



Flensbygden
Flen

ÅRSMÖTE 2026-02-11



Välkomna till Årsmötet!

Program för årsmötet:

- Ordförande Monica Falk hälsar välkommen
- Parentation med Ann-Britt Andersson
- Årsmötesförhandlingar
- Information
- Underhållning med Mirasoa Makalebo
- Samvaro med fika



ÅRSMÖTE 2026-02-11 kl 14.00

Plats: Centrumkyrkan (Kyrksalen/10:an)

Förslag till dagordning:

- § 01 Årsmötets öppnande
- § 02 Val av ordförande samt sekreterare för mötet
- § 03 Val av protokolljusterare tillika rösträknare
- § 04 Fastställande av dagordning
- § 05 Årsmötets behöriga utlysande
- § 06 Verksamhetsberättelse med redovisningshandlingar
Verksamhetsplan
- § 07 Revisionsberättelse och fastställande av balansräkning
- § 08 Ansvarsfrihet för verksamhetsåret
- § 09 Beslut om budget och verksamhet för kommande år
- § 10 Fastställande av medlemsavgift för 2027, 350 kr
- § 11 Fastställande av vänmedlemsavgift för 2027, 120 kr
- § 12 Motioner
- § 13 Val av föreningsordförande
- § 14 Val av styrelsemedlemmar
- § 15 Val av revisorer och ersättare
- § 16 Val av ombud och ersättare till distriktsstämman
- § 17 Val av ledamot och ersättare i distriktets valberedning
- § 18 Val av representanter till KPR
- § 19 Val av ledamöter i valberedningen
- § 20 Mötet avslutas

Inkommen motion

2024-02-06

Motioner till SPF: s årsmöte.

1

I Flen finns två stora pensionärsföreningar med varsitt kansli och lokaler de betalar hyra till. I vissa sammanhang är dessutom lokalerna för små för olika aktiviteter. Det finns behov av ett förenings- och kulturhus i Flen och då tänker jag på Amazon. Byggnaden har vissa behov av renovering som t ex avlopp och kök. Men det finns potential i huset.

Förslag:

- Arbeta för gemensamt kansli för SPF och PRO.
- Arbeta för ett gemensamt förenings- och kulturhus i Amazon.
- Kontakta andra föreningar, studieförbund och andra som vill ha lokaler i huset.
- Be kommunen/FKAB att göra en besiktning för att ta reda på vad som behöver åtgärdas.
- Påverka politiker/FKAB att behålla huset som ett förenings- och kulturhus i Flen.
- Undersök möjligheterna till ett gemensamt ägande av huset tillsammans med andra föreningar och studieförbund (det finns vissa medel på Boverket för renovering)..

2.

Flygtrafiken i världen är en stor miljöbov och står för en hel del utsläpp. SPF anordnar många bra resor för medlemmar i föreningen varav de längre tyvärr är med flyg. Tekniken har inte kommit så långt vad det gäller andra mer miljövänliga flyg- eller bussresor. Tågresor tar längre tid men är att föredra och pensionärer har tid mer än de som arbetar. Dessutom ska alla transportslag vara tillgängliga för människor med varierande funktion.

Förslag:

- Ta fram fler resor med miljövänliga transporter som t ex tåg.
- Påverka SPF Sverige att de ska påverka researrangörer att använda fler miljövänliga resealternativ.
- Ta fram en policy för miljövänliga resor.

Flen som ovan

Anne Sjöberg

Styrelsen svar på motioner till årsmötet

Motion 1

Motionären önskar att SPF Flensbygden aktivt ska verka för att Amazonhuset blir kvar för att kunna samnyttjas av olika föreningar i Flen.

Styrelsens svar

Motionen avslås då detta arbete redan pågår.

Motion 2

Motionären önskar

- att föreningen resor i högre grad ska ske mer miljövänligt, tex. tåg.
- Att SPF:s förbund ska påverka researrangörer att använda fler miljövänliga resealternativ.
- Ta fram en policy för miljövänliga resor.

Styrelsens svar

Styrelsen avslår motionen med följande motiveringar.

Det finns en stor efterfrågan på resor i såväl närområdet som till andra länder.

1. I närområdet skulle resor med tåg i stället för buss starkt begränsa utbudet då sevärdheter ofta ligger långt ifrån tågstationer. Generellt skulle det också starkt begränsa deltagandet för de som är rörelsehindrade eller inte orkar med långa förflyttningar. Det skulle också innebära att den samlade information och guidning som kan ges i en buss inte skulle vara möjlig och att den viktiga känslan av gemenskap som uppstår i en buss skulle vara svår att få till.
2. När det gäller utlandsresor är motiveringen den samma som ovan. Att styra om våra utlandsresor från flyg till tåg skulle innebära att en stor grupp av våra medlemmar inte skulle kunna delta vilket skulle kunna upplevas åldersdiskriminerande.
3. När det gäller förbundet är svaret det samma som ovan.
4. Avseende policy för miljövänliga har vi redan i dag en policy att samåkning gäller och i övrigt se ovan.

