

# Verksamhetsberättelse SPF SENIORERNA BRÅVIKEN-KOLMÅRDEN 2025



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 2025-01-01-- 2025-12-31

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

Vi har haft ett aktivt år med sedvanliga fortbildande, hälsofrämjande och upplevelse relaterade aktiviteter. Vår programgrupp arrangerade en endagsresa och en flerdagsresa, båda mycket uppskattade av deltagarna, se mer information på sid 8.

Vi hade lokal Folkhälsodag vid Serveringsberget den 14 maj, se mer information på sid 6-7. De mötena och träffar vi har haft under året har varit trivsamma och givande.

Under verksamhetsåret har ett stort antal 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, Agneta Söderman och Birgitta Enzell 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 10 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 2025

13 januari Årets första månadsmöte hölls den 13 januari i Orrekullagården. Vår ordförande Per Adler hälsade 64 medlemmar välkomna och informerade om aktuellt inom föreningen och kommande program för våren. Vår KPR representant, Berit Adler, informerade om resultatet för senaste Hemtjänst Index. Där har Norrköpings kommun förbättrat sin plats i listan sedan föregående år. Efter kaffet välkomnades dagens föredragshållare Fredrik Blomberg från Östgöta begravningsbyrå. Vi fick ta del av en detaljrik information om framtidsfullmakt, arv och testamente. Mycket intressant ämne. Avslutningsvis genomfördes lottdragning. Inger Heinemark och Ninni Karlqvist hade förberett ett intressant vinstbord med bland annat hembakat bröd och andra godsaker, det blev många glada vinnare.

- 10 februari **Årsmötet hölls den 10 februari** då 82 medlemmar samlats i Orrekullagården. Ordförande Per Adler hälsade välkomna. Per informerade om föreningens kommande aktiviteter. Efter att vi avnjutit räkmacka och kaffe med kaka framförde SPF-kören under ledning av körledaren Annika Widerstedt några trevliga sånger, varav övriga medlemmar kunde vara med och sjunga i vissa. De sedvanliga årsmötesförhandlingarna inleddes med en parentation över de medlemmar som avlidit under 2024. Därefter tog Kurt Björk över ansvaret som mötesordförande och slutförde förhandlingen. Avslutningsvis tackades Kurt för ett väl genomfört årsmöte med en tulpanbukett. Från valberedningen avgick Olle Rosén och avgående styrelseledamöter var Britt-Marie Ullstrand och Eva Svensson som efter många års delaktighet i Styrelsearbetet fick varsin blomma.
- 10 mars Vi hade månadsmöte den 10 mars på Orrekullagården där 80 medlemmar deltog. Vår ordförande Per Adler hälsade välkomna och informerade om aktuellt inom föreningen och kommande program för våren. Vi fick IT information från Kent Andersson och Mats Winell, samt aktuellt från vårt KPR ombud Berit Adler. Därefter föreläste Gun Ring och Marianne Andersson från Osteoporosförbundet, om osteoporos och benskörhet. En mycket bra föreläsning om detta viktiga ämne. Avslutningsvis genomfördes den traditionella lottdragningen.
- 14 april Vi var 91 medlemmar som samlades denna vårdag. Orrekullagården var nästan fylld till begränsningen, vilken är 100 personer. Per Adler hälsade alla välkomna. Månadsmötets underhållare Stefan Wickström och Jenny Stenberg hälsades speciellt välkomna. Kent Andersson informerade om aktiviteter vid Marmorbruket, de efterlyser intresserade som vill vara med och hjälpa till och ta del av aktiviteterna. Från programgruppen informerade Agneta Söderman och Birgitta Enzell om kommande aktiviteter. Kaffegruppen hade dukat upp bord och stolar till alla. Vi njöt av de hembakade godsakerna. Ett stort tack till alla medverkande. Efter kaffet startade dagens musikunderhållning. Stefan och Jenny framförde många fina låtar från Elvis Presleys musik. Vi nynnade med i många av låtarna. Applåderna var många. Per avslutade mötet med att tacka alla som varit medverkande till det lyckade månads mötet. Avslutningsvis genomfördes den traditionella lottdragningen.
- 15 september Ordföranden Per Adler hälsade alla välkomna till Orrekullagården. Det var 85 medlemmar som kom till höstens första månadsmöte. Ordförande informerade om höstens verksamhet. Det hölls en tyst minut till minne av vår nyligen avlidna eldsjäl Kent Andersson. Tina och Janne från räddningstjänsten informerade sedan om brand och säkerhet. Vi fick lära oss hur viktigt det är att vi har fungerande brandvarnare och att vi har placerat dem rätt i våra bostäder. Pulverbrandsläckare är det som passar bäst för oss. Det var mycket lärorik information som vi fick av dem Per tackade med blommor.

