

ÅRSMÖTESEXTRA 2020



Här är dina handlingar
till Grindslantens årsmöte
och månadsmöte
på S:t Larsgården den
3 FEBRUARI 2020 kl 13.30.
Kom med!



Vid 1980-talets början hade Tunasol, den första SPF-föreningen i Sollentuna, fått så många medlemmar att lokalfrågan blev besvärlig. Tunasol beslöt då starta en ny förening för den norra kommundelen och måndagen den 21 maj 1984 höll Grindslantens sitt första månadsmöte i Sollentunagården, kyrkans dåvarande församlingshem, senare ersatt av S:t Larsgården. Man antog namnet Grindslantens inspirerad av att samlingshallen pryddes av en reproduktion av August Malmströms berömda oljemålning, tillkommen 1885 i Rotebro, där konstnären var sommarboende.

SPF Seniorerna Grindslantens Sollentuna

Postadress: c/o Kerstin Löfgren, Kung Hans väg 173 A, 192 68 Sollentuna

E-postadress: spfgrindslantens@gmail.com

Hemsida: www.spfseniorena.se/grindslantens

PlusGiro: 73 72 10-5 **Orgnr:** 8024104229

Medlemsavgift 2019: Medlem 300 kr, vänmedlem 50 kr

Ansvarig utgivare för medlemstidningen: K-G Holmgren

Olle Sandberg har gått bort

Det är med största sorg vi mottog beskedet att Olle Sandberg, vår vice ordförande, för gott somnade in natten mellan onsdag och torsdag den 11 till 12 december.

Våra tankar går till dig Birgitta samt till alla era närstående.

För Grindslantens medlemmar

K-G Holmgren

Ordförande



Ordföranden har ordet

Något att tänka på inför årsmötet den 3 februari 2020

Kära medlemmar,

Vår verksamhet i Grindslanten fungerar mycket bra på alla plan. Vi trivs tillsammans och alla funktionärer gör ett strålande kamratjobb. Både för att de tycker det är trevligt att vara aktiva, och ha en syssla i föreningen, men också för att ge service och göra det trivsamt för alla oss medlemmar. Och så vill vi att det ska fortsätta!

Emellertid uppstår ibland en och annan jobbspot i en verksamhet. Så är det just nu i vårt valberedningsarbete.

I detta utskick, innehållande handlingarna till årsmötet, ser du att valberedningens underlag visar ett antal vakanser.

Sedan i somras har t ex arbetet pågått för att hitta den person som tar över stafettpinnen efter mig. Ännu inget riktigt napp. Jag tror mig emellertid veta att Du finns som vill ta stafettpinnen och med starkt stöd av mig leda Grindslantens verksamhet.

Lite vill jag ”tona ner” uppdraget som ordförande. Visst har jag befunnit mig på många spelplaner men det är inte ett måste för dig som tar över att vara på alla dem. Jag kopierar in en uppställning jag gjort åt valberedningen och markerar de uppgifter som är nödvändiga att ta hand om. De strukna kan gärna hanteras på annat sätt.

Vara ordförande på styrelsemötena
Leda föreningens planeringsmöte varje år
Hålla i våra månadsmöten
~~Delta t ex i redaktionskommittén~~
Skriva ”Ledaren” i medlemstidningen
~~Vara aktiv på föreningens årliga funktionärsresa~~
~~Vara aktiv på förbundets kongresser vart tredje år~~
~~Vara aktiv på distriktets årliga stämma~~
Delta på distriktets ordförandekonferens vår resp höst
~~Delta på distriktets glöggmingel~~
~~Vara aktiv på NV-mötena 5-6 ggr per år~~

