

ÅRSMÖTESHANDLINGAR

för verksamhetsåret 2023



Skoghalls Folkets hus
28 februari 2024

Dagordning för årsmöte med SPF Seniorerna Hammarö

onsdagen den 28 februari 2024 kl 15.30

Plats: Skoghalls Folkets hus, Skoghall

1. Mötets öppnande
2. Parentation
3. Val av mötesfunktionärer (ordförande, sekreterare, justerare och rösträknare)
4. Fastställande av röstlängd.
5. Fråga om kallelse skett i behörig ordning
6. Fastställande av dagordning
7. Styrelsens verksamhetsberättelse
8. Styrelsens förvaltningsberättelse (resultat- och balansräkning)
9. Revisorernas berättelse
10. Fastställande av resultat- och balansräkning
11. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen för 2023
12. Verksamhetsplan för 2024
13. Fastställande av medlemsavgifter för år 2025
Förslag medlemsavgift: oförändrad, dvs 300 kr/år Förslag vänmedlemsavgift: oförändrad, dvs 100 kr/år
14. Fastställande av arvoden för styrelsen, revisorer och andra funktionärer för 2024
15. Behandling av inkomna motioner
16. Fastställande av antal styrelseledamöter
Förslag: ordförande plus sex ledamöter och två ersättare
17. Val av ordförande
Förslag: Bengt Tingdahl (omval)

18. Val av övriga styrelseledamöter och ersättare
*Förslag Gun Hakefelt (omval 2 år), Anders Carlsson (omval 2 år), Wolf Pieske (omval 2 år) ersättare Karin Börjesson och Lars Larsson (nyval 2 år)
(Ing-Marie Littmann, Marianne Mizgalski och Eva Lind har 1 år kvar)*
19. Val av revisorer och ersättare
Samtliga revisorer och ersättare valdes år 2023 på 2 år, varför inget val är aktuellt.
20. Val av ombud och ersättare till stämma/kongress
Förslag: utses av styrelsen
21. Nominering till ledamöter i Seniorrådet (tidigare kommunala pensionärsrådet)
Förslag: Bengt Tingdahl (omval 1 år), Marianne Mizgalski (omval 1 år), ersättare Anders Carlsson (omval 1 år)
22. Fastställande av antal ledamöter i valberedning
Förslag: sammankallande plus två ledamöter
23. Val av ordförande och övriga ledamöter i valberedningen
*Förslag presenteras vid årsmötet (nyval 2 år)
(Jan Fredriksson, sammankallande och Sven Sandin har 1 år kvar)*
24. Behandling av övriga frågor (som anmälts vid fastställande av dagordningen)
25. Beslut om tidpunkt för årsmötet 2025
Förslag: 26 februari 2025.
26. Avslutning av årsmötesförhandlingarna
27. Avtackningar

Verksamhetsberättelse år 2023 för SPF Seniorerna Hammarö (förening 170-0244)

Medlemsantalet var den 31 december 2023 355 personer (år 2022 361 personer).

Årsavgiften har varit 300 kr varav 40 kr gått till distriktet, 160 kr till förbundet och således 100 kr till vår egen förening.

Styrelse 2023

Ordförande	Bengt Tingdahl
Vice ordförande	Anders Carlsson
Sekreterare	Ing-Marie Littmann
Kassör	Gun Hakefelt
Ledamöter	Marianne Mizgalski Eva Lind Wolf Pieske

Styrelsen har under året haft tio sammanträden, varav ett konstituerande på Folkets Hus och samtliga övriga på Clevegården.

Revisorer	Claes Lysén, Leif Olsson, Roland Stridh
Valberedning	Jan Fredriksson, Sven Sandin, Margaretha Ivarsson

Funktionärer m.m.

SPF:s representanter i Seniorrådet

(tidigare KPR)	Bengt Tingdahl, Marianne Mizgalski, Anders Carlsson
Friskvård	Wolf Pieske
Rese- och studiekommittén	Lena Lindsäth, Kjell Bergström, Anders Carlsson, Sigbritt Straubel, Marit Eriksson, Monica Zetterlund-Johansson
Webbansvarig	Ing-Marie Littmann
Månadsbladet	Ing-Marie Littmann
Medlemsregisteransvarig	Marianne Mizgalski
Digitaliseringsansvarig	Erik Gustafsson

Verksamhet

De flesta aktiviteter i SPF Seniorerna Hammarö sker i samverkan med Studieförbundet Vuxenskolan.