Efter det goda fiket som kaffegruppen dukat upp var det dags för musikunderhållning. Det var kvartetten OLDES som spelade låtar vi minns från 60- och 70-talet. Applåderna var många, som extranummer spelade de en rivig rocklåt.

Även musikerna avtackades med blombuketter som Per överlämnade.

Månadsmötet avslutades med lottdragning med fina vinster från bordet.

Per riktade ett stort tack till alla som medverkade till det lyckade månadsmötet.

13 oktober

Vid månadsmötet samlades 72 medlemmar i Orrekullagården för en trevlig och innehållsrik eftermiddag tillsammans. Ordförande Per Adler hälsade alla välkomna till dagens möte. Han informerade om flera nya och spännande aktiviteter vilka planeras framöver, bl a; Att vinprovningen kommer att återuppstå under våren vid tre tillfällen med start i februari. Att en fest anordnas för aktivitetsansvariga den 26 november i Valhalla. Att en ny HLR-kurs äger rum den 22 oktober. Att en ny bokcirkel kommer att starta.

Efter en gemensam fika följde en mycket uppskattad föreläsning om AI – live direkt via datorn. Föreläsare var Johan Lindén som med stort engagemang och tydlighet berättade om vad artificiell intelligens innebär i dagens samhälle. Han betonade att ”AI inte är något man kan säga inte berör mig – det angår oss alla”.

Dagligen använder vi AI, ofta utan att tänka på det - till exempel via mobiltelefoner, bankkort och olika internet- /onlinetjänster.

Efter föreläsningen riktade Per ett varmt tack till Johan för en mycket bra och givande presentation av AI.

Mötet avslutades med lottdragning, där det fanns många fina priser att vinna – ett prisbord som verkligen glädde vinnarna. Per riktade avslutningsvis ett stort tack till alla som deltog och bidrog till en lyckad eftermiddag.

17 november

Vid månadsmötet den 17 november i Orrekullagården deltog 102 medlemmar. Per Adler inledde mötet med att hälsa alla välkomna och dessutom presentera de 8 nya medlemmarna som deltog för första gången. Per delgav aktuell föreningsinformation; 24 medlemmar har deltagit i HLR-utbildningen, en ny bokcirkel kommer igång efter årsskiftet, aktivitetsansvariga kommer att bjudas på trivselkväll i slutet på månaden mm.

En nyttig genomgång av vår hemsida genomfördes av Mats Winell, vår webmaster.

Därefter tog vår gästföreläsare, Mats Amundin vid - tidigare forskningschef och numer Senior Advisor i Zoologi på Kolmårdens Djurpark. Han berättade på ett oerhört fängslande sätt om sitt stora intresse för tumlare – ett intresse som han haft sedan barnsben. Vi fick följa hans resa tillsammans med hans hustru Birgitta från studier vid Stockholms universitet till Danmark och i olika internationella forskningsprojekt med inriktning på att skydda den unika populationen, som finns av tumlare. Som tack för att vi fick ta del av hans fantastiska kunskap och erfarenhet överräcktes en gåva i form av en karaff med delfin gravyr. Gravyren lär vara designad av hans hustru Birgitta.

Efter att applåderna lagt sig var det dags för dragning av lotteriet. Denna gång lyckades inte alla medlemmar få någon lott då efterfrågan varit för stor. Mötet

avslutades med att Per tackade alla som deltagit och bidragit till ett intressant månadsmöte samt önskade alla en trevlig kväll och på återseende.

8 december

Vid jullunchen samlades 82 medlemmar till årets avslutande träff. Vid entrén bjöds det på varm glögg. Ordförande Per Adler inledde med att hälsa alla varmt välkomna och uttryckte sin glädje över den stora uppslutningen. Han tackade alla som på olika sätt bidragit och fortsättningsvis bidrar till att vår verksamhet lockar så många att vara medlem. Agneta Söderman, Programgruppen, redovisade i korthet vad som är på gång till våren beträffande månadsmöten. Därefter avnjöts en välsmakande jultallrik under trevliga samtal vid borden. Efter måltiden dämpades belysningen och snart gled vår Lucia in i rummet, följd av sina tärnor och stjärngossar. Ett tjugotal elever från Haga Musikskola bjöd oss på ett stämningsfullt och traditionsenligt luciatåg med välkända sånger, framförda i finstämd och imponerande stämsång. Luciatåget avtackades med varma och välförtjänta applåder. Därefter serverades kaffe med pepparkaka innan Per Adler avrundade sammankomsten med att önska alla en trevlig jul och avslutning på det här året.

Programgruppen består av Agneta Söderman, Birgitta Enzell, Torbjörn Andersson, Elisabet Carmblad och Lena Johansson.

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.

Inger Heinemark och Ninni Karlqvist har ansvarat för våra lotterier vid månadsmöten. 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.

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. Per Adler och Berit Adler deltog på Kolmårdsdagen - "Kolmården i framtiden" den 30 mars på Vildmarkshotellet i Kolmården. Det var öppet hus där företag och organisationer berättade om sina planer. SPF Bråviken hade en monter med diverse broschyrer och material.

