s Samråd Norduppland höstmöte 4 oktober, Östhammar

Bertil Alm, Kurt Forsberg, Märta Forsberg, Lars-Erik Näsström

Möten och medlemsträffar

Föreningens årsmöte hölls den 16 februari i Hökhuvuds bygdegård. Ett 60-tal medlemmar hälsades välkomna av ordförande Bertil Alm.

Årets första medlemsträff den 14 mars hölls i SKB:s lokaler i Östhammar. Förre bibliotekarien Ingeborg Sevastik berättade och delade med sig ur sin djupa kunskap om litteratur. Deltagarna fick en läselista över rekommenderade böcker av olika författare i olika genrer.

Den 26 april arrangerade Gimosektionen medlemsträff i Hökhuvuds bygdegård med medverkan av kommunalrådet Jacob Spangenberg.

Alundasektionen arrangerade medlemsträffen den 24 maj i Allianslokalen. Träffens höjdpunkt var ett föredrag om Bin och humlor. Jonas Feltenmark berättade och visade bilder.

Höstens medlemsträffar började den 5 september med att Östhammarssektionen i SKB:s lokaler arrangerade ett välbesökt möte där Lena Blomqvist presenterade ett allsidigt program för fotvård med såväl förebyggande som behandlande åtgärder. SKB:s representant redogjorde översiktligt för påbörjade huvudförhandlingar i mark- och miljödomstolen om slutförvaret.

Den 10 oktober ordnade Gimosektionen medlemsträff i Hökhuvuds bygdegård med ett mycket uppskattat föredrag *Balansera mera* från Östhammars Vårdcentral. Folder med rikhaltig information i ämnet delades ut till samtliga deltagare.

Årets julfest med ett fantastiskt julbord arrangerades traditionsenligt i Ekeby bygdegård torsdagen den 14 december av Alundasektionen. Dit var även medlemmar från andra pensionärsföreningar inbjudna. Många tog tillfället i akt att utnyttja den ordnade busstransporten till och från Ekeby. Musik och underhållning svarade Björn Karlsson för med stöd av delar av Ekeby Spelemän och uppskattades av de 65 deltagarna.

Utbildningar och konferenser

6 mars Utbildning "Balansera mera". Deltagare: Annica och Allan Kruukka.

Remissvar

Rospiggen har under året lämnat remissvar till kommunen över förslaget till Äldreplan - Det goda livet som äldre i Östhammars kommun 2018-2022.

Andra aktiviteter – ett axplock

Östhammarsektionen månatliga vandring på *Hälsans stig* har utvecklats med "plogging", dvs promenad med plockning av skräp. Med efterföljande fika och inspirerande umgänge i *Dagnys hörna* på Adas Kafé med oftast ett 10-tal deltagare. Friskvård både för kropp och själ nu också kompletterad med miljövard!

Glad måndag har pågått hela året varannan vecka.

Rospiggens blomstervandring gick den 2 juni till naturreservatet vid Kallrigafjärden.

Gimosektionen ordnade surströmmingsfest med tipspromenad den 22 augusti.

Alundasektionen ordnade äggsexa den 21 april.

Vid årets *Hjärnkoll* lyckades inte Rospiggens lag gå vidare i turneringen.

Den 1 juli deltog Rospiggen med ett utställningsbord på Torer Hök i Hökhuvud.

Rospiggen deltog också med en omfattande utställning i samband med Oland Visar i Alunda den 12-13 augusti.

Hemsidan

Under året har mycket möda lagts ner för hålla hemsidan uppdaterad och lättillgänglig. Arbetet med introduktionen av SPF:s nya hemsidesstruktur har fordrat mycket inläring och arbete av den webbansvarige. Det arbetet har glädjande nog renderat i att föreningens hemsida, vid årets distriktsstämma, blev omnämnd som "Distriktsmästare".