Månadsmöten

Föreningen har hållit tio månadsmöten (varav ett årsmöte).

Januari Föreläsning av psykolog Hans Gunnar (HG) Storm som berättade om sin karriär som barnpsykolog, radiopsykolog, idrottscoach för ishockeyspelare m.m.

Februari Årsmöte med sedvanliga förhandlingar. Underhållning av Gråben med visor om vår och kärlek.

Mars Dans till Retro Music Band.

April Modevisning under ledning av Katarina med kläder från Arianns som visades upp av föreningens egna mannekänger.

Maj "Tre Cantori", dvs Hammarö församlings kantorer Maria Carlson och Berit Heinemann tillsammans med f d kantor Anna-Karin Högberg underhöll oss med skönsång på temat kärleksvisor.

Augusti Föreläsning av Manfred "Manne" Nöbauer om hur han med hjälp av AA, stark vilja och en kärleksfull familj reste sig från ett liv i missbruk.

September Bröderna Kohlberg underhöll oss med sång, gitarrspel och allsång med gamla låtar från 40-talet fram till Sven-Ingvars och Elvis Presley.

Oktober Mia Hernell Blomqvist, utvecklingsledare och Anna-Karin Skoglund, projektledare, berättade om Hammarö kommuns omställning till en god och nära vård, hälsa och omsorg tillsammans med medarbetare från några av kommunens projekt.

November Gert Ohlson och Björn Sandborgh bjöd på fiolmusik, sång med gitarrkomp och roliga historier.

December Jullunch med sång, diktläsning och luciataåg av kommunala kulturskolan. På de flesta av årets månadsmöten har också Anita Pieske haft ett kortare pass med stolsgympa.

Friskvård

Bridge (uppgiftslämnare Marianne Mizgalski)

Bridgen startade redan i januari. Det har spelats bridge under både vår och höst med uppehåll från slutet av maj till början av september. Man avslutade den 13 december med "gofika". Man har varit mellan 3 och 5 bord, vilket innebär 12-20 personer.

Bordtennis (uppgiftslämnare Wolf Pieske)

SPF Seniorerna har haft ett utmärkt pingisår där man har spelat även hela sommaren. Träningsstunden är numera kl 9.30 -12.00, tisdagar och torsdagar. Antalet aktiva har ökat till elva spelare. Den givande kontakten med Molkom består och Hammarö ser fram mot nya träffar under år 2024. Många upplever en förbättring av spelet och funderar därför på att ställa upp i SPF Seniorernas SM i Göteborg i början av maj 2024. Den 22 november 2023 var Sven Sandin och Wolf Pieske till Djupängen och spelade pingis med några av de boende. I december bestämde man med ledningen för Djupängen om en fortsättning år 2024. Förhoppningsvis kan SPF:s volontärensats ge lite omväxling och inspiration till de boende på Djupängen.

Boule (uppgiftslämnare Erik Gustafsson)

Förutom de vanliga speldagarna måndag, tisdag, torsdag och fredag har man även lagt in interna, mycket uppskattade tävlingar på onsdagar. Höjdpunkterna i tävlingsverksamheten har varit de interna tävlingarna klubbmästerskapen och "Lusse-cuppen" som genomfördes onsdagarna 13 och 20 september respektive lördag 9 december. Många av föreningens medlemmar har också deltagit i ett flertal externa bouletävlingar bl.a: Ladyboulen på Våxnäs, Skattkärr, Deje och Kil.

Aktiviteterna riktar sig till alla åldrar. Man har exempelvis två 90-åringar som regelbundet spelar och under vintern 2023 har en högstadielev regelbundet deltagit i föreningens spel. Hammarlundens högstadium har spelat tillsammans med Hammarö bouleförening vid två tillfällen under 2023, den 13 februari och den 18 september.

Verksamheten håller medlemmarna alerta och bidrar till att motverka ofrivillig ensamhet. De aktiva medlemmarna hjälps åt att hålla såväl utomhusbanorna vid Björkebo som inomhusbanorna i boulehallen i bra skick. Ekonomiskt är Hammarö bouleförening till stor del beroende av kommunens bidrag.