Medlemsantalet var vid årsskiftet 278 medlemmar fördelat på 173 kvinnor och 105 män. 34 medlemmar är nytillkomna, 12 medlemmar har begärt utträde och 3 medlemmar har avlidit. Vår förening har växt mycket under de senaste sju åren, från 160 medlemmar 2018 till 278 medlemmar nu.

### Måluppfyllelse

För verksamhetsåret hade vi satt fyra mål.

- Intressanta månadsmöten som i medeltal har fler än 85 deltagare. *Resultat 84 st*
- En gång per år samla nya medlemmar för introduktion i föreningen *Uppfyllt*
- Utöka vår verksamhet med minst en studiecirkel. *Uppfyllt*
- Rekrytera minst 2 aktivitetsledare till någon aktivitet/studiecirkel. *Uppfyllt*

### Fortbildande aktiviteter

#### Bokcirklar

Tre bokcirklar:

Grupp 1: Gruppen hade 4 träffar (ca 2 timmar) på våren, under hösten vilade denna cirkel p.g. Kent Anderssons bortgång. Gruppen har valt att turas om att välja bok till varje träff. Ibland har den valts ur bibliotekets förslagslista och ibland har det varit 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 att tipsa varandra om bra böcker. Gruppen har bestått av 7 medlemmar.

Grupp 2 har träffats 8 ggr under 2025. Gruppen har oftast använt böcker som Krokeks bibliotekarier tipsat om och hjälpt till att låna ihop från olika bibliotek. Några ggr har också de färdiga bokcirkelpåsarna använts. Det har varit stor variation i författare och innehåll, vilket är intressant.

Grupp 3: 5 träffar på våren och 4 träffar på hösten, 6 personer deltar i bokcirkeln. Gruppen träffas en gång per månad i Annexet och diskuterar den senast lästa boken. Vad som ska läsa närmast uppkommer av förslag i gruppen eller också genom tips från biblioteket. Bokcirkeln är en trevlig social aktivitet som är bra för både kropp och knopp som många av oss behöver. Kaffestunden är en bra avslutning på träffen.

Aktivitetsledare grupp: 1 Britt Andersson, 2 Kerstin Danielsson, 3 Eva Svensson

#### Målar cirkel

Gruppen har haft målar cirkel i Annexet, Polisvägen 3 i Kolmården. Det var totalt 8 deltagare som träffats 6 ggr under våren och 6 ggr under hösten. De har målat med akvarell- och akrylfärg på olika underlag som tex papper, tapet, trä och målarduk, det har även blandats collage och målning på ett valfritt motiv. Olika målartekniker har provats och även blandningar av olika färgsorter för att lära hur detta kan fungera. Det har målats på våta underlag och torra underlag samt med rinnande färger och även målat akrylfärg i olika lager för att lära hur man kan utvecklas genom att måla på olika sätt.

Det har varit mycket trevligt socialt, vi har fikar och diskuterat vid varje tillfälle. Vår duktiga ledare har bidragit till att samtliga deltagare har utvecklats bra. Alla tycker det har varit en rolig och givande kurs och ser fram emot en fortsättning under våren.

Aktivitetsledare: Birgitta Enzell och Britt-Marie Hagander

#### 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 som har träffats regelbundet hemma

hos varandra. Förutom canastospel; fika, soppa 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 verksamheter 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 att hjälpa PRO:are då de saknar supportverksamhet i sin förening. Vi har varit mellan 4 och 10 deltagare vid varje tillfälle.  
Antal träffar per termin har varit 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 11 september med 8 respektive 9 deltagare. Även under hösten var det 3 nya släktforskare. En av de nya deltagarna hade en Mac-datorer, vilket gav oss lärare möjlighet att lära sig att hantera dessa.  
Det blev 13 sammankomster under hösten, totalt 52 timmar.  
Arkiv Digital används som forskningsmedel. (deltagarna står för licenskostnaden själva). I programmet Genney registreras forskningen, det ger möjligheten för deltagarna att utveckla släktträden.  
SV har hjälpt till med inköp av licenser och Sveriges Dödbok nr 9.  
Aktivitetsledare: Kerstin Blom, Lars Bjurman och Mats Winell.

#### Vinkunskap

Vinkunskap-gruppen Bacchus har under våren 2025 haft 4 träffar på tisdagar kl. 18-21 i Valhallas matsal. Antal platser är begränsat till 55 personer.  
Kent Andersson har fungerat som ledare. Dessutom har ett antal personer hjälpt till med dukning och matlagning. Tack vare detta 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 vinet 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 har hållit i introduktionen och valt temat för träffarna.  
 Målet är att vi varje termin ska lära mer om  
 1) en druva, 2) ett land, 3) vintillverknings metoder och 4) aktuella trender inom  
 vinodling  
 Aktivitetsledare: Kent Andersson  
 Vinkunskapen har vilat under hösten.