Längre gemensamma resor har under året gjorts tillsammans med Sundbergs buss enligt följande:

4-5 april hemlig resa till Västerås, Kumla, Billingeus, Hornborgasjön och Falköping.

7-11 juni resa till Gotland.

24 sept resa till Åland och skördefesten.

26 okt resa till Västerås, Skultuna och Åsby trädgård.

Vår egen medlemstidning Rospiggsnytt har utkommit med tre nummer.

Antal medlemmar i föreningen var under året 358 st.

Ekonomi. Beträffande föreningens ekonomi hänvisas till separat resultat- och balansräkning.

Slutord

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

Östhammar i januari 2018

Bertil Alm

Märta Forsberg

Stig Johansson

Stig Josefsson

Allan Kruukka

Annica Kruukka

Lars-Erik Näsström



Gör det möjligt

Valberedningens förslag för 2018

Ordförande för årsmötet: Lennart Johansson

Sekreterare för årsmötet: Allan Kruukka

Styrelse för 2018:

Ordförande: Bertil Alm, omval 1 år

Övriga ledamöter: Märta Forsberg, omval 2 år
Kerstin Sandberg, nyval 2 år

Styrelseledamöter 1 år kvar:

Stig Johansson
Stig Josefsson
Allan Kruukka
Lars-Erik Näsström

Revisorer: Per Winblad, sammankallande och Lennart Johansson

Revisorsersättare: Roland Pettersson

Nuvarande valberedning: Sven-Olov Andersson och Margareta Öberg

Övriga funktionärer:

Webbansvarig: Annica Kruukka

Reseansvarig: Kerstin Löfberg

Ersättningar till funktionärer, styrelse och revisorer:

Oförändrade ersättningar

Ordförande 4.000 kr

Kassör 3.000 kr

Sekreterare 2.000 kr

Webbansvarig 2.000 kr

Sektionsansvarig 500 kr

Reseansvarig 500 kr

Revisorer 100 kr vardera

Sammanträdesarvode 50 kr/tillfälle

Reseersättning 18:50 kr/mil (motsv skattefria beloppet)

Sektionernas kontaktpersoner:

Alundasektionen: Stig Josefsson, 076-860 37 63, 0174-109 14

Östhammarssektionen: Allan Kruukka, 070-428 84 35

Gimosektionen: Lars-Erik Näsström, 070-437 76 08, 0173-419 76

Verksamhetsplan 2018

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.



Medlemsträffar under våren

Datum	Var	Värd	Veckodag
mars	Östhammar, kvällstid	Allan K	
17 april	Gimo, kl 12.00	Lars-Erik N	Tisdag
31 maj	Alunda, kl 12.00	Stig Josefsson	Torsdag

Årsmöten

Datum	Vad	Plats
22 febr	Årsmöte Rospiggen	Östhammar
28 febr	Årsmöte Samråd Norduppland	Älvkarleby
5 april	Årsmöte SPF-distriktet	Uppsala

Medlemsvård och värvning

Nya aktiviteter

○

Aktivitetsplan

- delas ut vid medlemsträffarna

Digitalt

- hemsida
- facebookgrupp (intern)

Annonsering

- tidning
- annonstavla

Utskick av Välkommen till SPF Rospiggen

- till vänner och bekanta

Styrelsemöten under våren

- Torsdag 22 februari, direkt efter årsstämman (konstituerande)
- Tisdag 20 mars, kl. 10
- Tisdag 10 april, kl. 10
- Tisdag 15 maj, kl. 10

SPF Seniorerna Uppsala län DM i Hjärnkoll 2018

Rospiggen gått vidare till final den 6 mars kl 13.30 vid UPS i Uppsala.

Resor

Res med Rospiggen, Havsörnen, Jernet och Koggen. Hör av dig snarast med frågor och/eller **anmälan** till Kerstin Löfberg, tel 076-247 98 20.

Gävle och Axmar Bruk den 24 april

Pris: 725 kr per person.