Samverka med andra föreningar

Vara aktiv på KPR fyra ggr per år som leds av ordförande i VoN

Möta tjänstemännen inom VoK

Besöka kommunfullmäktiges möten kommunhuset

Vara aktiv i Äldrerådet

Vara aktiv i minst en arbetsgrupp i Äldrerådet

Ha kontakt med lokala media

Rent allmänt representera föreningen internt och externt

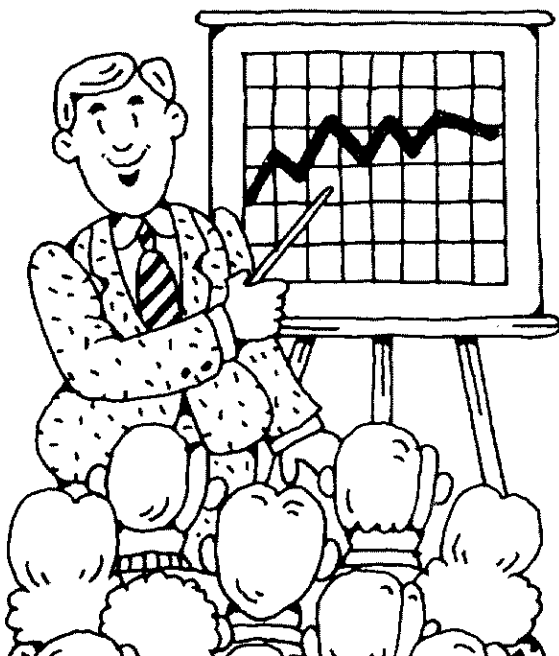
Som du ser finns det sju områden som jag inte stryker men hela tolv stycken som jag stryker.

Vi har nu knappt två månader fram till årsmötet och medlemmarnas förhoppning är att Du som vill leda detta trevliga gäng hör av dig till Birgitta Sandberg i valberedningen eller mejlar till spfgrindslanten@gmail.com.

SPF Seniorernas Stockholmsdistrikt och Studieförbundet Vuxenskolan står till förfogande då det gäller utbildning till alla de befattningar som finns i varje SPF-styrelse.

God Jul & Gott Nytt År!

K-G Holmgren



Agenda för SPF Grindslantens årsmöte 3 februari

Plats: S:t Larsgården vid Sollentuna kyrka.

Tid: Kl 13.30

Innan vi börjar årsmötesförhandlingarna kommer vi få en föreläsning på temat Ansgar – Nordens apostel med författaren Ivar Lundgren.

Men vi börjar som vanligt med att pratas vid, köpa lotter, dricka kaffe och äta goda bullar och kakor. Därefter sedvanliga årsmötesförhandlingar.

Föredragningslista

- §1. Årsmötet öppnas
- §2. Val av mötespresidium
 - a) ordförande för årsmötet
 - b) sekreterare för årsmötet
 - c) två justeringsmän tillika rösträknare
- §3. Fråga om mötets stadgeenliga utlysning
- §4. Fastställande av agenda
- §5. Styrelsens verksamhetsberättelse, fastställande av resultat- och balansräkning samt revisorernas berättelse
- §6. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen
- §7. Fastställande av kostnadsersättning för styrelsen
- §8. Motioner (skall vara inlämnade till styrelsen senast fyra veckor före årsmötet)
- §9. Eventuella förslag från förbundet, distriktet och SPF Grindslantens styrelse
- §10. Förslag till budget
- §11. Förslag till årsavgift för medlemmar och vänmedlemmar för år 2020
- §12. Fastställande av antalet styrelseledamöter
- §13. Val av ordförande för 1 år
- §14. Val av övriga styrelseledamöter för 2 år
- §15. Val av revisorer och suppleant för 2 år
- §16. Val av ombud till distriktsstämman jämte ersättare
- §17. Val av ordinarie ledamot och ersättare i Kommunala pensionärsrådet (KPR)
- §18. Beslut om antalet medlemmar i valberedningen
- §19. Val av ledamöter i valberedningen för 2 år
- §20. Övriga frågor

Valberedningens förslag

Presidium för årsmötet

Som *ordförande* föreslås
Som *sekreterare* föreslås Elisabeth Bergendal Stenberg

Val av justeringsmän tillika rösträknare

Utses av stämman
Utses av stämman

Val av ledamöter till styrelsen

Ordförande för år 2020

(Efter K-G Holmgren)Nyval

Styrelseledamöter för åren 2020–2021

Marta AhlbergOmval
Kerstin LöfgrenOmval
(Efter Olle Sandberg).....Nyval

Följande ledamöter valdes vid årsmötet år 2019 för åren 2019–2020

och kvarstår således i styrelsen under år 2020:

Uno Berglund
Elisabeth Bergendal Stenberg
Bernt Andersson.