Friskvårdsvecka (uppgiftslämnare *Wolf Pieske*)

Under en härlig majvecka var vi sammanlagt 92 medlemmar som deltog i åtta olika aktiviteter. Friskvårdsveckan genomfördes samtidigt i alla förbundets föreningar. På Hammarö var det Wolf Pieske som stod för planeringen och samordningen och veckan innehöll bl a hälsoinformation, boule, bangolf, tipspromenad, gympa, Ett nytt uppskattat inslag var "gåfotboll" som spelades på Kilenegården. Det var jobbigare än namnet antyder men blir säkert populärt framöver.

Promenader (uppgiftslämnare *Lena Lindsäth*)

Den 10 maj var det åter dags för den årliga vitsippsvandringen vid Hammars Udde, där man också grillade korv och intog medhavd fika. Vitsippspromenaden ingick som en av aktiviteterna i SPF:s folkhälsovecka.

Den 7 juni träffades ett tiotal medlemmar i Stadsparken, Karlstad. Man tittade på de olika växterna, fikade, åt glass och hade det väldigt trevligt.

Sittgympa (uppgiftslämnare *Anita Pieske*)

Anita startade en kurs på vårterminen 2023 där tolv entusiastiska deltagare träffades på Clevegården. Kursen fortsatte sedan med sex måndagar under hösten 2023. Dessutom började en ny kurs med nio deltagare under hösten. Alla får ett träningsprogram, vilket underlättar att fortsätta träningen hemma i egen takt. Båda kurserna kommer att fortsätta under våren 2024.

Rese- och Studieverksamhet

Gruppen har träffats elva gånger under året. Första träffen i januari och sista i november. Planeringen av årets aktiviteter började vid första mötet i januari genomförda aktiviteter framgår nedan.

IT-café (uppgiftslämnare *Erik Gustafsson*)

Under 2023 genomfördes totalt sex studiecirkelar. Alla studiecirkelar har gällt användande av smartphone (både android och iPhone) och syftet har varit att göra deltagarna mer familjära och bekväma med sina smartphones. Fem av studiecirkelarna har haft temat "Bli vän med din smartphone" och den sjätte hade temat "Fotografera med smartphone/bli svårlurad på nätet". Alla studiecirkelar har omfattat tre lektionstimmar per gång och antalet gånger har varit tre. Alla kurser har ägt rum på Clevegården.

Jazz (uppgiftslämnare *Wolf Pieske*)

Under våren 2023 hade medlemmarna det stora nöjet att lyssna på jazz med SPF:s eminente expert Gunnar Watz. Därefter planerade Gunnar att, efter fem avslutande möten på hösten, med ålderns rätt dra sig tillbaka. Den 19 september var den första höstträffen på Clevegården. Några dagar senare råkade Gunnar ut för en fallolycka i hemmet som förde med sig att alla resterande jazzlyssningsträffar blev inställda. Då Gunnar är på bättringsvägen, har han för avsikt att återkomma ytterligare en gång under våren 2024.

Matlagning (uppgiftslämnare *Lena Lindsäth*)

Den italienska matlagningkursen med ledaren Daniela Mariotti som började hösten 2022 slutfördes i början av år 2023; en ny, fulltecknad kurs började under hösten 2023 och ska slutföras i början av år 2024.

Övriga genomförda aktiviteter under året (uppgiftslämnare *Lena Lindsäth*)

- 8 mars var det provsmakning med italienskt tema. Rätterna hade gjorts i ordning av ICA Tummen och Lena stod för informationen om de olika rätterna. Ca 30 personer deltog.

