

Verksamhetsberättelse

SPF SENIORERNA

BRÅVIKEN-KOLMÅRDEN

2024



Bilder som illustrerar några av våra aktiviteter inom föreningen:
Möten, vandringar, resor, Vinkunskap, Linedance olika typer av underhållning och mycket mer.

Verksamhetsberättelse

SPF SENIORERNA BRÅVIKEN I KOLMÅRDEN

Verksamhetsåret 2024-01-01-- 2024-12-31

Styrelsen för SPF Seniorerna Bråviken Kolmården får efter avslutat verksamhetsår avge följande berättelse:

Vi har haft ett aktivt år med sedvanliga fortbildande, hälsofrämjande och upplevelserelaterade aktiviteter. Vi har en ny resegrupp som ordnat en endagsresa och en flerdagsresa, båda mycket uppskattade av deltagarna.

Vår ordförande och vår vice ordförande har under året varit aktiva inom distriktet varför föreningen snabbt fått information om vad som är aktuellt både inom distriktet och förbundet. Vår ordförande avgick från detta uppdrag den 10 april.

Vi höll en lokal Folkhälsodag vid L:a Älgsjön, den 16 maj, se mer information på sid 6-7.

De möten och träffar vi har haft under året har varit trivsamma och givande.

Under verksamhetsåret har många nya medlemmar valt att gå med i SPF Bråviken, se rubrik medlemsrekrytering.

Styrelse

Styrelse under året: Per Adler ordförande, Mats Winell vice ordförande, Marie-Louise Westerberg och Annmari Johansson, sekreterare, Gunnel Viberg, kassör, Eva Svensson och Britt-Marie Ullstrand ledamöter.

Revisorer

Revisorer under året: Kerstin Danielsson, ordinarie och sammankallande, Britt Andersson, ordinarie samt Tommy Axelsson, suppleant.

Ekonomi

Medlemsavgiften har hanterats via central uppbörd.

Föreningens ekonomi redovisas i kassörens separata rapport.

Årsmöte

Föreningens årsmöte genomfördes den 12 februari. Till ordförande för årsmötet valdes Kurt Björk och till sekreterare Marie-Louise Westerberg. Inga motioner hade inkommit till mötet. Mer information nedan under rubriken månadsmöten.

Månadsmöten under 2024

15 januari Årets först månadsmötet hölls den 15 januari i Orrekullagården. Vår ordförande Per Adler hälsade 74 medlemmar välkomna. Vi blev informerade om kommande aktiviteter. Agneta Söderman, som är med i vår nya resegrupp, berättade om planer för två resor; Påskliljorna i Fagerås den 6 maj samt planerna på en resa till Höga Kusten i slutet av augusti. Berit Adler, vår KPR representant, förklarade begreppet Hemtjänstindex detta för att vi äldre ska få bättre vård. Efter det sedvanliga fiket, som Lena Nicanders kaffegrupp dukat upp var det dags för mötets höjdpunkt, en reseskildring från Markus Wärlinges seglats med Ostindiefararen Göteborg. Här fick vi följa med på Markus resa från Kina till Göteborg. Vi fick en mycket fin och detaljrik skildring av hur livet var ombord på segelfartyget Göteborg.

Avslutningsvis höll Inger Heinemark i den traditionella lottdragningen.

