



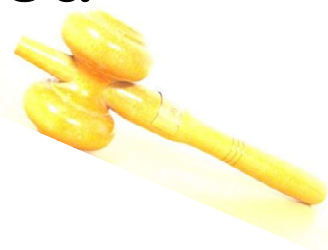
Rospiggen

Alunda ~ Gimo ~ Valö ~ Harg ~ Östhammar

ROSPIGGENSNYTT

NR 1 - 2019

Välkomna till årsmöte med **SPF Rospiggen**



Torsdagen den 28 febr. 2019, kl 12.00
Furuhöjden, Alunda

I detta nummer finns kallelse, föredragningslista, verksamhetsberättelse 2018 och verksamhetsplan 2019.

Soppa, smörgås och kaffe.

Anmälan senast söndag 24 febr. till:

Stig Josefsson 076-860 37 63,

Märta Forsberg 070-264 24 39 eller

Lars-Erik Näsström 070-437 76 08.

Ta gärna med en vän.

VÄLKOMNA!

I samarbete med





Några ord från ordföranden i SPF-Rospiggen

Vi fortsätter nu 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.

Vi avslutade förra året med en stor jubileumsfest då vi firade Rospiggen 40 år. Verksamhetsåret 2019 innehåller tre medlemsträffar under våren resp. hösten när vi träffas i hela Rospiggen. Dessutom prioriterar vi arbetet med medlemsvård och medlemsvärvning.

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

Ni som är ute på internet kan hela tiden också få aktuell information på vår hemsida. Annica lägger ner ett förtjänstfullt arbete för att få det att fungera. 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 2019-02-28

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 2018
8. Revisorernas berättelse
9. Fastställande av resultat- och balansräkningen för 2018
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 2019
15. Beslut om årsavgifter för 2020. (medlem, vänmedlem)
16. Beslut om antalet styrelseledamöter. (udda antal)
17. Val av ordförande för 2019
18. Val av övriga styrelseledamöter för 2019
19. Val av 2 revisorer för 2019, varav en sammankallande.
20. Val av 1 revisorsersättare för 2019.
21. Val av 3 ombud och 3 ersättare till distriktets årsmöte.
22. Rapport - SPF Samråd Nordupplands årsmöte.
23. Beslut om antal ledamöter i valberedningen. (3 ledam.)
24. Val av ordförande för valberedningen för 2019.
25. Val av övriga ledamöter i valberedningen.
26. Årsmötets avslutning.

Verksamhetsberättelse för 2018

Styrelsen för SPF Seniorerna Rospiggen får för verksamhetsåret 2018 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, adjungerad
Övriga ledamöter:	Märta Forsberg Stig Josefsson Kerstin Sandberg

Styrelsen har under året haft 9 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:	Ulla Rudolfsson
Ersättare:	

Ledamöterna utsedda för hela mandatperioden 2014-2018.

Verksamhetsansvariga:

Rospiggsnytt:	Bertil Alm	Hemsida:	Annica Kruukka
Bridge:	Östen Mårtensson	Resor:	Kerstin Löfberg
Stavgång:	Sture Andersson	Gymnastik:	Solbritt Gustafsson
Friskvård:	Lars-Erik Näsström	Trafik:	Roland Pettersson
Teaterombud:	Kerstin Sandberg	Boule:	Ingalill Persson, Stig Josefsson
Glada Måndan:	Laila Johansson		

Representation:

SPF:s Samråd Norduppland årsmöte 28 februari, Älvkarleö herrgård
Bertil Alm, Stig Johansson, Maj-Britt Johansson

SPF:s Distriktsstämma 5 april, Viktoria, Uppsala
Bertil Alm, Annica Kruukka, Allan Kruukka

Möten och månadsträffar

Föreningens **årsmöte** hölls den 22 februari i SKB:s lokaler i Östhammar. Ett 45-tal medlemmar hälsades välkomna.

Den **26 mars** föreläste journalisten och fd utrikeskorrespondenten Stig Fredrikson på temat "Vart går Ryssland under sex år till med Putin". Nästan 50 personer deltog i mötet i Equmeniakyrkan, Östhammar.