Övriga val

Val av revisorer:

Lennart FriskOmval
Anders WestlingOmval
Siv Ekman (suppleant)Omval

Val av ombud till SPF Seniorernas distriktsstämma

(Antal personer som har rösträtt bestäms i kallelsen till stämman)

(Efter K-G Holmgren) Nyval (ordinarie)
(Efter Olle Sandberg)Nyval (ersättare)

Val av representanter i Kommunala pensionärsrådet (KPR)

(Efter Olle Sandberg)Nyval (ordinarie)
(Efter K-G Holmgren)Nyval (ersättare)

Val av valberedning inför årsmötet 2021

Utses av stämman
Sammanställande: Wolfgang Firus
Ordinarie nr 1: Birgitta Sandberg
Ordinarie nr 2:

Står ej till förfogande
Står till förfogande

Verksamhetsberättelse år 2019

Styrelsen för SPF Seniorerna Grindslanten Sollentuna lämnar härmed följande verksamhetsberättelse för år 2019.

Medlemsantal

Antalet medlemmar är ca 457 st. Något färre än tidigare år trots en ökad tillströmning. Men några säger upp sitt medlemskap pga åldersskäl och några har tyvärr gått ur tiden. Detta tillsammans ger det lägre medlemsantalet. Antalet vänmedlemmar är 22 st. Vår verksamhet bygger delvis på att vi ska få ett ökat medlemsantal men det viktigaste är att behålla våra medlemmar.

Styrelsen under året har haft följande sammansättning:

Ordförande	K-G Holmgren
Vice ordförande	Olle Sandberg
Kassör	Uno Berglund
Sekreterare	Elisabeth Bergendal Stenberg
Medlemssekreterare	Kerstin Löfgren
Programsamordnare (adj)	Lennart Högman / Marta Ahlberg
Annonser och temamöten	Bernt Andersson
Adjungerad	Agneta Härner
Adjungerad	Bo Forsberg

Valberedning

Wolfgang Firus, sammankallande
Birgitta Sandberg

Programkommittén

Marta Ahlberg, sammankallande, (fr o m juni månad)
Lennart Högman (t o m maj månad)
Uno Berglund (reseombud)
Bernt Andersson

Samhällskommittén

Olle Sandberg
Eva Müller
K-G Holmgren

Repr. i kommunala pensionärsrådet (KPR)

Ordinarie: Olle Sandberg
Ersättare: K-G Holmgren

Redaktionskommittén

K-G Holmgren

Elisabeth Bergendal Stenberg
Bo Forsberg (medlemstidningen)
Lena Forsberg (hemsidan)
Bernt Andersson

Annonsansvarig

Bernt Andersson

Distributionsansvarig

Kerstin Myrehed (t o m september)
Kerstin Löfgren (fr o m oktober)

Webbmaster

Lena Forsberg

Värdskap månadsmöten

Anne-Marie Vigren

Kaffegruppen

Ann-Cathrine Svensson
Inger Holmborn
Mona Ackerheim
Margaretha Gerdin

Lotteriansvariga

Anita Berglund
Lena Westling

Revisorer

Lennart Frisk (sammankallande)
Anders Westling

Friskvård

Agneta Härner (sammankallande)
Ann-Cathrine Svensson
Kerstin Myrehed (Qi Gong)
Ann-Cathrine Svensson (promenader)

Bokcirkel

Kerstin Myrehed

Samtalsgrupp senior

Kerstin Löfgren

Från verksamheten

Styrelsemöten

Styrelsen har under året hållit 1 konstituerande möte samt 9 protokollförda sammanträden. De hölls på restaurang EGON.

Styrelsemötena avhandlas enligt en fast dagordning. Den två viktigaste arbetsuppgifterna för styrelsen har liksom under tidigare år varit att:

- Öka attraktiviteten för nuvarande medlemmar att fortsätta vara medlemmar i föreningen samt att få nya medlemmar tack vare de aktiviteter vi har.
- Vara aktiv i förhandlingarna med Sollentuna kommun om äldreomsorgen, boenden mm.