- 12 februari Årsmötet hölls den 12 februari där 92 medlemmar samlades i Orrekullagården. Ordförande Per Adler hälsade välkomna. På programmet stod information om bostadsbyggandet i Kolmården. Det var Alf Gustavsson från Kolmårdens Byggemenskap och Gunnar Casserstedt från Kolmårdens Utveckling AB som visade bostadsprojekten i Kolmården. Per informerade om föreningens kommande aktiviteter, varefter en räksmörgås serverades. De sedvanliga årsmötesförhandlingarna inleddes med en parentation över de medlemmar som avlidit under 2023. Därefter tog Kurt Björk över ansvaret som mötesordförande och slutförde förhandlingen. Avslutningsvis tackades Kurt för ett väl genomfört årsmöte med en tulpanbukett.
- 11 mars Vi hade månadsmöte den 11 mars på Orrekullagården där 66 medlemmar deltog. Vår ordförande Per Adler hälsade välkomna och informerade om kommande program för våren. Agneta Söderman informerade om våra kommande två resor. Kaffegruppen hade dukat upp fina bord med gott kaffebröd. Efter att vi avnjutit kaffet var det Mikael Leonardsson som tog vid med musik och sång. Det var många fina låtar som vi minns från 50–70-talet, han hade också ett musikquiz. Mikael fick många uppskattande applåder. Avslutningsvis genomfördes den traditionella lottdragningen.
- 15 april Vi var 60 medlemmar som samlades i Orrekullagården för månadsmöte den 15 april. Ordföranden Per Adler hälsade oss välkomna, han informerade att medlemsantal ökat till 248 medlemmar. SPF kören Bråviken med 17 sångare under ledning av Annika Widerstedt framförde många kända låtar. Vårt tema för mötet var hälsa, vi hade besök av synskadade Monica Ericsson. Vi fick ta del av Monicas levnadshistoria om hur hon har tacklat sin funktionsnedsättning med att använda sina andra sinnen. Hon berättade hur viktigt det är att ha en ledsagare på resor och i skidbacken mm. Avslutningsvis genomfördes den traditionella lottdragningen.
- 16 september Ordföranden Per Adler hälsade alla välkomna till ett fullsatt Orrekullagården. Det var 111 medlemmar som kom till höstens första månadsmöte den 16 september. Ordförande informerade om höstens verksamhet. Per hälsade dagens föredragshållare Gilbert Casselsjö välkommen. Gilbert visa ett bildspel och berättade om sitt händelserika flygarliv. Bland annat innefattade det hans upplevelser som stridspilot i Kongo. Per tackade Gilbert för den fina berättelsen om sitt rika liv som stridspilot, det blev fina blommor och kraftiga applåder från medlemmarna. Avslutningsvis genomfördes lottdragning. Inger Heinemark och Ninni Karlqvist hade förberett ett intressant vinstbord med bland annat hembakat bröd och andra godsaker.
- 14 oktober Vi hade månadsmöte den 14 oktober på Orrekullagården. Det var 63 medlemmar närvarande. Vår ordförande, Per Adler, informerade om höstens program; flera vandringar, vinkunskap, månadsmöten med gäster, pubafton och julavslutning med jullandgång samt övrig föreningsinformation. Vi fick som vanligt väldigt gott fika med dopp. När detta var intaget blev det sång och musik av Benny Wangberg. Han framförde sina härliga och kända låtar. Han avtackades med blommor.

Avslutningsvis genomfördes lottdragning. Inger Heinemark och Ninni Karlqvist hade återigen förberett ett intressant vinstbord.

- 18 november Den 18 november var det månadsmöte i Orrekullagården. Det var 71 medlemmar som samlats. Ordföranden Per Adler hälsade alla välkomna. Vårt medlemsantal har ökat och vi är nu 251 medlemmar. Vi fick en redogörelse över höstens olika aktiviteter. Inger Heinemark informerade om extra vandringar, inkl. lunch på Lilla Gula, detta under december – februari. Lena Nicander informerade om planer att starta en nybörjargrupp Linedance i januari månad. Det kommer att finnas möjlighet att delta i ett prova på tillfälle under någon timme. Föreningens KPR-representant Berit Adler informerade om kommunens organisation inom KPR. Den 4:e december kommer Hemtjänstindex 2024 att publiceras. Vårdcentral Undersökning 2024 finns nu tillgänglig på föreningens hemsida. Kaffegruppen hade dukat upp med fina långa bord med utsökt gott kaffebröd som vi alla njöt av. Efter kaffet tog Arne Borgstedt till orda. Hans fina bildspel visade många roliga och upprörande händelser från Norrköpings historia. Vi fick se bilder från det oroliga mönstret på heltäckningsmattan i varuhuset Domus. Spiral “åtbörd” vid konstmuseet som inte blev som det var tänkt. Kunga Rondellen mm. Mötet avslutades med lotteridragning och tack till alla deltagare från ordföranden.
- 9 december Den 9 december anordnades jullunch på Orrekullagården. Till mötet, där det serverades jullandgång med dryck, samlades 85 medlemmar. Ordförande Per Adler hälsade alla varmt välkomna och informerade om vad som varit aktuellt i föreningen och om vårens program. Efter att ha avnjutit den goda landgången underhöll Lena Nicander tillsammans med sina line-dansare med 5 olika danser, det var 11 st dansare från två fortsättningskurser som deltog. Per tackade program- och kaffegruppen för arrangemanget och den fina underhållningen samt en mycket uppskattad jullunch. Han tackade också alla aktivitetsägare, styrelsen och alla som bidragit för gott samarbete under året och hälsade alla god jul och gott nytt år.