Även om motionen avslås tackar vi för motionärens inspel som leder till eftertanke i en viktig fråga.

Verksamhetsberättelse

för SPF Seniorerna Flensbygden 2025.

När vi ser tillbaka på året som gått är det lätt att bli imponerad över alla aktiviteter som SPF Seniorerna Flensbygden har erbjudit. Med stort engagemang har våra ideella medlemmar inom olika ansvarsområden sett till att vi har haft ett stort utbud av aktiviteter att delta i.

Genom bidrag från Socialstyrelsen, för att minska den ofrivilliga ensamheten, har vi också haft möjlighet att bjuda in kommunens seniorer till uppskattade evenemang.

Kommunikation

Att nå ut med information är en utmaning för alla organisationer. Kommunikationen till våra medlemmar har skett på flera olika sätt. Alla medlemmar har erhållit vårt programhäfte, nyheter och reportage har samtliga lagts in på vår hemsida, delats i vår app och på Facebook.

Nyheter i form av veckobrev har även mejlats till alla medlemmar som har anmält e-postadress. Aktiviteterna har också annonserats på vår anslagstavla och i Studieförbundet Vuxenskolas fönster. Vårt utbud av resor har även funnits i reseparmen i vår lokal. Vi har även uppmärksammats i kommunens tidning Glimten.

Aktiviteter

Förutom de som aviserats i programhäftet har vi även inbjudit till andra arrangemang. För andra året i rad var SPF Flensbygden medarrangör vid Rollatorrallyt som hölls den 15 september i samband med Flens Hälsovecka. Årets rally hade drygt 60 startande deltagare som gick en promenad genom Sveaparken. Efter genomfört lopp stannade de flesta i väntan på prisutdelning och trevligt umgänge där bland annat många minnen från Flen dryftades. SPF Flensbygden bidrog även med priser i form av presentkort på ICA, bekostade genom bidraget från Socialstyrelsen, gåvor från Sörmlands Sparbank samt från Roxy Café.

När höstmörkret kom över oss bjöd vi in till tre nya mycket lyckade arrangemang, ett för enbart damer ”Bubbel & Babbel” där det bjöds på snittar och bubbel och visning av skönhetsprodukter och sång. Herrarna i sin tur bjöds på Gubbröra och ölprovning. Innan dess bjöd vi in till Oktoberfest på Amazon, delvis finansierat av medel från Socialstyrelsen, där underhållningen kanske kan ses som årets höjdpunkt.

När det gäller medlen från Socialstyrelsen har vi riktat oss till alla seniorer oavsett om de har varit medlemmar i SPF eller inte. Vi har även skänkt en konsert med Mirasoa Makalebo till SPF Seniorerna Malmabygden i samband med deras 40-årsfirande. Vi har under året bjudit in till 10 månadsmöten och 12 andra träffar med underhållning. Under året avslutade vi det 3-åriga Arvsfondsprojektet Säker@Digitalt som vi har drivit i samverkan med PRO och RPG.

Resor

Det gångna året inplanerades nio resor, varav två fick ställas in på grund av för litet intresse. De resor som genomfördes blev dock snabbt fullbokade. Som vanligt har vi delat resorna med SPF Seniorerna Malmabygden. Vi har försökt bjuda på ett varierat reseprogram.
(forts. nästa sida)

(forts. resor)

Vi har besökt slott, museum, lyssnat på musik, varit på revy och avslutade årets resor med julbordskryssningen till Åland. Landskapsresan byttes i år ut mot Åland som visade sig vara ett lyckokast. Mycket nöjda resenärer som tyckte att Åland är fantastiskt.

Utlandsresan gick i år till Normandie där vi fick åtnjuta vacker natur, god mat samt känna historiens vingslag bland annat från landstigningen i Normandie 1944. Resesamordnarna tackar för visat intresse och hoppas på ett fint reseår 2026.

Hälsa

Med hälsan i fokus har vi erbjudit tävlingar i golf och boule där vi även har arrangerat distriktsmästerskapen. Vi har fortsatt med gymna och yoga i våra lokaler och har arrangerat promenader. Vi prövade också på att erbjuda gåfotboll, där intresset kunde ha varit större. Vi har även erbjudit mat- och bokcirklar.

Påverkan

Vi har under året fortsatt vara mycket aktiva i det kommunala pensionärsrådet.

Medlemsantalet var såväl vid årets början som vid årets slut 446. 13 medlemmar har avlidit under året.

Ett stort tack riktas till alla ideella krafter som gör vår verksamhet möjlig.



Verksamhetsplan

för SPF Seniorerna Flensbygden 2026

Mål och strategier för SPF Seniorerna Flensbygden 2026 – 2029

Målen är tagna från förbundets mål och nedbrutna på lokal nivå.