- 24 mars genomfördes det traditionella våffelcaféet på en "överbokad" Clevegården. Man åt våfflor, drack kaffe, fick information om våfflor genom tiderna och sjöng allsång till Gunnar Ekman's ackompanjemang.
- 27 mars gjordes ett besök hos Agneta Jansson på Champinjonvägen, Hammarö. Agneta säljer Lena Linderholms olika alster. Hon informerade även om Lena och hennes arbeten.
- 9 augusti genomfördes årets "hemliga resa". Den här gången var det ca 30 medlemmar som först besökte skidtunneln i Torsby och sedan Karmenkynna finngård där man tittade på de gamla byggnaderna och åt nävgröt med fläsk. På hemvägen gjordes ett stopp vid Mormors glasscafé i Lysvik för fika och (naturligtvis) glass.
- 23 oktober åkte några medlemmar till Ölmeljus för att stöpa egna ljus inför julen. Det gavs också möjlighet att handla i den kombinerade butiken och museet Ölmeljus Diversehandel.
- 7 november serverades det ärtor & punsch på Clevegården och som vanligt var det fullbokat. Lena informerade om traditionen med ärtor och även punsch genom tiderna i Sverige. Eftersom det också var Kladdkakans dag detta datum bjöds det naturligtvis på kladdkaka till kaffet. Det blev också allsång med Gunnar Ekman vid pianot.
- 21 november var det återigen dags för provsmakning på Clevegården. Denna gången var det olika produkter från Hemgården i Råda. ICA Tummen gjorde i ordning och Lena informerade om Hemgårdens verksamhet, från början med namnet August Larssons slakteri och fram till dags dato.
- 4 och 6 december genomförde några medlemmar en kurs i hur man kan göra egna kort inför olika tillfällen. Denna omgång var mest inriktad på julkort och julklappsadresser. Ledare var Monica Zetterlund-Johansson.
- Med start den 11 oktober har några medlemmar, under ledning av Sigbritt Straubel, genomfört en kurs i att skriva om sitt liv genom åren.

SPF Hammarös egna trubadurer Gråben (Bengt Tingdahl och Björn Hörgren), har genomfört uppskattade och välbesökta viskvällar på Clevegården vid två tillfällen under året.

Seniorrådet (*uppgiftslämnare Bengt Tingdahl*)

SPF Seniorerna är representerat i kommunens seniorråd (f.d. Kommunala pensionärsrådet) med två ledamöter och en ersättare. Ledamöter är Bengt Tingdahl och Marianne Mizgalski, ersättare är Anders Carlsson. Under 2023 har seniorrådet haft fyra sammanträden.

I rådet har man bland annat behandlat följande:

- *Hemtjänstindex* som är ett samlat kvalitetsmått på kommunernas hemtjänst. Förra året hamnade Hammarö på plats 252 bland landets 290 kommuner. Efter kommunens kvalitetsarbete förbättrade Hammarö sin plats till 129. För att ytterligare förbättra kvaliteten så har SPF uppmanat kommunen att köpa en framtagna fördjupningsrapport där man närmare kan se vilka brister som fortfarande finns.
 - Rådet har fört fram negativa synpunkter från kommuninvånarna på hur servicen på *Vårdcentralen* fungerar. Socialförvaltningen har regelbundna träffar med Vårdcentralen och för där fram seniorrådets synpunkter.
 - SPF Seniorerna och PRO har haft var sin representant i en projektgrupp för arbetet med en samlad plan för seniorer. Från SPF deltog Marianne Mizgalski.
 - Seniorrådet har fått kontinuerlig information om verksamheten på Djupängen och inom kommunens projekt "god och nära vård". Pensionärsorganisationerna har hjälpt till att få fram volontärer till verksamheten, Man har också bland annat fått information om den rapport från IVO som kommunen fått och det svar som kommunen avgivit.
- Sommaren 2023 avled ganska hastigt seniorrådets ordförande Margareta Ivarsson. Representanterna från SPF Seniorerna och PRO saknar Margaretas engagerade arbete.

Uppvaktningar

Uppvaktningar av medlemmar har, under året, skett i vanlig ordning enligt nedan.

75 år uppvaktas med kort. Från 80 år och sedan vart femte år uppvaktas med blommor eller annan gåva. I de fall då jubilarer inte går att nå, har styrelsen fattat beslut att från och med år 2024, i dessa fall, lämna en hälsning i brevlådan tillsammans med Hammarökortet laddat med 200:-.

Ekonomi

Den ekonomiska redovisningen sker separat. Årets resultat blev -1 107 kr (*förra året 9 406 kr*).

Avslutning

SPF har under året åstadkommit mycket värdefull verksamhet till både nytta och glädje för medlemmarna. Verksamheten har på många sätt bidragit till att minska ofrivillig ensamhet. Styrelsen ser fram mot ännu ett innehållsrikt verksamhetsår med både gamla och nya aktiviteter och tackar alla för visat intresse och förtroende under det gångna året.