### Hälsofrämjande aktiviteter

- Folkhälso-**  
**dag** I år arrangerade vi en Folkhälsodag den 14 maj på Serveringsberget i Sandviken. Det var ca 50 medlemmar som slöt upp denna vackra men blåsiga vårdag.  
 Först gick vi en tipspromenad runt på camping. Under tiden fixade grillmästarna korv, bröd och dricka. Lotteri försäljningen till vårt överdådiga prisbord drogs igång. Vi fick ett föredrag av Catrin Enzell från Muskelrehab. Hennes tema var kost och vardagsmotion på ett enkelt sätt. Hon berättade bland annat om hur viktig andningen är för att hela kroppen ska må bra. Vi fick utföra en del nyttiga rörelser.  
 Sedan blev det Prova på Bugg, dans genomfördes tillsammans med dansare samt ledare Elisabeth Westeson och Göran Blomberg från Sportdansarna i Norrköping.  
 Det var många som tog tillfället i akt att lära sig nya turer och för att få upp värmen till bra musik. Fika med bulle hjälpte också till att värma oss. Det blev prisutdelning för tipspromenaden och lottdragning i pausen. De tre med flest rätt i tipspromenaden var Sonja Hansson, Inger Negendanck och Krister Sandberg. Det var sedan många glada vinnare till lotteriet, priserna bestod bland annat av resa med Viking Line, övernattnings på Blommenhof och mycket annat. Per avslutade dagen med att tacka Programgruppen för ett mycket fint arrangemang.  
 Folkhälsogruppernas deltagare: Programgruppen.
- Boule** Boule träningen startade upp den 29 april pågick till 17 juni och hade sedan uppehåll för sommaren. Därefter började den igen den 2 september och avslutades den 30 september. Deltagarantalet varierade mellan 5 – 17 st.  
 Aktivitetsledare: Britt-Marie Ullstrand.
- Bowling** En grupp på upp till 24 deltagare har träffats vid Vilbergen Bowling Center på måndagar kl. 11.30 för att bowla.  
 Ett lag från SPF Bråviken har deltagit i Veteranligan hösten 24 – våren 25, tyvärr kom vi bland de sista lagen. Vi deltar även denna säsong med förhoppning om bättre resultat. Vi avslutade året med ett KM (klubbmästerskap) där 22 spelare deltog.  
 Aktivitetsledare: Annmari Johansson.
- Linedance** Linedansen består av 3 grupper med ca 30 deltagare tillsammans. Under året har grupperna lärt sig ca 15 nya danser i varje grupp.  
 En av grupperna startade Lena Nicander som en nybörjargrupp till vårterminen med 17 deltagare.  
 Aktivitetsledare: Lena Nicander

SPF-Kören SPF-kören firade tre år i våras, den har växt till 29 st sångare, vi tränar för Annika Widerstedt i Sjövikskyrkan på vissa torsdagar kl. 14.  
 SPF-kören har sjungit inför publik vid flera tillfällen:  
 Under våren: Kören sjöng för medlemmarna på årsmötet den 10 februari,  
 Kören sjöng tillsammans med andra körer på Ekumenisk gudstjänst i Sjövikskyrkan den 27 april och vid våravslutningen sjöngs det sommarsånger för boende på Valhalla.  
 Under hösten: Kören sjöng på Träffpunkten Valhalla den 6 november och julsånger mm för boende på Valhalla den 4 december. Körledare: Annika Widerstedt.  
 Aktivitetsledare: Annmari Johansson och Inger Heinemark.