Planeringsmöte

Styrelsen har haft två planeringsmöten då föreningens samtliga aktiviteter diskuterades och planerades. I princip samma frågeställningar som motsvarande möte förra året.

Vi genomlyste vår verksamhet för att hitta utvecklingsmöjligheter. Samtidigt bedömde vi vilka personella och ekonomiska resurser som behövs för att kunna erbjuda bästa möjliga verksamhet.

Det senare mötet i november avhandlade en remiss om kommande stadgar samt skrivande av motioner inför kommande kongress.

Resultatet blev även i år en fullspäckad årsplanering.

Funktionärsuppmuntran

Som ett tack för gjorda arbetsinsatser under året bjöds våra funktionärer på en dagskryssning med Viking Line till Åland. Vi åkte från S:t Larsgården på morgonen den 11 september och kom hem vid 19-tiden. En mycket trevlig resa med en härlig samvaro, god mat, god dryck och bra shopping i taxfree-butiken.

Liksom förra året kombinerade vi resan med att ha en konferens på återresan. Ordföranden tackade de närvarande funktionärerna för ett fantastiskt engagemang och riktade också ett tack till dem som av olika anledningar inte kunde vara med.

Representation i kommunala ärenden

Grindslanten har representerats av Olle Sandberg och K-G Holmgren i Kommunala pensionärsrådet (KPR).

Rådet är ett forum för kommunikation mellan kommunen, i första hand Vård- och omsorgsnämnden och pensionärsorganisationerna. Rådet har haft sina sedvanliga fyra möten under året. Vid dessa tillfällen har kommunen informerat om vissa aktuella frågor inom Vård- och omsorgsnämndens område samt att vi fört fram våra krav och önskemål.

Pensionärsföreningarna har å sin sida ställt en rad frågor om äldrevården

och hur denna har bedrivits av kommunen. Svaren har för oss ibland varit svårbegripliga, generella och ofta undanljudande.

Detta gäller i synnerhet de besparingar som kontinuerligt drabbar äldreomsorgen med motiveringen dels att ”budgeten måste vara i balans”, dels att Sollentuna lägger mer resurser på äldreomsorgen än s.k. jämförbara kommuner. Det anses av kommunen vara negativt och inte, som vi i föreningarna tycker, positivt.

Som komplement till de formellt präglade KPR-mötena har vi även träffat förvaltningschefen för Vård- och omsorgskontoret och hennes medarbetare. Dessa har varit informella, givande och präglade av öppenhet och gott humör.

Externa konferenser och utbildningar

Under året har distriktet inbjudit till konferenser och utbildningar som vi deltagit i.

Två ordförandekonferenser med det gemensamma temat om hur vi bibehåller våra medlemmar samt skaffar nya.

Distriktet har ordnat utbildningar där vi bl a deltagit då det handlat om hur vi gör ett bättre jobb inom valberedningen. Den var uppskattad.

Programkommittén var på information hos distriktet om utbudet av intressanta aktiviteter.

Kerstin Löfgren var på kurs om Samtalsgrupp Senior.

Samtalsgrupp Senior

Samtalsgrupp Senior startades av Ewa Frisk, SPF Tunasol och Kerstin Löfgren, SPF Grindslanten, efter det att de deltagit i utbildning för samtalsledare som hölls av Studieförbundet Vuxenskolan Västmanland. Studieförbundet Vuxenskolan har utarbetat metod och samtalskort utifrån WHO's internationella undersökningar om livskvalitet för Samtalsgrupp Senior. Syftet är att med kortens existentiella tema motverka ensamhet som på olika sätt kan finnas hos oss seniorer.

Samtalskortens frågor handlar om hur du ser på livet; hur du tänker, känner och gör i ditt liv. Frågorna lyfter fram tankar och mönster som antingen hindrar dig från att komma vidare i livet eller som stimulerar dig att utvecklas och hitta nya vägar.

Under hösten har Grindslanten och Tunasol genomfört var sin Samtalsgrupp och bjuder in till två nya grupper med start i januari.