Den **17 april** arrangerade Gimosektionen månadsträff i Kvarnen Gimo. På temat "Gimo förr och nu" visade Yngve Vällstrand och Kennet Olofsson bilder. Konstnärerna Hans Gustavsson och Tage Robertsson visade sina alster och Ann-Charlotte Grehn informerade om projektet Språkvän.

Alundasektionen arrangerade månadsträffen den **24 maj** i församlingshemmet Klockarbacken. Hortonomen och trädgårdsexperten Maj-Lis Pettersson talade på temat "Trädgårdstips och objudna gäster".

Höstens månadsträffar började den **26 september** med att Östhammarssektionen i Societetshuset Källör, Östhammar, arrangerade ett välbesökt möte där jurister från Familjens Jurist informerade om begreppet Framtidsfullmakt. Lage Löwén berättade en spännande jakthistoria "När jag stod öga mot öga med en björn i skogen".

Den **25 oktober** ordnade Gimosektionen månadsträffen i Kvarnen, Gimo, på temat "Balansera mera". Fyllig information lämnades om vad kommunen kan bistå med från anhängigkonsulent Eva Jutoft och arbetsterapeut Ursula Worsch Persson.

Rospiggens **40-års jubileum** firades med julfest och ett fantastiskt julbord i Ekeby bygdegård tisdagen den 11 december. Ett Jubileumsextra av RospiggsNytt delades ut till alla 105 deltagande gästerna. Föreningen uppvaktades särskilt av SPF-distriktet, Södra Olands SPF och Alunda PRO. Många tog tillfället i akt att utnyttja den ordnade busstransporten till och från Ekeby. För dansmusik och underhållning svarade Mattias och Stefan. Glada Måndan hade ordnat ett fint handarbetslotteri och Inger Söllvander avslutade julfesten med att läsa Viktor Rydbergs Tomten.

Utbildningar och konferenser

31 januari. Hur syns vi i media. Delt.: Bertil Alm, Annica och Allan Kruukka.

9 mars. Nya styrelseledamöter. Delt.: Kerstin Sandberg.

26 mars. Balansera mera. Delt.: Lars-Erik Näsström.

4 oktober. Hemsida fortsättningskurs. Delt.: Annica Kruukka.

19 november. Marknadsföring. Delt.: Bertil Alm och Kerstin Sandberg.

Andra aktiviteter – ett axplock

Östhammarsektionen har fortsatt med sina månatliga vandringar på *Hälsans stig* liksom "Plogging", dvs promenad med plockning av skräp. Med efterföljande fika och inspirerande umgänge i *Dagnys hörna* på Adas Kafé. Friskvård både för kropp och själ nu också kompletterad med miljövård!

Glad måndan har pågått hela året varannan vecka.

Vid årets *Hjärnkoll* lyckades Rospiggens lag gå vidare i turneringen till distriktsfinalen och slutade på en hedrande fjärdeplats.

Den 1 juni försommardans till Roynes i Allianslokalen, Alunda.

Rospiggens *blomstervandring* gick den 7 juni till Vällenområdet och guckuskorna vid Måsjön.

Tävlingen *Frösåkersboulen* den 8 juni i Boulehallen i Öregrund.

Den 26 juni ordnade föreningen en prova-på-dag med *Fotbollsgolf* vid Gärdebyn, Alunda.

Surströmmingsfest tillsammans med PRO ordnades i Alunda den 31 augusti.

Bad i Gimo har varit en uppskattad verksamhet när den under våren kunde genomföras på lördagar. Tyvärr blev vi tvingade att flytta verksamheten till onsdagförmiddagar från hösten.

Hemsidan

Under året har den webbansvarige lagt ner mycket arbete för att hålla hemsidan uppdaterad och lättillgänglig.

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

9-11 augusti hemlig resa till Småland.

19-21 september Chessföreställningen på Svenska Teatern i Helsingfors.

Teaterbesök vid Uppsala Stadsteater blev under hösten ett nytt inslag i föreningens verksamhet.

17 oktober Den fria viljan

8 december Scener ur ett äktenskap.

Vår egen medlemstidning **Rospiggsnytt** har utkommit med fyra nummer.