Bornholm den 7 - 11 juni

Pris: 6.250 kr per person. Tillägg för enkelrum 1.100 kr. I priset ingår resa i turistbuss med toalett. Halvpension, dvs. frukost och middag. Båtresa Ystad-Rönne t.o.r. Entréer och övriga besök enl. program. Lokal svensktalande guide vid rundturer och besök på många olika sevärdheter på Bornholm.

Hemliga resan den 9 - 11 augusti

Pris: 3.725 kr per person.

Övrigt angående SPF-Seniorernas resor.

För distriktet har vi förmånliga avtal med VikingLine, Birka Cruises, Eckerölinjen, Tallink Silja Line och ReseSkaparna. För alla avtal gäller att du anger SPF Uppsaladistriktet och föreningens namn vid bokningen.

Läs på distriktets hemsida om flera reseutbud och erbjudanden !

Kontakta gärna resekommittén med tips om önskade resmål !

BIRKA CRUISES™



När resan är målet



ECKERÖ€LINJEN

Gott och glatt till Åland • www.eckerolinjen.se

TALLINK SILJA LINE

ReseSkaparna

EVENT & RESOR

Aktuella SPF-resor med förmånliga rabatter - www.reseskaparna.se/spf

Aktivitetsprogram våren 2018

"Antikrundan", stavgång

Kl 9 på måndagar, Alunda, samling Landbadet

Kontaktperson: Sture Andersson, 0174-106 49

Glada Måndag

Kl 12.30 på måndagar. Udda veckor, Östhammar, Studieförb. Vuxenskolan

Kontaktperson: Laila Johansson, 0173-160 44

Seniorgymnastiken

Kl 10 på tisdagar i Alunda, Allianslokalen

Kontaktperson: Solbritt Gustafsson, Alunda, 0174-104 44

Qigong

Kl 11 på tisdagar i Alunda, Allianslokalen

Kontaktperson: Monika Hedén, Alunda, 0708-34 68 24

Öppet Hus

Kl 12 på tisdagar i Alunda, Allianslokalen

Kontaktperson: Gun-Britt Isaksson, 0174-106 57

Bridge i Alunda/Österbybruk

Kl 10 på onsdagar

Udda veckor i Alunda, Allianslokalen

Jämna veckor i Österbybruk, Fritidsgården

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

Bridge i Östhammar

Kl 11-14 på onsdagar i Solgården

Boule

Kl 10 på onsdagar (vintertid) i Personhallen, Öregrund.

Kontaktperson Östhammar: Ingalill Persson, 0173-214 82, 070-571 39 24

Kl 13 på måndagar (vintertid) i Syding Ösby, Alunda.

Kontaktperson Alunda: Stig Josefsson, 0174-109 14, 076-860 37 63

Hälsans Stig, Östhammar

Kl 10 samling på Sjötorget, sista fredagen i månaden gemensam promenad

Fika på Adas Kafé i Östhammar

Kl 11 sista fredagen i månaden

Motionsdans

Kl 15-17 fredagar i Allianslokalen, Alunda

Kontaktperson: Håkon Dregelid, 076-771 01 66

Bad i Gimo

Kl 11-12 lördagar

Kontaktperson: Lars-Erik Näsström, 0173-419 76, 070-437 76 08



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: 070-922 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

Stig Johansson, kassör

Mob: 070-388 82 86 Epost: gitshoj@bahnhof.se

Märta Forsberg

Mob: 070-264 24 39 Epost: tallarna@telia.com

Stig Josefsson

Mob: 076-860 37 63 Epost: josef.stig@live.se

Annica Kruukka, webbansvarig

Mob: 070-748 30 75 akruukka@hotmail.com

Välkommen att lämna material eller tips till

Hemsidan: Annica Kruukka eller Rospiggsnytt: Bertil Alm

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

Vi finns även på Facebook.



ÖSTHAMMARSHEM

SVENSK  FASTIGHETSFÖRMEDLING

Från ett läge till ett annat