Marknadsföring och medlemsrekrytering

Den externa verksamheten för att marknadsföra föreningen och rekrytera nya medlemmar har gjorts genom att vi fortsatt att annonsera våra månadsmöten i lokalpressen samt fortsatt med mun-till-mun metoden. Tillströmningen har varit positiv.

Träffpunkt SPF Seniorerna Grindslanten

EGON har under året varit vår samlingsplats för att gemensamt äta en bit mat och trivas ihop. Uppslutningen har varierat och vi som varit med har alltid trivts. 17-tiden sista måndagen i månaden är det som gäller.

Samverkan med SPF Seniorerna Tunasol

Med vår systerklubb SPF Seniorerna Tunasol samverkar programkommittén med en del resor.

Medlemstidningen, hemsidan och gruppmejl

Medlemstidningen och hemsidan är våra två viktiga informationsvägar till våra medlemmar. Medlemstidningen har kommit ut fyra gånger under året och formatet i häftet A5 fungerar bra. Det trycks hos Sollentuna Offset. Redaktionskommittén sammanträder innan bladet slutgiltigt sätts ihop.

Mellan utgivningarna får de medlemmar som har mejladresser information via gruppmejl.

Hemsidan är det snabba komplementet till medlemstidningen. Sedan juni 2019 får vi besöksstatistik över våra sidor från SPF Seniorerna centralt vilket gör att vi nu kan se hur frekvent webbplatsen besöks och hur beteendet ser ut. Detta gör att vi nu kan anpassa och strukturera innehållet på hemsidan bättre efter besökarna.

Medlemsregistret

Förbundets medlemsregister Miriam har nu varit igång ett par år. Trist nog med fortsatta "barnsjukdomar". Komplex och svårarbetat. Förbundet har tillsett en arbetsgrupp för att få ordning på det.

Brevduvorna

Denna resurs är ovärderlig för oss och även i år har den fungerat med bravur. Endast någon dag efter att medlemstidningen är tryckt finns den i brevlådorna hos våra medlemmar. Tack för ert jobb!

Årsmöte

Årsmötet hölls i S:t Larsgården den 4 februari 2019. Lars Jacobsson valdes till mötets ordförande och Elisabeth Bergendal Stenberg till sekreterare. Bättre team finns inte så vi fick vara med om ännu ett välordnat årsmöte.

Månadsmöten

MÅNDAG 4 FEBRUARI kl. 13.30

Månadsmöte/årsmöte. Innan årsmötesförhandlingarna började, visade kommunarkivarie Annika Holmberg en ny film om Tureberg. Filmen hade premiär på Arkivens dag i Sollentuna i november 2018.

MÅNDAG 4 MARS kl. 13.30

Christer Fellers Imperial Stompers spelade den sortens jazz som har sina rötter i New Orleans. Många av orkesterns medlemmar har studerat musiken på plats i staden vid Mississippi och på skivor.

MÅNDAG DEN 1 APRIL kl. 13.30

Senior Shop kom till oss den 1 april och visade sin fina kollektion. Senior Shop är den unika butiken, som kommer till sina kunder, för damerna har de storlekar från 36-52 (vissa modeller även till 56) samt från S-XXL för både damer och herrar.

MÅNDAG 6 MAJ kl. 13.30

Nu var det dags för ett Musikkryss. Leif Gellerfalk hade en föreställning av det ovanligare slaget, som innehöll både underhållning och en krysstävling. Musiken bestod mestadels av gamla örhängen, frågorna runt dessa kunde ibland vara lite kluriga. Även i år anordnades ett bokbytbord.

MÅNDAG 2 SEPTEMBER kl. 13.30

Banklegendaren, före koncernchefen i Sparbankerna, Göran Collert gav en inblick i Vad händer i bank-världen idag. Förundran är stor bland allmänheten om omfattningen av penningtvätt och liknande falsarier. Gemene man och kvinna undrade över vad som händer med bankaktierna eller om man vågar ha pengar på banken utöver den statliga garantin?