Kaffegruppen består av Lena och Johnny Nicander, Inger och Bosse Heinemark, Gunilla och Jan Sköld samt Ninni Karlqvist.

Bosse, Johnny och Jan möblerar lokalen medan tjejerna kokar kaffe och dukar.

Under våren ingick Helen Doverhjem och Per Wittek i kaffegruppen.

Inger Heinemark har ansvarat för våra lotterier vid våra månadsmöten. Under hösten har Ninni Karlqvist anslutit sig till lotterigruppen. Inger och Ninni har arbetat med att ändra utbudet, nu kan vinnarna välja mellan många trevliga vinster. Samtliga månadsmöten har hållits i Orrekullagården.

Styrelsemöten

Styrelsen har haft 10 st protokollförda möten under året, 6 st plus 1 konstituerande möte på våren och 4 st på hösten.

Mötena har hållits i Annexet Polisvägen 3, mitt emot Sjövikskyrkan, Kolmården, mötet i maj hölls hemma hos Gunnel Viberg.

Protokollen finns på vår hemsida och arkiverade i SPF:s arkivhylla, i lokalen Annexet.

Medlemsrekrytering

För att informera och rekrytera nya medlemmar har föreningen under året baserat sin värvning via lokala kontakter. Föreningen har dessutom, i rekryteringssyfte haft en stående annons införd i Kolmårdens lokala tidning, Kolmårdsnytt.

Medlemsantalet var vid årsskiftet 258 medlemmar fördelat på 164 st kvinnor och 94 st män. 28 medlemmar är nytillkomna, 10 st medlem har begärt utträde och 5 medlemmar har avlidit.

Måluppfyllelse

För verksamhetsåret hade vi satt tre mål.

- Intressanta månadsmöten som i medeltal har minst 75 deltagare per gång, ***ej uppfyllt.***
- En gång per år samla nya medlemmar för introduktion i föreningen, ***uppfyllt.***
- Utöka vår verksamhet med minst en aktivitet. ***Vi har under året återinfört medlemsresor, se info under rubriken Upplevelse-/rese-relaterade aktiviteter.***

Fortbildande aktiviteter

Bokcirklar	Tre bokcirklar med ca 6 deltagare/cirkel har träffats enligt egna scheman. Grupp 1: Gruppen hade 4 träffar (ca 2 timmar) på våren och 4 träffar under hösten, totalt åtta gånger för detta år. Vi har valt att turas om att välja bok till varje träff. Ibland har vi valt ur bibliotekets förslagslistor och ibland har vi valt en bok som lånats upp från olika bibliotek. Vid träffarna har den valda boken diskuterats men del av tiden har också ägnats åt att diskutera egen läsning och tipsa varandra om bra böcker. Gruppen har 7 medlemmar. Grupp 2 har träffats 8 ggr under 2024. Vi har oftast använt bibliotekets bokcirkelpåsar, men också böcker som bibliotekarierna tipsat om och lånat ihop. Eftersom vi turas om att välja de böcker som vi ska läsa blir det stor variation i ämnen och författare, vilket är givande. Grupp 3: Har haft 5 träffar på våren och 4 träffar på hösten, alla träffar har hållits i Annexet. Alltså 9 träffar under 2024. Aktivitetsledare grupp: 1 Britt Andersson, 2 Kerstin Danielsson, 3 Eva Svensson
Canasta	Två oberoende Canastagrupper: Grupp 1: Träffas den 2:a och 4:e tisdagen i månaden i Valhalla. Grupp 2: Består numera av 4 ”medlemmar” har träffats regelbundet hemma hos varandra. Förutom canastaspel; fika, mat och prat! Aktivitetsledare: Birgitta Skarin respektive Britt Andersson.
IT-caféet	IT-caféets inriktning har varit att ge stöd och sprida information till våra medlemmar om hur IT-verktygen (datorer, mobiltelefoner, surfplattor) kommer till nytta i vardagen på ett säkert sätt. IT-café lägger stor vikt vid att vi äldre inte får stå utanför det digitala samhället. Upplägget har baserats på olika teman per veckoträff men också på möjligheten för medlemmar att få hjälp och stöd med de egna problemen och frågorna. Lokal för träffarna har varit Annexet till Sjövikskyrkan på Polisvägen. Viss hjälp har även kunnat ges i hemmiljö. Mål: Höja IT-kompetensen hos besökare både i hanteringen av IT-verktyg och i kunskapen om hur digitala verksamheten påverkar samhället.