## Upplevelse-/rese-relaterade aktiviteter

- Endagsresa** Den 27 maj hälsade Agneta Söderman 30 medlemmar välkomna på resan med Kanalbuss till Medevi Brunn.  
 Det var två guider som tog emot oss och berättade om Medevi Brunn, en egen liten stad med kyrka, hospital, apotek mm. De hade till och med en domstol som kunde utdöma straff till de som inte skötte sig.  
 Vi blev delade i två grupper för guidningen. Vi startade med ett besök i den gamla kyrkan sedan apoteket som var färdigställd 1854. Inredningen är bevarad som Sveriges äldsta apoteksinredning från 1700-talet, apoteket var i bruk fram till 1939.  
 Hospitalet eller allmänna lasarettet hade många patienter, år 1820 var det över 400 st. Det var pigor, drängar, torpare, soldater och änkor med barn. Man trodde att dricka vattnet från brunn var undergörande. Det sägs att 80% av de intagna förbättrades, det kanske berodde på att man fick vila ut från det hårda arbetet. 1982 upphörde lasarettet.  
 Före lunchen fick vi smaka på vattnet från brunnen. Det var mycket järn-rikt i smaken. Nu fortsatte vi mot restaurangen, här serverades en smakrik lunch med viltfärsbiff, kaffe och kaka.  
 Vi samlades i bussen och fortsatte mot Brunneby Musteri. Här var det en butik fylld med olika varor som lockade oss till inköp. Resan fortsatte sedan mot Cloetta fabriken i Ljungsbro, nu blev det att köpa med oss godsaker hem.  
 Åter i bussen för att fortsätta mot hemmet. Per informerade om kommande aktiviteter i form av sommarcaféer och flerdagsresan till Gdansk.  
 Programgruppen tackades för en mycket trevlig och givande endagsresa. Och ett stort tack till chauffören Rolf som framfört bussen på ett tryggt sätt.  
 Researrangör: Agneta Söderman och Birgitta Enzell tillsammans med Kanalbuss och övrig programgrupp.
- Flerdagsresa** En fyradagarsresa gick till Gdansk den 9 - 12 september.  
 32 st förväntansfulla SPF:are reste iväg med målet Stena Line i Karlskrona. Vår guide Hanna berättade om vårt kommande äventyr, Dennie körde bussen.  
 Vi hade rast vid Tindered och Kalmar innan bordning på båten vid kl 20 och middag strax efter.  
 Det blev tidig väckning nästa morgon då vi angjort Gdynia, nu hade vi en solig, varm och spännande dag framför oss.

Hanna berättade om Polens historia, från Hansatiden till nu när Polen är med i EU och har haft en mycket stark utveckling sedan 90-talet.

Nästa anhalt var Malbrok där vi kunde besöka det fina slottet som är med på UNESCO:s världsarvs monument.

Sen bar det iväg med bussen mot Gdansk. Dag 3 vaknade vi till kraftigt förmiddagsregn. Vi shoppade och fikade på förmiddagen, på eftermiddagen hade vi guiden Robert med oss, han berättade mycket om Polens historia.

Gdansk var en Hansastad och exporterade mycket spannmål. Staden är 1028 år, vissa delar till och med från 700-talet.

I mars 1945, bombades Gdansk av sovjeterna, 90% av byggnaderna förstördes. Det vi såg av Gamla stan är rekonstruktioner.

Vi åkte sedan vidare till Sopot, det är en sommarstad som ligger mellan Gdansk och Gdynia. Där bor endast 35 000 invånare men under sommarperioden besöks den av mer än 1 miljoner turister. Vi fick guidning av Robert förbi piren och torget.

Nu var vi i slutet av vårt äventyr och åkte till båten för hemresan. Det blev 4 intressanta och fina dagar med muntert umgänge. Vi tackade Kanalbuss och programgruppen som fixade detta!

Researrangör: Agneta Söderman och Birgitta Enzell tillsammans med Kanalbuss och övrig programgrupp.

#### Vandringar

Den **18 mars** var det 14 personer som gick 5 km vid Fläskbergen. Vi fick lära oss tekniken och nyttan med stavgång. Det var en härlig dag i skogen där fika intogs bland mossor och lavar. Vi gick även upp på utsiktsberget där vi kunde se delar av Krokek, Svinsjön och en skymt av Bråviken.

Vandring den **8 april**. Vandrarna träffades vid Marmorbruket kl. 09:30 och gick runt området och tittade på allt sevärt. Sedan gick vi in i Marmorbruksmuseet och fick en guidning om hur marmorhanteringen gick till förr i tiden. Vi lärde oss om de olika brotten och hur människornas liv präglades av det hårda och farliga livet på Marmorbruket. Guidningen skedde via hembygdsföreningen och kostade 30 kr per person. Avslutades med medhavd fika bland blåsipporna.

Vandring den **6 maj**. Det var 18 st SPF-are som träffades vid Stavsjö gamla värdshus inför en drygt 6 km vandring i varierande terräng.

Vi gick upp till Skiren och gick motsols, leden gick över ett berg och följde sedan sjön. Vi lyssnade efter fåglar som vi kände igen, vi hörde bland andra en lom med det nästan klagande lätet. Vi fikade efter ungefär halva turen, det var lite blåsigt men vi hade fin utsikt över sjön.

När vi vandrat nästan runt hela sjön vek vi av vid skylt Nunnebanan. Vi gick utmed en grusväg, lite asfalt och sedan in på den fina Nunnebanan. Här berättade Inger Heinemark om historien bakom Nunnebanan; En järnväg började byggas i slutet av 1800-talet för att rädda skogen mot barrskogsunnans framfart järnvägen var 18 km lång och trafikerades med ånglok mellan 1901 och 1939.

Vandring **2 september**. Det var 15 pigga vandrare som träffades vid Sjövikskyrkans parkering för en bilresa på 2,5 mil till Fjällmossens nordöstra

del. Innan vi började vår vandring samlade Britt oss för en uppvärmningsgymnastik. Blåbären var mogna och vi passade på att smaka på dem. Inger berättade för oss hur blocken av klapperstenar hade hamnat här. Vid Lilla Göljen blev det fikapaus. Vi blev informerade om Naturvårdsbränning. Inger berättade om hur skogen brinner på ett kontrollerat sätt, vilket ger fördelar för växt- och djurliv.