MÅNDAG 7 OKTOBER kl. 13.30

Underhållning av Grabbarna från Eken. Repertoaren var ur den svenska visskatten, som Olle Adolphson, Cornelis Vreeswijk och Evert Taube och varvades med svängiga visor från Irland. I Grabbarna från Eken ingår Samuel Lindström (dragspel, sång), Kim Persson (mandola, flöjter, sång) och Santiago Torres (slagverk) utbildade på SMI respektive Kungl. Musikhögskolan.

MÅNDAG DEN 4 NOVEMBER kl. 13.30

Drycken till mat – sherry. Tillverkning, historia och kultur. Vår medlem Lennart Högman kom och berättade om sin i höst nyutkomna bok om "Drycken till mat – sherry. Tillverkning historia kultur". I boken beskrivs hur druvan omvandlas till sherry. Den följer odling av druvor, vinpressning och mustens väg via lagring till buteljering. Boken ger en konkret och kunskapsrik vägledning in i sherryns värld, som är relativt okänd för en svensk läsekrets.

MÅNDAG DEN 2 DECEMBER kl. 13.30

Luciatåg. Sollentuna Musikklasser åk 6 förgyllde decembermörkret med luciatåg. De underhöll oss med sång och luciatåg under ledning av musiklärare Lars-Åke Levin. Dessutom förekom lotteri och utlottning av julstjärnor på entrébiljetten.

Temadag

På ämnet "Framtidsfullmakter" hade vi den 18 mars bjudit in Familjens Jurist att informera oss om vad man bör minnas när det gäller arv, testamente och gåvobrev. Ett högaktuellt spörsmål som gjorde att det blev fullsatt i Amorinasalen.

Sollentuna Bio

På Sollentuna Bio har tretton filmer med vardera tre föreställningar visats under verksamhetsåret. Intresset har som vanligt varit stort.

Utflykter och studiebesök

Fem studiebesök har anordnats: Rörstrands slott, museet Vikingaliv, vårpromenad i Diplomatstaden med Johan Haage, Lars Lerin på Liljevalchs, Thiel-ska galleriet och Persisk kulturafton hos AK:s Inredning-Antikt & Klassiskt.

Under året har studiebesök skett i Riksdagen den 11 februari och 11 mars. Besök i nya Nationalmuseum 2 april. Försommarpromenad på Söder med Johan Haage ägde rum 23 maj. Under hösten har studiebesök gjorts på Medeltidsmuseet 10 oktober och på Sjöhistoriska 21 november.

Resor

Under året har Grindslanten genomfört två endagsresor, Skånelaholms slott och utfärd till Upplands Bro. Vidare har Grindslantens medlemmar haft möjlighet att delta i Tunasols resor: dagsresor Stockholm för Stockholmare, Tullgarn och Ytterjärna samt en tredagars resa till Dalsland och en femdagars resa till Bratislava.



Friskvård och motion

Torsdagspromenad. Höstterminen började den 5 september och avslutades den 28:november. Vi har promenerat totalt vid tretton tillfällen.

Antalet gruppdeltagare per gång har varierat mellan tre och sju personer. Promenadens längd och destination har deltagarna tillsammans kommit överens om. Sträckan har varierat 7–15 km Vi har promenerat på Järvafältet, Rotebro, Rotsunda, Antuna, Norrviken och Viby.

Svampvandring på Järvafältet. Onsdagen den 16:e oktober. Mona Ackerheim var med som svampkunnig, totalt var vi nio personer som deltog. Alla hittade några svampar att lägga i korgen. Vi hade matsäck med oss. Kaffe och smörgås smakade mycket gott i skogen!

Ekonomi

Föreningens resultat- och balansräkning delas ut på årsmötet.

Sammanfattning

Det gångna året har varit mycket trevligt och positivt tack vare det arbete som utförs av samtliga funktionärer. Beundransvärt att så många ideella arbetstimmar ägnas åt föreningsverksamheten. Bra jobbat!

Vi upplever också en ytterligare ökad trivsel bland medlemmarna på de möten och aktiviteter som äger rum. På lokal nivå fungerar SPF Seniorerna utmärkt.