IT-caféet fortsätter informera om teman efter behov hos besökarna, Fördelar med nya tekniken demonstreras men också vikten av säkerhet. Vi fortsätter även hjälpa PRO:are då de saknar supportverksamhet i sin förening. Vi har varit mellan 6 och 14 deltagare vid varje tillfälle.

Antal träffar per termin har varit ca 16 st.

Många deltagare har påtalat vikten av den sociala kontakten och diskussionerna runt kaffebordet.

Aktivitetsledare: Kent Andersson, Mats Winell, Lars Bjurman, Kjell Asperud, Jan Sköld och Egil Cederborg.

Släktforskning

Studiecirkeln släktforskning har genomfört 13 träffar.

Släktforskningen startade den 11 januari med 2 grupper, 9 respektive 7 deltagare. 3 av deltagarna var nya släktforskare som fått hjälp att komma igång med sin forskning. Det blev 14 sammankomster under våren, totalt 56 timmar. Höstens forskning startade den 19 september med 9 respektive 11. Även under hösten var det 3 nya släktforskare. Två av de nya deltagarna hade Mac-datorer. Nu fick vi som lärare lära oss att hantera dessa.

Det blev 13 sammankomster under hösten, totalt 52 timmar.

Vi använder Arkiv Digital som forskningsmedia. (deltagarna står för licenskostnaden själva). I programmet Genney registrerar vi vår forskning, det ger möjligheten att utveckla sitt släkträd.

SV har hjälpt till med inköp av licenser och Sveriges Dödbok nr 9.

Aktivitetsledare: Kerstin Blom, Lars Bjurman och Mats Winell.

Vinkunskap

SPF Vinkunskap med Bacchus. Under våren har vi haft 4 träffar på torsdagar kl. 18-21 i Valhallas matsal. Under hösten har vi bytt veckodag till tisdagar och haft 3 träffar. Antal platser är begränsat till 54 personer.

Kent Andersson tillsammans med Britt Andersson har fungerat som ledare.

Dessutom har ett antal personer hjälpt till med dukning och matlagning. Genom att ett flertal personer hjälpt till med dukning och matlagning har kostnaden per person kunnat hållas nere, f.n. 150 kr/gång.

Målet för verksamheten är att sprida kunskap om vinodling från hela världen samt skapa förståelse för att olika länders unika förutsättningar leder till den speciella karaktären på det vin landet producerar. Träffarna ska bidra till ökad gemenskap bland medlemmarna och vara en god kanal för att vidga medlemmars sociala kontakter.

Inga förkunskaper krävs utan nybörjare såväl som mer erfarna har kunnat delta.

Ett 50-tal medlemmar har deltagit i träffarna varje gång.

Kent Andersson håller i introduktioner och väljer temat för träffarna.

Målet är att vi varje termin ska lära mer om

1) en druva, 2) ett land, 3) vintillverkningsmetoder och 4) aktuella trender inom vinodling

Aktivitetsledare: Kent Andersson

Hälsofrämjande aktiviteter

Folkhälso- dag

I år arrangerade vi en Folkhälsodag den 16 maj vid L:a Älgsjön.

Vi hade ett underbart soligt och varmt väder när 44 st SPF-are träffades vid sjökanten.

Per Adler hälsade alla hjärtligt välkomna och presenterade programmet. Vi har i år

ändrat från att tidigare haft flera dagars folkhälso-aktiviteter till en koncentrerad eftermiddag.

Den första aktiviteten var en 3 km lång vandring. Vi var 28 st som gick i fin skogsterräng. Marie-Louise Westerberg berättade om skogen och traktens historia med gruvdrift, en gammal radarstation och planer för förändringar av sjösystemen med sänkning av vattennivån.

Efter vandringen smakade det gott med grillad korv och multivitamindryck som förberetts av den aktiva matgruppen.

Vi fick föreläsning om träning för vår hälsa, detta av SPF-distriktets folkhälsoansvarig Eva Aronsson. Hon berättade att man inte behöver vara en hurtbulle, bara man är vardags-rörlig.

Den tidigare normen att gå 10 000 steg per dag ska man bara se på som ett mycket bra resultat, numera rekommenderas minst 2500 steg samt lätt styrka- och balansträning.

Balansträning är mycket viktig, den gör att vi bättre kan klara oss själva under ålderdomen.

Vi avslutade med fika och utdelning av priser för tipspromenaden samt lotteriet. Det var Inger Heinemark som tog första priset i tipspromenaden samt den fina varukorgen i lotteriet, de fina priserna var skänkta av Coop Krokek.