Antal medlemmar i föreningen var under året 347 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 2019

Bertil Alm

Märta Forsberg

Stig Johansson

Stig Josefsson

Allan Kruukka

Lars-Erik Näsström

Kerstin Sandberg



Valberedningens preliminära förslag för 2019

Ordförande för årsmötet: Lennart Johansson

Sekreterare för årsmötet: Allan Kruukka

Styrelse för 2019:

Ordförande: Bertil Alm, omval 1 år

Övriga ledamöter: Stig Johansson, omval 1 år
Allan Kruukka, omval 2 år
Lars-Erik Näsström, omval 2 år
(avsägelse Stig Josefsson), nyval 2 år

Styrelseledamöter 1 år kvar:

Märta Forsberg
Kerstin Sandberg

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

Östhammarssektionen: Allan Kruukka, 070-428 84 35

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

Verksamhetsplan 2019

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.

Månadsträffar under våren

<i>Datum</i>	<i>Var</i>	<i>Värd</i>	<i>Veckodag</i>
28 mars	Östhammar, kl 12.00	Allan K	Torsdag
25 april	Gimo, kl 12.00	Lars-Erik N	Torsdag
28 maj	Alunda, kl 12.00	Stig Josefsson	Tisdag



Årsmöten

<i>Datum</i>	<i>Vad</i>	<i>Plats</i>
26 febr	Årsmöte Samråd Norduppland	Skärplinge
28 febr	Årsmöte Rospiggen	Alunda
5 april	Årsstämma SPF-distriktet	M/S Cinderella

Värva nya medlemmar – våga fråga

Medlemsvård och värvning

Nya aktiviteter

○

Aktivitetsplan

- delas ut vid månadsträffarna

Digitalt

- hemsida
- facebookgrupp (intern)

Annonsering

- tidning
- annonstavla

Utskick av Välkommen till SPF

Rospiggen

- till vänner och bekanta

Styrelsemöten under våren

- Torsdag 7 mars, kl. 10
- Onsdag 17 april, kl. 13
- Onsdag 15 maj, kl. 13

Medlemsförmån vid fastighetsförsäljning

Du får flyttstäd och gratis rådgivning och SPF-Rospiggen får 2.000 kr vid fastighetsaffär eller 1.000 kr för bostadsrätt.

SVENSK  FASTIGHETSFÖRMEDLING

Från ett läge till ett annat

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, epost: kerstin_lg@hotmail.com

Läs mer på vår hemsida: www.spfseniorerna.se/rospiggen

9 april, Vaxholm

Villa Akleja och Slottsträdgården i Ulriksdal. Pris: 620 kr per person.

22-26 maj, Öland och Kalmar

Pris: 6.580 kr per person.

10-12 juni Hemliga resan

Pris: 3.850 kr per person.

2-5 september Skagen – Norra Jylland

Pris: 5.400 kr per person.

December Julmarknad på Liseberg och ev teaterbesök

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 !



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

Teater

UPPSALA >>>>
STADSTEATER

Tisdagen den 7 maj, kl 19.00

"EKA ÖVER HELA STADEN"

Stora scenen. 10 biljetter är reserverade på rad 3.

Pris: 250 kr om vi blir 8 st. Anmälan senast 8 april!

Anmälan till Rospiggens kontaktperson för teater:

Kerstin Sandberg tel 070-696 10 35, 46sandberg@gmail.com

Betalning: SPF Rospiggen, plusgiro nr 488 95 87-4.

Skriv namn och antal biljetter på inbetalningen.

Aktivitetsprogram våren 2019

"Antikrundan", stavgång

Kl 9 på måndagar, Alunda, samling Landbadet

Kontaktperson: Sture Andersson, 0174-106 49, 073-933 62 27

Glada Måndan

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 13 på tisdagar i Alunda, Allianslokalen. Träff med fika, prat, kortspel mm

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 torsdagar 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, samling i Dagnys hörna.

Motionsdans

Kl 13-14.30 fredagar i Allianslokalen, Alunda

Kontaktperson: Håkon Dregelid, 076-771 01 66

Bad i Gimo

Onsdagar kl 09.30-11.30

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

Kerstin Sandberg

Mob: 070-696 10 35 Epost: 46sandberg@gmail.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.