Det var varierad terräng, några branta stigningar fick forceras. Per tackade Inger, Britt och Anne-Marie för en fint planerad vandring.

Det var 15 medlemmar som samlades vid Sjöviks kyrkans parkering den **7 oktober**. Efter att vi delat upp oss i våra bilar startade vi resan mot Näkna. Det var en omväxlande promenad med stigar och vägar, samt backe upp och backe ned. Vid halvvägs tog vi paus, då smakade det gott med medhavda matsäck. Inger berättade om den speciella mossan med dess uppsugande förmåga och hur den användes till blöjor förr i tiden. Vid platsen där stångjärnshammaren stod en gång i tiden, fick vi mer information om järnmalmens betydelse för trakten. Vid Rödbergets bryt plats tog vi en paus. Här har man arrangerat konserter, akustiken är fantastisk bra.

Efter att vi avslutat vår vandring på 7,8 km tackade Per vandringsgruppen för en vacker och givande promenad.

Vandringen vid Scoutgården den **4 november**. Den här gången var vi 10 SPF-medlemmar som samlades vid Scoutgården. Vädret var helt perfekt även om de flesta hade klätt sig i för varma kläder. Temat för dagen var "Hur förbereder man sig för kris eller krig?" Vi stannade flera gånger utmed vägen och gav varandra många bra tips. Det handlade om bra livsmedel att bunkra, vattenförsörjning och hur vi kan laga mat utan el. Ett konkret exempel blev det när Bosse värmdes glögg på spritköket och delade ut. Det blev uppskattat. När vi nästan var i mål efter 5,5 km berättade Anne-Mari om hur hon redan har förberett sig för eventuell flykt hemifrån. Mycket intressant! Hon delade även ut broschyrer om ämnet.

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

Styrelsen tackar för det fina engagemanget som vandringsgruppen bjudit på, trevliga turer och intressanta teman!

#### Pub-afton

Det ordnades en PUB/öl provning till 24 april på Lilla Gula i Krokek. Det var 27 medlemmar som deltog.

Vid ölprovningen ingick fyra st 10 cl öl. På ett lättfattligt och imponerande sätt förmedlade Magnus hur processen ser ut för att framställa öl. Genom glasfönstren högt upp i lokalen syntes bryggeriets tankar, vars innehåll direkt kunde tappas i glas vid serveringsdisken. Ölen kan endast köpas över disk i restaurangen. Vad gäller öltillverkning förstod vi att temperaturen är en oerhört viktig faktor för att få rätt beska och sötma. Vad som överraskade var att i vissa fall användes inte bara humle för att uppnå beska utan även ris för att få ölen lite lättare och krispigare. Stämningen ökade dock i takt med att ölglasen tömdes och den fantastiskt god maten (kallskuret och Janssons frestelse) fyllde våra

magar.

Avslutningsvis tackade Per programgruppen för att de ordnat med denna mysiga träff. Mätta, nöjda och glada kunde deltagarna med lätta steg vandra hemåt i den kyliga vårkvällen.

Aktivitetsledare: Programgruppen.

#### Oktoberfest

Oktoberfest, den 24 oktober. Vi var 49 förväntansfulla medlemmar som träffades i Scoutgården. Det serverades mingel-öl och snacks medan alla samlades, det blev direkt en hög fin stämning i den fint pyntade lokalen. Hasse och Gustav Eriksson ledde oss genom en ölprovning, vi testade "Svenska kustpärlor" - en provsmakning av sju olika öltyper från bryggerier runt Sveriges kust. De berättade att en öl är inte bara en öl, de redde ut begreppen IPA, APA, Gose mm och sa att dessa stilar skulle vi nu prova oss igenom, många kommer bli överraskade! Vi fick 7 olika öl att provsmaka, 3 personer/burk. Det var svårt att utse en vinnare i testen, alla vann.

Efter ölprovningen serverades middag som bestod av potatissallad, korv, sauerkraut, bröd och smör från Lilla Gula. En öl till maten slank också ner. Kaffe och chokladbit blev en bra avslutning. Sedan fanns en ölbar där Agnetas son Mattias sålde oktoberfest öl till självkostnadspris.

Jimmy Eriksson, trubadur från Krokek, underhöll oss under resten av kvällen. Ibland hade han svårt att överrösta det glada sorlet i lokalen men ofta fick han publiken att sjunga med i låtarna. Det dröjde inte länge förrän dansen var i full gång och Jimmy fick göra många extranummer.

Mats Winell tackade den duktiga programgruppen för den fina festen, han sa att det verkar på festdeltagarna som om vi vill göra om detta nästa år igen.

Aktivitetsledare: Programgruppen.