Folkhälsogruppens deltagare: Styrelsen ledd av Per Adler.

- | | |
|-----------|--|
| Boule | Boule träningen startade upp den 7 maj, hade sedan uppehåll för sommaren. Därefter började den igen den 10 september och avslutades den 8/10. Deltagarantalet har varierat mellan 5 – 16 st.
Aktivitetsledare: Britt-Marie Ullstrand. |
| Bowling | En grupp (mellan 8–18 deltagare) har träffats vid Vilbergen Bowling Center på måndagar kl. 12 för att bowla.
Ett lag från SPF Bråviken har deltagit i Veteranligan hösten 23 – våren 24, tyvärr kom vi bland de sista lagen. Vi deltar även denna säsong med förhoppning på bättre resultat.
Aktivitetsledare: Annmari Johansson. |
| Linedance | Linedansen består av 2 grupper i veckan, med 15 deltagare sammanlagt. Under året har ca 15 nya danser tränats in i olika svårighetsgrad.
Grupperna har träffats 12 ggr/termin.
Aktivitetsledare: Lena Nicander |
| SPF-Kören | SPF-kören firade två år i våras, den har växt till 25 st sångare, vi tränar i Sjövikskyrkan på vissa torsdagar kl. 14.
SPF-kören har sjungit inför publik vid flera tillfällen under året:
Kören sjöng tillsammans med andra körer på Ekumenisk gudstjänst i Sjövikskyrkan den 7 april.
Kören sjöng för medlemmarna på månadsmöte den 15 april, för boende på Valhalla den 23 maj, för besökare på Träffpunkten Valhalla den 21 november och julsånger för boende på Valhalla den 12 december.
Körledare: Annika Widerstedt.
Aktivitetsledare: Annmari Johansson och Inger Heinemark. |

Upplevelse-/rese-relaterade aktiviteter

Flerdagsresa Det var 33 st medlemmar som deltog i flerdagsresan till Höga Kusten den 27 – 30 augusti.

Vi åkte med Kanalbuss, vår chaufför Pär, styrde bussen lugnt och säkert. Under tiden löstes ett Melodikryss där familjen Sultan tog hem första pris med alla rätt och vann via utslagsfrågan över familjen Landin som också hade samtliga rätt i krysset. Fina priser - tandborstar!

Ca 16.30 rullande vi in mot Sollefteå och Hallstaberget. Vårt hotell låg högt upp med en magisk utsikt.

Vi hade fri tillgång till Spaanläggningen vilket de flesta utnyttjade.

Middagsbuffé serverades till kvällen.

Vi hade en mycket duktig lokal guide de kommande två dagarna. Vi besökte Mannaminne i Nordingrå, en museianläggning som består av ca 50 byggnader, olika bilar, cyklar, spårvagnar, flygplan etcetera och även kulturkonst och historia, både lokalt och globalt.

Vi åt lunch på Fiskarfänget i Norrfjällsviken.

Sedan blev det studiebesök på Mjälloms tunnbrödsfabrik, där man bakar bröd efter samma process som gjordes 1923 då bageriet startades.

Nästa dag började med en sightseeing genom Sollefteå, resan gick sedan vidare till Gudmundrå kyrkogård i Kramfors där vi besökte graven för de omkomna vid Ådalshändelserna 1931. Vi fortsatte till Lunde och ett minnesmärke gjort i brons, där vår guide Bengt, mycket engagerat berättade om vad som hände den 14 maj 1931 då skott avlossades av utkommenderad militär och fem personer dödades.

Lunch vid Björkuddens Hotell & Restaurang som ligger med utsikt mot Höga kusten bron, som vi också besökte.

Senare på eftermiddagen anlände vi till High Coast Destillery, som ligger vid Bjärträ alldeles vid Ångermanälven. Vi fick en bakgrund till hur det hela startade, kort genomgång av hur processen går till vid whiskeyframställning, rundvandring i destilleriet och lagringslokalen. Sedan blev det provning av olika sorters whiskey som High Coast Destillery producerar.

Dagen avslutades med gemensam middagsbuffé på hotellet

Dag 4 rullade bussen mot hemorten Kolmården. Vi gjorde stopp för fika och lunch, gjorde ett quiz och lite ”ortsnamns klurigheter” där familjen Landin glänste. Runt 18.45 landade vi vid Kolmårdens station. Trötta, men nöjda med vår resa. Vi har fått se många vackra omgivningar, hisnande utsikter och fått mycket historia till oss tack vare våra mycket pålästa guider, och inte minst ett strålande sensommarväder.