1. SPF Seniorerna Flensbygden ska vara en stark och inkluderande organisation där alla seniorer känner sig välkomna, delaktiga och behövda. Man ska ges möjlighet att bidra utifrån sina resurser och intressen samt uppmuntras till engagemang och ansvarstagande på alla nivåer.
2. På lokal nivå ska vi vara seniorernas röst i samhället och särskilt arbeta för en tillgänglig, jämlik och individanpassad hälso- och sjukvård och omsorg. Vi ska söka samarbetspartner i strategiskt viktiga frågor.
3. Vi ska vidta konkreta åtgärder för att motverka ofrivillig ensamhet och ålderism. Däri ingår också att stärka den digitala kompetensen.
4. För att bli en stark organisation som blir lyssnad på behöver vi växa och ständigt arbeta för att rekrytera nya medlemmar. Vi ska erbjuda engagerande aktiviteter som speglar olika seniorers intressen och behov.
5. Vi ska vara synliga och visa att vi är en organisation att räkna med.

Aktiviteter

Våra aktiviteter framgår av vårt programhäfte som också finns tillgängligt på vår hemsida och i SPF-appen. Till det kommer vi att komplettera med så kallade pop-up aktiviteter som kommer att annonseras vartefter idéer och förslag dyker upp.



Mars 2026 – Februari 2027



Lokal 10:an: Götgatan 10, Flen

E-post: flensbygden@spfseniorerna.se

Hemsida: www.spfseniorerna.se/flensbygden

Facebook: [Spf Seniorerna Flensbygden](https://www.facebook.com/SpfSeniorernaFlensbygden)

SPF:s App: [Spfseniorerna](#)



Bankgiro 232-4861
Swish 123 320 70 08

Årsbokslut för 2025

RESULTATRÄKNING		2024	2 025
Intäkter	Medlemsavgifter	55 710	52 560
	Kommunalt bidrag	36 627	36 550
	Övriga bidrag	25 130	54 460
	Kaffe, mat	35 340	33 162
	Annonsintäkter	9 500	14 500
	Ränteintäkter	2 545	1 615
	Övriga intäkter	23 241	23 960
Summa intäkter		188 367	216 806
Kostnader	Lokalkostnader	69 600	69 850
	Årsmöte, kaffe, mat	11 976	15 177
	Underhållning	39 861	24 217
	Administration	18 311	36 290
	Övriga kostnader	50 085	55 266
Summa kostnader		189 834	200 800
Årets vinst		1 078	16 006
BALANSRÄKNING			
Tillgångar	Kontantkassa	1 343	2 393
	Bankkonto	15 070	23 856
	Fasträntekonto	90 000	100 000
	Förutbetalad kostnad	5 647	2 927
	Förutbetalad hyra	17 400	17 400
Summa tillgångar		129 459	146 576
Skulder	Upplupen kostnad	10 036	11 147
	Eget kapital	118 345	119 423
	Årets resultat	1 078	16 006
Summa skulder och eget kapital		129 459	146 576

Budget för 2026

Intäkter	Utfall 2025	Budget 2026
Fika/entréavgifter 10:an	33 162	34 000
Intäkter från lotteri	8 650	9 000
Annonsintäkter	14 500	14 500
Försäkringsprovision	320	300
Intäkter från arrangemang	12 293	12 000
Medlemsavgifter	52 560	54 000
Erhållna kommunala bidrag	36 550	38 000
Övriga erhållna bidrag	54 460	5 000
Intäkter Matglädje	2 695	2 700
Ränta	1 615	2 000
	216 805	171 500

Kostnader

Underhållning	24 217	27 000
Uppmuntran till funktionärer	8 119	9 000
Kostnad för fika, sill, Matglädje mm	17 849	18 000
Kostnad för lotteri	5 793	6 000
Kostnad för externa arrangemang, (hyra t ex)	800	800
Kostnad som betalats med Socialstyrelsemedel	46 000	0
Lokalhyra	69 300	69 000
Städning och renhållning	550	600
Programvaror	2 161	2 400
Reskostnader	3 768	4 000
Kontorsmaterial	4 515	3 500
Trycksaker	7 125	7 500
Porto	2 943	3 000
Bankkostnader	2 396	2 500
Övriga kostnader *)	5 263	32 500
	200 799	185 800

Rörelseresultat **16 006** **-14 300**

*) I budget Ingår 15.000 för inköp ny TV

Valberedningens förslag till funktionärer för 2026

Ordförande:

Monica Falk, omval 1 år

Styrelseledamöter:

Inger Handberg, omval 1 år

Boris Ottosson, omval 2 år

Mari-Louise Encke, nyval 2 år

Per-Olov Ottosson, nyval 2 år

Rodney Bennett, nyval 2 år

Ove Fredriksson, nyval 2 år

(Kvarstår Ann-Britt Andersson, Lisa Olson)

Revisorer på 1 år:

Ordinarie: Christer Uddin (sammankallande), Eva Persdotter

Suppleant: Sten Uddin

KPR på 1 år:

Ordinarie: Monica Falk, Lars Falk

Suppleant: Gun Holmqvist

Ombud till distriktsstämman:

Monica Falk

Övriga utses av styrelsen.

Ledamot i distriktets valberedning på 1 år:

Tage Persson