Skoghall den 22 januari 2024

Bengt Tingdahl
ordförande

Anders Carlsson
vice ordförande

Ing-Marie Littmann
sekreterare

Gun Hakefelt
kassör

Marianne Mizgalski

Eva Lind

Wolf Pieske

Resultatrapport SPF Hammarö

Utskriven 2024-01-04

	2023	Budget	Analys
Intäkter			
3310 Lotteri	-14 032,34	-7 560,00	85,6% ↑
3410 Kursverksamhet	-1 380,00	-7 000,00	-80,3% ↘
3430 Mötesverksamhet	-45 475,00	-33 084,00	37,5% ↑
3440 Resor/studiebesök	-10 500,00	-25 650,00	-59,1% ↓
3450 Övriga arrangemang	-1 900,00	-19 905,00	-90,5% ↓
3810 Erhållna bidrag	-14 900,00	-15 300,00	-2,6% →
3820 Gåvor	-50,00	-570,00	-91,2% →
3890 Medlemsavgifter	-37 000,00	-35 700,00	3,6% ↗
Summa Intäkter:	-125 237,34	-144 769,00	-13,5%
Kostnader			
4110 Mötesverksamhet	74 299,96	49 597,00	49,8% ↓
4120 Resor/studiebesök	10 393,00	16 202,00	-35,9% ↗
4130 Friskvård	700,00	-	
4170 Kursverksamhet	0,00	7 030,00	-100,0% ↑
4180 Övriga arrangemang	0,00	10 401,00	-100,0% ↑
4190 Övriga kostnader	0,00	520,00	-100,0% →
4510 Inköp, varor	371,83	1 606,00	-76,8% →
5010 Lokalhyra	19 700,00	19 625,00	0,4% →
5090 Lokalkostnader	439,50	2 255,00	-80,5% ↗
5410 Förbrukningsinventarier/material	225,00	-	
5460 Förbrukningsmaterial	890,51	435,00	104,7% →
5800 Resekostnader, hotell mm	0,00	8 000,00	-100,0% ↑
5910 Reklam och PR	2 582,00	5 280,00	-51,1% ↗
6110 Kontorsmaterial	387,70	546,00	-29,0% →
6120 Uppvakning/representation	8 895,51	2 408,00	269,4% ↓
6210 Telefon, porto och internet	13 008,70	13 245,00	-1,8% →
6513 Medlemsavgifter	100,00	100,00	0,0% →
8310 Ränteintäkter	-5 649,16	-1 886,00	199,5% ↗
Summa Kostnader:	126 344,55	135 364,00	-6,7%
Summering			
Summa intäkter:	-125 237,34	-144 769,00	-13,5% ↓
Summa kostnader:	126 344,55	135 364,00	-6,7% ↑
Periodens resultat:	1 107,21	-9 405,00	-111,8% ↓
Övriga poster			
8999 Resultat avslut	-1 107,21		

Balansrapport SPF Hammarö

Utskriven 2024-01-04

	Ingående balans	Förändring perioden	Utgående balans
Tillgångar			
1920 Företagskonto/Bankgiro	22 806,00	-6 418,35	16 387,65
1940 Sparkonto	182 832,00	5 311,14	188 143,14
Summa Tillgångar:	205 638,00	-1 107,21	204 530,79
Skulder och eget kapital			
2061 Balanserat resultat	-196 232,00	-9 406,00	-205 638,00
2069 Årets resultat	-9 406,00	10 513,21	1 107,21
Summa Skulder och eget kapital:	-205 638,00	1 107,21	-204 530,79
Summering			
Summa tillgångar	205 638,00	-1 107,21	204 530,79
Summa skulder:	-205 638,00	1 107,21	-204 530,79
Årets resultat:	0,00	0,00	0,00

REVISIONSBERÄTTELSE FÖR SPF SENIORERNA I HAMMARÖ VERKSAMHETSÅRET 2023

Undertecknade, av SPF Seniorerna Hammarös årsmöte 2023 utsedda revisorer, har granskat årsredovisningen och bokföringen samt styrelsens förvaltning i SPF Seniorerna Hammarö för räkenskapsåret 2023-01-01 – 2023-12-31 och får härmed avge sin berättelse.