Stort tack till er alla som förtjänstfullt bidragit till att vår verksamhet kunnat bjuda på bra aktiviteter, bra underhållning, intressanta utflykter, spännande studiebesök mm.

Sollentuna i februari 2020

K-G Holmgren
Ordförande

Olle Sandberg
Vice ordförande

Elisabeth Bergendal Stenberg
Sekreterare

Uno Berglund
Kassör

Kerstin Löfgren
Medlemssekreterare

Marta Ahlberg
Programkommittén

Bernt Andersson
Annonser

Verksamhetsplan och inriktning år 2020

Ambitionen med verksamhetsplanen är att leva upp till de förväntningar och mål som finns i stadgarna för föreningen. Likaså ska ansträngningarna att nå icke föreningsanslutna pensionärer öka.

Aktiviteter ska spegla de ambitioner som behövs för att behålla de medlemmar föreningen har idag samt locka nya medlemmar. De ska liksom i förhandlingar och samarbete med kommunen generera bättre villkor för äldre i kommunen.

Månadsmöten

Första måndagen i varje månad träffas medlemmarna i ändamålsenlig lokal för gemenskap, underhållning, lotteri och information. Självklart bjuds det också på kaffe med dopp som ingår i entréavgiften.

Inriktningen på den underhållning och informationen som ges attraherar både yngre äldre och äldre.

Under verksamhetsåret ska attraktiviteten på mötena ytterligare höjas. En del i detta är att engagera än mer attraktiva föredragshållare / underhållare.

Dessa möten ska vara en ryggrad i vår sociala verksamhet där vi bl a arbetar för att få så många som möjligt att mötas på olika sätt.

Temamöten

Under vissa omständigheter kan ett månadsmöte vara ett forum för en frågeställning. Då det uppstår kommer medlemmarna att bjudas in till temamöten som tar upp ett specifikt område som berör oss.

Träffpunkter

Vikten av att det finns mötesplatser kan inte nog understrykas. Vi vill skapa dessa möjligheter på olika sätt. För närvarande har vi våra träffar med mat sista måndagen i månaden vid 17-tiden på restaurang EGON i Sollentuna Centrum.

Resor

Vi arrangerar en del resor på egen hand och andra genom researrangörer. För att tillmötesgå så många som möjligt i föreningen har resmålen varierande innehåll. Resorna är både inom landet och utomlands. Vi har även möjlighet att delta i resor arrangerade av Tunasol. Distriktet erbjuder konceptet "Del i resa" vilket ger en extra bredd på utbudet

Mervärdet med resor är att skapa gemenskap och sammanhållning bland medlemmarna.

Studiebesök

Det finns mycket som vi är nyfikna på och en del av denna nyfikenhet tillfredsställs genom de många studiebesök som föreningen ordnar. Platser som

besöks finns både lokalt och inom Storstockholm. Många studiebesök är unika så till vida att man som enskild person ej kan göra dem.

Mervärdet med studiebesöken är också att skapa gemenskap och sammanhållning bland medlemmarna.

Kamratcirklar och kurser

Eftersom vi som seniorer/pensionärer är fortsatt intresserade av att lära oss mer inom många olika områden eftersträvar vi att i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan ordna studiecirklar och kurser.

Friskvård, motion och hälsa

Den bästa medicinen är att hålla kroppen i trim säger många läkare. Föreningen samverkar därför med olika aktörer som erbjuder anpassade program för oss äldre. Dessutom har vi medlemmar i föreningen som leder promenader och skogsutflykter.

Samhällsdebatter

En viktig del i vår verksamhet är att vara mycket aktiva med att driva frågor som berör oss äldres situation idag och imorgon i samhället. Vårt boende, den vård vi anser oss behöva, den trygghet vi vill ha omkring oss, att inte halka då vi rör oss utomhus, mm.

Listan kan göras lång på de ansvarsområden vi agerar inom för att främja en socialt bra tillvaro för oss äldre. Extra viktigt då vi är årsrika som vår hedsordförande Barbro Westerholm kallar det.

Äldrerådet

I Äldrerådet, där pensionärsföreningarna i Sollentuna samt demensföreningen i Sollentuna samverkar, är vi engagerade både i själva rådet och i de fem arbetsgrupper som finns. Här ingår alla de beröringspunkter vi äldre har med samhället. Inte bara för de som är med i vår förening utan för alla äldre i kommunen.