#### Trivselkväll för Aktivitetsledare

Styrelsen bjöd in alla aktivitetsansvariga till en trivselkväll på träffpunkten Valhall den 26 november, med mat och underhållning.

Föreningens arbete bedrivs med hjälp av ideella krafter såsom aktivitetsledare, cirkelledare och övriga ansvariga. Alla gör ett fantastiskt arbete vilket har medfört att vi idag är en attraktiv förening med många aktiviteter vilket uppmärksammades denna kväll.

Det var 35 medlemmar som deltog.

#### Jullunch

Den 8 december träffades vi i Orrekullagården, se mer information under rubriken månadsmöten.

#### Sommar- utflykter

Två sommarutflykter har lockat många medlemmar.

Sommarutflykt den 29 juni 2025; Efter att vi samlats vid parkeringen och ordnat samåkningen åkte vi till Jägmästargården i vackra Östgöta Landskapet.

Vi var 22 medlemmar som valde bland alla godsakerna som fanns till försäljning i det mysiga caféet. Vi slog oss ner vid borden i trädgården, det var mycket blåsigt men solen höll oss varma.

Bandet som underhöll oss var Haga 49ers. Vi fick lyssna på musik från 60 – 70 talet. Det var många kända låtar som vi väl minns och kunde sjunga med i.

Sommarcafé 2 den 14 augusti. 21 st morgonpigga seniorer åkte mot Gryt och

Kärlekens trädgård denna varma och soliga dag.

Vi fick en mycket intressant guidning genom trädgården av Karola Messner, ägare och konstnär, som tillsammans med sin framlidne make, Jan Gillqvist, började anlägga trädgården 1995. Hon berättade bland annat om sitt och makens brinnande intresse för trädgård och om sitt konstnärskap, i trädgården fanns många av Karolas statyer. Rosenträdgården innehåller ca 1000 rosor av 450 olika sorter. Under perioden maj – juni finns det ca 700 rhododendron som blommar.

Dagen avslutades med lunch på Gryts Skärgårdscafé och ett besök på den närliggande handelsträdgården

Arrangörer: Programgruppen.

## Övrigt

Påsk-,sommars- Styrelsen har skickat ut sedvanliga hälsningar med aktuell information i samband o julhälsning med påsken, sommaren och till julen.

Styrelsemedlemmar har deltagit i:

- |  |  |
|--|--|
| Distriktsstämma                            | Distriktsstämman är högsta organ för distriktet. Stämman hålls en gång per år, före april månads utgång. Motioner kan väckas av medlem eller förening. I år hölls stämman i Motala på Furulid Ekumeniska kyrkan den 9 april. Den arrangerades av SPF Seniorerna Baltzar. Per Adler, Berit Adler, Mats Winell och Bibbi Winell deltog i årets Stämma. Mats Winell står kvar som distriktets webbredaktör.   |
| Ordförande konferens                       | Ordförandekonferens hålls en gång per år. Årets ordförandekonferens hölls den 14-15 oktober på Stiftsgården Vårdnäs. Alla föreningars ordförande bjuds in och årets tema var Inspiration till påverkan. Per Adler och distriktets webbansvarig Mats Winell deltog.   |
| Ordförandeträffar inom Norrköpings-kretsen | Följande föreningar ingår i Kretsen: SPF Seniorerna Bråviken Kolmården, SPF Seniorerna Bråbo, SPF Seniorerna Vikbolandet, SPF Seniorerna Måren i Skärblacka och SPF Seniorerna S:t Olof I Norrköping<br>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 etcetera 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 6 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

Föreningen har genomfört tre utbildningar i HLR under hösten, detta i Lions Club i Kolmårdens regi med Olle Classon som instruktör. Det är 3 x 8 medlemmar som genomgått utbildningen och fått kompetenskort. Mats Winell har varit med på följande webbutbildning: Uppstart digitala coacher 18 september 2025. AI för föreningsarbete den 22 oktober. Mats Winell har utfört heldagskurs för webbredaktörer den 24 oktober i Linköping. Birgitta Enzell, Britt Marie Hagander och Annika Skandevall har genomgått Vuxenskolas utbildning för ledare inför målarciirkeln.

Konferenser,  
seminarium mm

Per Adler deltog i ett seminarium i Ledarskap i förening den 15 april. Deltagare i seminariet var ordföranden från några föreningar i distriktet. Distriktsordföranden Annika Rannström höll i seminariet.

Per Adler och Berit Adler har också deltagit i en seniordag i galleria Linden, Norrköping under benämningen "Fritids Miljonären" den 26 mars. SPF S:t Olof och SPF Bråviken hade tillsammans ett torgstånd och lämnade information om våra verksamheter. Flera företag och föreningar deltog med föreläsningar.

Per Adler och Berit Adler deltog på Kolmårdsdagen - Kolmården i framtiden den 30 mars på Vildmarkshotellet i Kolmården. Det var öppet hus där företag och organisationer berättade om sina planer. SPF Bråviken hade en monter med diverse broschyrer och material. En marknadsföring av vår egen förening.