Det är styrelsen som har ansvaret för att upprätta en årsredovisning som ger en rättvisande bild enligt årsredovisningslagen och för den interna kontroll som styrelsen bedömer är nödvändig för att upprätta en korrekt årsredovisning.

Vårt ansvar är att uttala oss om årsredovisningen på grundval av vår revision. Vi har planerat och utfört revisionen för att uppnå rimlig säkerhet att årsredovisningen inte innehåller väsentliga felaktigheter. För fullföljande av uppdraget har vi tagit del av styrelsens protokoll under året samt av styrelsens verksamhetsberättelse. Vi har också granskat föreningens räkenskaper och årsredovisning.

Då revisionen ej givit anledning till anmärkning föreslår vi att årsmötet beslutar att resultat- och balansräkning fastställs enligt redovisat förslag, att årets resultat disponeras enligt styrelsens förslag samt att styrelsens ledamöter beviljas ansvarsfrihet för verksamhetsåret 2023.

Hammarö den 1 februari, 2024

Claes Lysén

Leif Olsson

SPF Seniorerna Hammarö – verksamhetsplan 2024

SPF Seniorerna Hammarö är en ideell, partipolitiskt och religiöst obunden pensionärsförening med syfte att ta tillvara äldres sociala och ekonomiska intressen samt bedriva lokalt påverkansarbete.

Föreningen har bl a till uppgift att

- *informera* medlemmarna i frågor som berör dem,
- verka för *social gemenskap, trygghet och trivsel* bland medlemmarna,
- *tillvarata medlemmarnas intressen* på det lokala planet,
- främja *folkhälsa*,
- verka för ett *livslångt lärande*,
- aktivt verka för att *rekrytera* personer som kan bli medlemmar,
- i övrigt bedriva verksamhet som främjar föreningen.

Under år 2024 vill föreningen:

Information

- fortsätta att tillhandahålla en informativ och lättillgänglig hemsida, SPF-app samt öka ansträngningarna att få medlemmarna att ansluta sig till Facebook-sidan – allt för att medlemmarna enkelt och snabbt ska få relevant information och möjlighet att kommunicera
- fortsätta att ge ut "Månadsbladet" och tillhandahålla detta i pappersform för de medlemmar som saknar smartphone eller dator
- öka ansträngningarna att få in aktuella e-postadresser
- i samband med månadsmötena ge muntlig information om kommande aktiviteter m m
- anordna egna aktiviteter så som IT-caféer samt delta i SPF Seniorernas distriktsprojekt med syfte att minska det digitala utanförskapet bland äldre

Social gemenskap, trygghet och trivsel

- anordna minst tio månadsmöten (varav ett årsmöte, en sommarlunch

och ett julbord) där det erbjuds en lämplig blandning av aktuell information samt underhållning och förströelse

- i samarbete med Hammarö kommun och PRO anordna en pensionärsdag med information, utställningar m m för pensionärer
- anordna mindre sammankomster för information eller underhållning på Clevegården

Tillvarata medlemmarnas intressen

- vara representerade i Seniorrådet och där framföra medlemmarnas synpunkter och bevaka deras intressen

Folkhälsa

- fortsätta de uppskattade verksamheterna med bl.a. boules, bangolf, bridge, dans, sittgympa, bordtennis och promenader
- anordna flera friskvårdsaktiviteter under SPF Seniorernas folkhälsovecka i maj
- ha ett nära samarbete med kommunens projekt "god och nära vård"

Livslångt lärande

- tillsammans med SPF Klaran i Karlstad, delta i ett av SPF Kilsbygden initierat projekt för att motverka ålderism
 - rese- och studiekommittén planerar bland annat att anordna besök på Djupängens äldreboende, Trofédepån, Larbergs gård, stadsträdgården och residenset i Karlstad, anordna HLR-utbildning, ärtor och punschkväll, provsmakning, våffelkväll m m.
- Funktionärerna tar gärna emot ytterligare förslag

Rekrytering

- genomföra kampanj för medlemsvärvning och ständigt påminna om belöningsystemet för värvare med målsättning att vi vid slutet av 2024 ska vara fler medlemmar än vid slutet av 2023

Övrigt

- samarbeta med PRO i pensionärspolitiska frågor och söka utökat samarbete kring arrangemang och program
- arbeta för att ytterligare utveckla föreningens verksamhet och stärka medlemskapets värde.