Researrangör: Agneta Söderman och Kurt Björk tillsammans med Kanalbuss.

Endagsresa Det var 42 st morgonpigga SPF-are som startade tidigt mot Fagerås den 6 maj. Det var kraftigt regn, vilket vi inte hade beställt. Vi fick bussfika vid Brahehus, regnet hade minskat något men vi fick sitta i bussen och fika. Lunchen intogs på Carlssons Kök i Gislaved.

När vi anlände till Påskliljorna i Fagerås hade regnet upphört. Lasse, svärson till parkens skapare Arne, berättade om bakgrunden till den fina blomsterparken. Redan år 1978 började Arne att plantera påskliljor, han hade kommit över ett tjugotal lådor med avdrivna lökar. Året efter hade de förvandlats till fina påskliljor, då fick han ”blodad tand”. Han satte sedan 40–60 000 lökar per år. Lokala nyheterna gjorde reportage och det kom fler och fler besökare till parken. I dagsläget finns ca 2

miljoner nedgrävda lökar på ett område på 12 tunnland (=12 fotbollsplaner). Vi gick en led om 700 m genom parken. Vi såg ca 125 st olika sorters påskliljor, de skilde sig i form, färg och storlek. Tyvärr hade de varma dagarna föregående helg, följt av hårt ihållande regn, gjort att ca 70 % var överblommade. Det var ändå en häpnadsväckande upplevelse att gå runt och titta på all blomsterprakt, vi fotade många olika former och färger. Förutom påskliljorna innehåller parken också 1500 rhododendron buskar, de blommar i slutet av maj och början av juni. Vi avslutade besöket med en bussfika med äppelkaka och vaniljsås innan hemfärden. Researrangör: Agneta Söderman och Kurt Björk tillsammans med Kanalbuss.

Vandring Den 25 april var det 10 st som vandrade i Stavsjötrakten. Det blev fika vid Mellankärret och sedan gick vandringen utmed handskdammen. Den 16 maj ordnades en vandring i samband med vår Folkhälsodag, se under rubrik Folkhälsodag. Marie-Louise och Annmari har ansvarat för planering och genomförandet under våren.

Under hösten har vi en ny grupp som arrangerar våra vandringar, Den 10 september var det 15 vandrare som gick runt L:a Älgsjön, ca 6,5 km. Temat var svampar och vi fick lära oss om våra vanliga matsvampar. Vädret började grått men slutade i solsken. Den 8 oktober var det 11 medlemmar som begav sig till Sörsjön, på vägen blev det information om Rodga Säteri. Vid Nybygget, från 1800-talet berättades det om familjen Fransson som bott och levt på bostället. Det blev sedvanlig fika, turen blev 5,8 km. Den 5 november vandrade vi ca 6 km i naturreservaten Jursla gammelskog och Herrsjöskogen. Temat för vandringen var mossor och lavar och vad som finns i reservaten. 20 st medlemmar deltog.

Den 4 december arrangerades en extra vandring som ej ingått i höstens program. Det var 19 st medlemmar som samlades kl 10.30 vid Sjövikskyrkan. Vandringen på drygt en timme gick inom samhället, mest på asfaltsvägar. Slutmålet för vandringen var restaurang Lilla Gula där det blev lunch kl 11.45. Intresset för denna vandring blev väldigt stor och alla som ville komma med fick inte plats då antalet lunchgäster på Lilla Gula var begränsat. Om det finns intresse kommer denna typ av vandring arrangeras även i januari och februari med ganska kort varsel.

Aktivitetsledare: Inger Heinemark, Britta Birgersdotter och Anne-Mari Johansson.

Pub-afton Den 6 november var det 49 st glada medlemmar som samlades i lokalen Valhalla. Kurt Björk hälsade alla varmt välkomna, han höll också i allsång med texter associerade till pub-kvällens öl fest. Det blev en trevlig kväll i glada vänners lag när hösten kommit med mörka kvällar. Aktivitetsledare: Programgruppen.

Jullunch Den 9 december träffades vi i Orrekullagården, se mer information under rubriken månadsmöten.

Sommar-caféer

Tre sommar-caféer har lockat många medlemmar.

