



Flensbygden
Flen

ÅRSMÖTE 2025-02-12



Välkomna till Årsmötet!

Program för årsmötet:

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

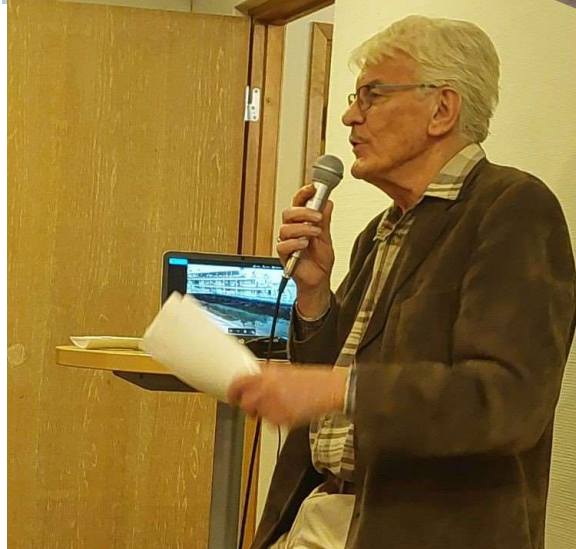


ÅRSMÖTE 2025-02-12 kl 14.00

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 2026, 330kr
- § 11 Fastställande av vänmedlemsavgift för 2026, 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



Verksamhetsberättelse

för SPF Seniorerna Flensbygden 2024.

Vi i SPF Seniorerna Flensbygden kunde under 2024 erbjuda en mängd olika aktiviteter för våra medlemmar och kanske var 2024 det mest innehållsrika året i vår drygt fyrtioåriga historia! Glädjande är också att det har kommit förslag om nya aktiviteter från medlemmar som också har tagit på sig ansvaret för genomförandet. Att vi kan göra allt vi gör beror på att vi har så många fantastiska medlemmar som jobbar helt ideellt. Stort TACK till alla!

Sociala aktiviteter

Möten: Vi genomförde under året totalt tio månadsmöten med fika och lotterier samt ett årsmöte. Dessutom olika former av föredrag och musikunderhållning, trubaduraftnar, besök av Seniorshop, påskbuffé med dans och grötlunch till jul. Även i år kom förväntansfulla elever från Ålidensskolan och lussade för oss. Vid alla dessa tillfällen fixade servicegruppen fika, smörgåsar och kakor till oss.

Studiecirklar: Under året har tio studiecirklar genomförts. *Matglädje* som startade hösten 2023 fortsatte under vår och höst 2024, *Novisen vid spisen* – en matlagningscirkel för herrar, *Bokcirkel*, *Läs och Res* inför resan till Höga kusten, Balans och styrka, två cirklar med *Sensing Yoga*, två cirklar genom projektet *Säker@Digitalt*. Vi har också erbjudit *Fredagar med Yvonne* under våren och samlingar med olika typer av sällskapsspel. Vi har under året rapporterat 25 kulturarrangemang till Studieförbundet Vuxenskolan som är vår samarbetspartner.

Resor

Under året genomfördes tolv resor av varierande slag i samarbete med SPF Seniorerna Malmabygden. Det har varit musikalresor, slottsbesök, museer, kryssning till Åland, landskapsresa till Höga kusten och utlandsresa till Schweiz med bland annat en åktur med Glaciärexpressen och en tur in i Lichtenstein. Vår landskapsresa gick till Höga kusten med återblick på händelserna i Ådalen 1931. Intresset för resorna har varit större än tidigare och flera resor har varit fulltecknade. Resorna har varit mycket uppskattade vilket till stor del kan tillskrivas mycket skickliga guider.

Hälsa

Under hela året har vi erbjudit rörelseaktiviteter på måndagar under rubriken Balans och styrka (28 gånger i vår lokal på Götgatan 10). Vi har deltagit i ett forskningsprojekt – Fallfitness – i regi av FoU Sörmland och Mälardalens Universitet och Högskolan Dalarna. Under SPF Seniorernas nationella hälsovecka genomfördes en tipspromenad runt Hammarvallen. Under Flens kommuns hälsovecka arrangerade vi tillsammans med Flens kommun och övriga seniorföreningar ett Rollatorrace i Sveaparken. Det var mycket uppskattat och planer finns för ett årligt arrangemang.

I samarbete med Flens Golfklubb arrangerade vi SPF-golfen där även SPF Malmabygden deltog med representanter. Flera medlemmar deltog i distriktsmästerskapet och även i förbundsmästerskapet.

En nybörjargrupp i boule startade under våren. Vi arrangerade distriktsmästerskapet i samarbete med Flens Bouleförening och tre medlemmar deltog i förbunds-mästerskapet.

Kommunikation

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 även annonserats på vår anslagstavla och i Studieförbundet Vuxenskolas fönster. Vårt utbud av resor har även funnits i reseparmen i vår lokal.

Rekrytering

Vi har som idé att medlemmar som tycker att vår verksamhet är bra är våra bästa ambassadörer. Vi uppmanade därför under hösten våra medlemmar att rekrytera en vän mot att man, förutom förbundets Sverigelott, även fick ett presentkort på fika hos Flens Tobakscentrum. Det var framgångsrikt och vi fick på detta sätt 38 nya medlemmar inklusive 5 vänmedlemmar.