Eftersom det varit val under föregående verksamhetsår kommer arbetet att intensifieras. De äldres rättmätiga krav på en god levnadsstandard ska kraftfullt framföras med referens till givna vallöften.

KPR

I detta forum träffar och diskuterar delar av Äldrerådet kommunens företrädare i Vård och Omsorgsnämnden. Även under detta år kommer vi att än mer föra fram resultaten från de viktiga förberedelser och arbeten som görs i Äldrerådet.

Medlemstidningen

Den allmänna trenden i dag är att informationsproduktion allt oftare övergår från tryckt till digital form vilket framför allt ger billigare och snabbare distri-

bution. Med tanke på att genomslaget för digital teknik bland svenskar i de högre åldrarna enligt en undersökning från den oberoende Internetstiftelsen dock sker relativt långsamt fortsätter Grindslanten tills vidare att producera medlemstidningen i tryckt form och med samma utgivningstakt som tidigare, fyra nummer per år. I externa sammanhang är det också ofta fördelaktigare att kunna lämna över en handfast trycksak, tidningen, i stället för att bara hänvisa till en internetadress.

Sociala media

Att läsa tidningen är för många av oss årsrika naturligt. Men nu är det trycka mediet starkt kompletterat med digital information. Dvs information som ges via sociala media.

Här vill vi stärka oss och är mycket medvetna om att vi inom detta är en mycket heterogen grupp. De av oss som är äldre är många gånger främmande för sociala media men de som är yngre äldre i vår gemenskap har med sig detta som något naturligt.

Ambitionen för året blir att fortsätta utveckla oss på sociala media.

Medlemsvärkning

Föreningen har ett intresse av att öka medlemsantalet. Dels för att vi vill erbjuda fler personer det trevliga programinnehåll som föreningen har samt att vi vill få riksförbundet, SPF Seniorerna som vi är en del av, att bli tyngre i förhandlingarna med myndigheterna.

Vi fortsätter att annonsera våra möten i lokala media för att visa något av allt vi gör. Dock gäller fortsatt att ”mun- till- mun- metoden” är bäst.

Avslutningsvis

Vår verksamhet leds och drivs av ideella krafter och drivkraften är att göra vardagen trevlig och innehållsrik för föreningens medlemmar samt lyfta fram medlemmarnas behov och önskemål inom den sociala delen i samhället.

I en tid då tyvärr färre väljer att gå med i föreningar är vårt arbete extra viktigt för det finns många pensionärer som mot sin vilja har ett liv i ensamhet.

Gemenskap, trivsel och samvaro är våra rättesnören i vår förening.

För styrelsen

K-G Holmgren

Ordförande

Förslag till budget för Grindslanten år 2020

Intäkter SEK

Månadsmöten		15 000
Medlemsavgifter	(netto)	45 000
Lotterier	(netto)	4 000
Annonser		35 000
Bidrag från kommunen		15 000
Resor, studiebesök, temamöten (netto)		-
<u>SUMMA INTÄKTER</u>		<u>114 000</u>

Kostnader SEK

Månadsmöten - föreläsare, underhåll- ning	27 000
Månadsmöten - lokalkostnad	8 000
Funktionärsträffar	15 000
Övriga medlemsaktiviteter	5 000
Medlemsrekrytering	2 000
Tryckning medlemsblad	20 000
Utbildning funktionärer	5 000
Porto	13 000
Kontorsmaterial	7 000
Styrelsemöten och planeringsmöten	8 000
Ersättning styrelsen och huvudfunktion- ärer	7 000
Övriga kostnader	5 000
<u>SUMMA KOSTNADER</u>	<u>122 000</u>
RESULTAT	- 8 000



Ett av målen för Grindslanten är att erbjuda medlemmarna intressanta och aktiva sysselsättningar. Vi samarbetar bl a med Sollentuna Senorgymnastik som erbjuder många olika gypapass till mycket måttlig kostnad.



SPF Seniorerna Grindslanten 2020