Den 5 juni besöktes Fäldts Bokbinderi i Krokek, Det blev en mycket trevlig guidning av ägaren Mats som berättade om verksamheten. Därefter åkte vi till nya caféet Lilla Gula där vi drack eftermiddagskaffe. Det var 28 st medlemmar som var deltog.

Den 10 juli åkte 14 st medlemmar till Brådtoms slusscafé, Norsholm. Det är en plats med härlig miljö vid Göta kanal. Det bjöds på ett strålande väder då vi intog gott kaffe med tillbehör. Under fiket tittade vi på slussning av många båtar.

Den 7 augusti blev det en utflykt till Vikbolandsstruts och café.

Där fanns möjligheter att strosa runt och betrakta både små och stora strutsar.

Vi blev serverade en härlig smörgås med bland annat strutsstek på till kaffet.

Det fanns möjlighet att handla kött mm i strutsbutiken vilket många gjorde. En trevlig dag med solsken och god samvaro bland 24 medlemmar som var med.

Arrangörer: Programgruppen som består av Eva Svensson, Britt-Marie Ullstrand, Kurt Björk, Lina Åström och Inge Nilsson.

Övrigt

Påsk-,

sommar- o
julhälsning

Styrelsen har skickat ut sedvanliga hälsningar med aktuell information i samband med påsken, sommaren och till julen.

Styrelsemedlemmar har deltagit i:

Distriktsstyrelse
möten

Per Adler har deltagit i 3 distriktsstyrelsemöten innan han avgick som ledamot i distriktsstyrelsen 10 april 2024.

Distriktsstämma

Distriktsstämman är högsta organ för distrikt. Stämman hålls en gång per år, före april månads utgång. Motioner kan väckas av medlem eller förening. I år hölls stämman i Finspång på Kulturhuset den 10 april. Den arrangerades av SPF Seniorerna Finspång.

Per Adler, Berit Adler, Mats Winell, Bibbi Winell och Tommy Axelsson deltog i årets stämma.

Per Adler avtackades efter två år som distriktsledamot.

Mats Winell står kvar som distriktets webbredaktör.

Ordförande
konferens

Ordförandekonferens hålls en gång per år. Årets ordförandekonferens hölls den 21–22 oktober på stiftsgården Vårdsnäs. Alla föreningars ordförande bjuds in och årets tema var inspiration till föreningsutveckling. Flera föreläsare hade inbjudits till konferensen.

Per Adler och Mats Winell deltog.

Ordförandeträffar
inom
Norrköpings-
kretsen

Följande föreningar ingår i Kretsen:

SPF Bråviken, SPF Bråbo, SPF Vikbolandet, SPF Måren, SPF Norrköping söder (har gått upp i SPF S:t Olof) och SPF S:t Olof.

Kretsen har träffats 4 gånger under året i S:t Olofs lokal i Norrköping. Mötet pågår ca 2 timmar och på vissa möten har också SPF:s KPR representanter deltagit. Frågor av olika slag tas upp. Exempelvis aktiviteter, resor, samverkan,

budget etc.

Eftersom Per Adler varit distriktsledamot fram till stämman den 10 april har han kunnat lämna information från distriktsstyrelsens sammanträden och omvänt har Per tagit med frågor som föreningarna haft till distriktsstyrelsen. Ordförande på dessa möten alterneras. Minnesanteckningar förs av S:t Olofs sekreterare.

Föreningsforum på Teem

Digitala möten på Teem med föreningarna i distriktet har hållits 8 st under året. Dessa möten vänder sig i första hand till föreningarnas ordförande och vice ordförande, men en annan styrelseledamot kan delta om ordföranden eller vice ordföranden har förhinder. Per Adler som ordförande och Mats Winell som vice ordförande och webbredaktör deltar normalt i dessa möten. Syftet med dessa möten är främst att få en möjlighet att utbyta tankar och idéer. Inga minnesanteckningar eller protokoll förs. Ca 20–25 föreningar brukar delta.

Kurser

Gunnel Viberg och Mats Winell har den 27 november deltagit i kurs av det nya medlemsregistret, SoftAdmin.
Mats Winell har genomfört 3 utbildningsdagar i webbsystemet EpiServer CMS12 för Östgöta Distriktets webbredaktörer. Detta i Lokal Fontänen Vagnhallen, Linköping.
Annmari Johansson deltog den 22 oktober i SPF Förbundets utbildningskonferens om webinarier, kurser och studiematerial. Tips inför föreningens planering inför 2025.