Påverkan

Vårt påverkansarbete sker i huvudsak i Kommunala Pensionärsrådet (KPR). Vi har tre representanter i rådet varav en också sitter i presidiet. Vi är drivande i många frågor och bidrar i hög grad till att rådet är aktivt. Bland annat har vi informerat om värdet för kommunen att ta del av SPF Seniorernas kvalitetsindex för Sveriges kommuner avseende hemtjänsten.

Vi var delarrangörer i det mycket uppskattade arrangemanget Flera Friska År på Amazon i mars samt även dans för seniorer på Amazon.

I samarbete med övriga seniororganisationer i centralorten har vi inom ramen för projektet Säker@digitalt, fortsatt att skapa mötesplatser i syfte att ge ovana användare av digitala hjälpmedel kunskap och trygghet.

För att få kunskap och information har vi deltagit i många aktiviteter som anordnas av vårt distriktsförbund samt även digitala föreläsningar från förbundet.

Ekonomi

Ekonomi är god på grund av varsam hantering av intäkter och utgifter. Intäkterna består i huvudsak av utbetalning av del av medlemsavgifterna från förbundet, bidrag från kommunen, intäkter från inträde och lotterier samt annonsering i vårt programhäfte. De stora utgiftsposterna är hyran av våra lokaler, inköp till fika och lotterier samt arvoden till underhållare. Se årsbokslutet.

Medlemmar

Antalet medlemmar var vid årets början 430 och vid årets slut 446. 21 medlemmar har avlidit under året.

Verksamhetsplan för SPF Seniorerna Flensbygden 2025

Vår verksamhetsplan är vårt programhäfte

Flensbygden Flen **Program**

Mars 2025 – Februari 2026



Lokal 10:an; Götgatan 10, Flen

E-post: flensbygden@spfseniorerna.se

Hemsida: www.spfseniorerna.se/flensbygden

Facebook: [Spf Seniorerna Flensbygden](#)

SPF:s App: [Spfseniorerna](#)



Bankgiro 232-4861

Swish 123 320 70 08

Årsboks slut för 2024

<u>RESULTATRÄKNING</u>		<u>2023</u>	<u>2 024</u>
Intäkter	Medlemsavgifter	51 780	55 710
	Kommunalt bidrag	35 844	36 627
	Övriga bidrag	20 954	25 130
	Kaffe, mat	35 340	35 614
	Annonsintäkter	9 500	9 500
	Ränteintäkter	872	2 545
	Övriga intäkter	25 586	23 241
Summa intäkter		179 876	188 367
Kostnader	Lokalkostnader	71 369	69 600
	Årsmöte, kaffe, mat	32 912	11 976
	Underhållning	11 473	39 861
	Administration	11 973	18 311
	Övriga kostnader	25 031	50 085
Summa kostnader		152 758	189 834
Årets vinst		27 118	1 078
 <u>BALANSRÄKNING</u>			
Tillgångar	Kontantkassa	2 069	1 343
	Bankkonto	55 486	15 070
	Fasträntekonto	50 000	90 000
	Förutbetalad kostnad	8 448	5 647
	Förutbetalad hyra	17 400	17 400
Summa tillgångar		133 402	129 459
Skulder	Upplupen kostnad	15 057	10 036
	Eget kapital	91 227	118 345
	Årets resultat	27 118	1 078
Summa skulder och eget kapital		133 402	129 459

Budget för 2025

	Utfall 2024	Budget 2025
Intäkter		
Fika/Entré Tian	35 614	37 000
Intäkter från lotteri	8 627	9 000
Annonsintäkter	9 500	14 000
Försäkringsprovision	570	600
Intäkter från arrangemang, typ pubafton, externt	6 600	2 000
Medlemsavgifter	55 710	56 000
Erhållna kommunala bidrag	36 627	36 550
Statliga bidrag (administreras av SV)	15 130	10 000
Intäkt från Matglädje	4 481	3 000
Övriga erhållna bidrag	10 000	5 000
Ränta	2 545	2 000
Övriga intäkter	5 508	2 000
	190 912	177 150
Kostnader		
Underhållning, (både A-skattare och F-skattare)	-39 861	-35 000
Uppmuntran till underhållare (blommor, choklad mm)	-1 300	-1 500
Uppmuntran till funktionärer	-10 863	-5 000
Kostnad för fika, sillunch, Matglädje mm på Tian	-16 380	-19 000
Kostnad för lotteri	-5 742	-6 500
Kostnader för externa arrangemang, (pubafton)	-8 971	-10 000
Lokalhyra	-69 600	-70 000
Städning och renhållning	0	-1 000
Förbrukningsinventarier	-199	-1 000
Övrigt förbrukningsmaterial	0	-500
Annonsering	-436	0
Prenumeration Senioren	-199	-200
Representation, födesldagar mm mm	-1 140	-1 000
Kontorsmaterial	-4 931	-4 000
Tryckning av programblad och övriga trycksaker	-6 836	-9 000
Porto	-4 261	-5 000
Bankkostnader, exvis swish	-2 283	-2 500
Övriga kostnader	-16 831	-3 000
	-189 834	-174 200
Rörelseresultat	1 078	2 950

Valberedningens förslag till funktionärer för 2025

Ordförande:

Monica Falk, omval 1 år

Styrelseledamöter:

Ann-Britt Andersson, omval 2 år

Lisa Olson, omval 2 år

Frank Justesen, nyval 2 år

Christer Holm, nyval 2 år

(Kvarstår Inger Handberg, Britt Rydell, Maria Myrberg, Boris Ottosson)

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