Per Adler har deltagit i flertal träffar angående Träffpunktens framtid i Kolmården. Vid dessa träffar deltog även representanter från Kolab (Kolmårdens utvecklings AB), Pro, Kyrkan och hembygdsföreningen. Syftet är att

- Stärka kontakter mellan personer i olika åldersgrupper och därigenom stävja segregationen mellan dessa
- attrahera nya målgrupper till träffpunkten
- utveckla aktiviteter på träffpunkten som är tillgängliga, intressanta och anpassade till olika åldersgrupper

KPR

Vår KPR-representant, Berit Adler, har Deltagit i fyra sammanträden för beredningsutskottet i KPR samt fyra sammanträden i KPR under året. Ingått i arbetsgrupp för planering och genomförande av KPR seminarium Tema "Äldres hälsa och gemenskap-vägar till ett aktivt liv" där bland annat representanter från Kolab medverkat som föreläsare. Har informerat om resultat av Hemtjänst Index 2024 på KPR sammanträde samt gjort skrivelse till KPR angående behov av kollektiv olycksfallsförsäkring för boende i särskilt boende.

Även informerat om resultat av Hemtjänst Index 2024 på månadsmöte.  
 Varit på medlemsmöte hos SPF St Olof för att informera om Hemtjänst Index och om KPR uppdrag och arbetssätt.  
 Vid två tillfällen deltagit i träff med kretsens ordförande och KPR-representant.  
 Varit på KPR Forum i Linköping  
 Deltagit i seniordagen "Fritids Miljonären" i galleria Linden tillsammans med SPF St Olof.  
 Deltagit i konferens gällande konsumentfrågor tillsammans med SKPF och PRO.  
 Medverkat i planering och genomförande av nätverket Liv hela livets seminarium med rubriken "När kroppen och knoppen sviker"  
 Tillsammans med övriga pensionärsorganisationer deltagit i äldreomsorgens workshop med temat "Framtidens äldreomsorg"  
 Ingår i referensgruppen för utveckling av äldreomsorgens träffpunkter.

I KPR forum (kommunala pensionärsrådet) har Per Adler och Berit Adler från SPF Bråviken samt distriktets webbansvarig Mats Winell deltagit den 7/11.

Per Adler och Berit Adler deltog i ett öppet seminarium den 27 mars i Rosenhuset Norrköping. Seminariet var anordnat genom KPR Norrköping. Ett mycket välbesökt möte där personer från kommunen, Smartoteket, Byggnations representanter från Kolmården och Kvarsebo deltog.

SV

Den 17 juni hade Per Adler, Britt-Marie Hagander, Annmari Johansson, Mats Winell, Lars Bjurman, Kerstin Blom, Inger Heinemark, Agneta Söderman och Lena Nicander möte med vår nya kontaktperson på SV, Studieförbundet Vuxenskolan, Ann-Sofie Alexander. Syftet med mötet var att vi skulle lära känna Ann-Sofie och att gå igenom höstens program.  
 SV vill stötta vår förening i vårt planeringsarbete för livslångt lärande och bidra till en korrekt inrapportering, detta kan generera ett visst ekonomiskt stöd till vår förening. Vår redovisning har varit uppskattad av SV.  
 Planerna för vårens aktiviteter 2026 gicks igenom via Zoom med del av styrelsen och Ann-Sofie Alexander från SV, den 17 december.

Informationsträff för nya medlemmar

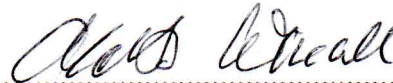
Styrelsen träffade 6 st nya medlemmar i vår lokal Annexet Sjövikskyrkan den 23 april. Syftet var att presentera vilka vi är och vilken verksamhet vi bedriver samt inte minst få ta del av de nya medlemmarnas förväntningar som medlemmar i vår förening.  
 Ordförande Per Adler informerade om vår förenings olika aktiviteter som lockat många nya medlemmar under året. De närvarande styrelsemedlemmarna presenterade sig med sina olika funktioner. De nya medlemmarna presenterade 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 om hemsidans uppbyggnad gicks igenom.  
 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 avslappnad samvaro i gruppen. Per tackade alla och hoppades på ett snart återseende  
Styrelseledamöter som deltog: Per Adler, Mats Winell, Agneta Söderberg, Birgitta Enzell, Annmari Johansson och Gunnel Viberg.

**Kolmården den 8 januari 2026**



Per Adler, ordförande



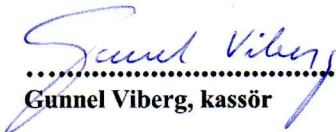
Mats Winell, vice ordförande



Marie-Louise Westerberg, sekreterare



Annmari Johansson, sekreterare



Gunnel Viberg, kassör



Agneta Söderman



Birgitta Enzell