Konferenser, seminarium mm

Projekt sommarvistelse: För att motverka ofrivillig ensamhet
En projektgrupp bestående av Per Adler och ytterligare två ledamöter
Från distriktsstyrelsen har under 2024 arbetat och genomfört en sommarvistelse för distriktets seniorer på Vårdnäs stiftsgård med 22 medlemmar under vecka 34 och 21 medlemmar under vecka 35.
Medel för detta har erhållits från socialstyrelsen. Varje deltagare har själv fått betala en egenavgift. Programmet har bestått av föreläsningar, underhållning, aktiviteter av olika slag.
Vistelsen har uppskattats mycket av deltagarna och projektgruppen har ansökt om medel från socialstyrelsen även för 2025.

KPR

Per Adler, Berit Adler och Mats Winell har deltagit i två KPR forum, den 4 april och 5 december i Linköping, där bland annat politiker från de olika partierna inom regionen och Linköpings kommun presenterat sina program.

Vår KPR-representant, Berit Adler, har deltagit i fem beredningsutskott och fem sammanträden.

Berit har också vidare ingått i arbetsgrupp för planering av KPR seminarium som genomförs i februari -25.

Berit har delgivet information om Hemtjänstindex och Vårdcentralsundersökningen på två månadsmöten.

Hon har som representant för SPF i östra länsdelen deltagit i dialogmöte med regionen kring "Trygg och nära vård för äldre".

SV

Den 13 juni hade del av styrelsen ett Zoom-möte med Cristina De Amaral från Studieförbundet Vuxenskolan, SV.

Syftet är att stötta föreningen i vårt planeringsarbete för livslångt lärande och bidra till en korrekt inrapportering till SV. Detta kan generera ett visst ekonomiskt bidrag till vår förening.

Vår redovisning har varit uppskattad av SV.

Informationsträff
för nya
medlemmar

Det var 6 nya medlemmar styrelsen träffade i vår lokal Annexet Sjövikskyrkan, den 20 november. Ordförande Per Adler informerade om vår förenings olika aktiviteter som lockat många nya medlemmar under året. De närvarande styrelsemedlemmarna presenterade sig med sina olika funktioner. De nya medlemmarna presenterades sig.

SPF Seniorerna Bråviken Kolmården har ökat sitt medlemsantal mycket under året, se under rubrik Medlemsrekrytering.

Våra kontaktvägar till medlemmarna är huvudsakligen via mail, Facebook och vår hemsida.

En information av hemsidans uppbyggnad genomgicks.

Adressen till vår Facebook grupp visades, antalet medlemmar i gruppen ökar.

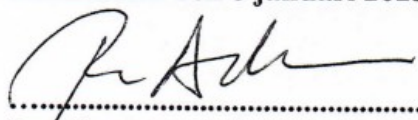
Intresset var stort när vi presenterade föreningens olika aktiviteter. Vi fick frågor om bokcirkel, släktforskning, Linedance och Vinkunskap.

Det bjöds på kaffe med gott bröd. Det var en avkoppland samvaro i gruppen.

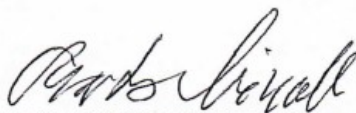
Per tackade alla och hoppades på ett snart återseende

Styrelseledamöter som deltog: Per Adler, Mats Winell, Eva Svensson, Britt-Marie Ullstrand och Gunnel Viberg.

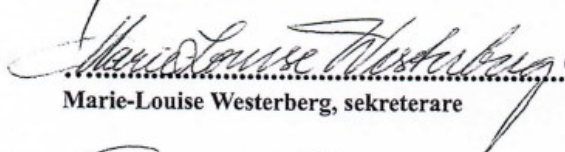
Kolmården den 8 januari 2025



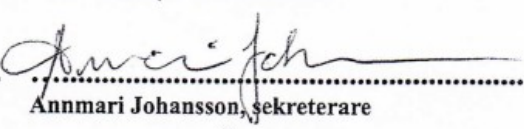
Per Adler, ordförande



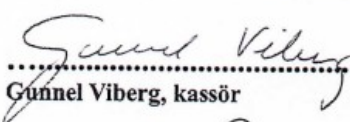
Mats Winell, vice ordförande



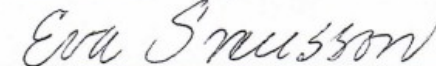
Marie-Louise Westerberg, sekreterare



Annmari Johansson, sekreterare



Gunnel Viberg, kassör



Eva Svensson



Britt-Marie Ullstrand