

# ÅRSMÖTESHANDLINGAR

för verksamhetsåret 2025



Skoghalls Folkets hus  
25 februari 2026



# Hammarö

## Dagordning för årsmöte med SPF Seniorerna Hammarö

***onsdagen den 25 februari 2026 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 2025
12. Verksamhetsplan för 2026
13. Fastställande av medlemsavgifter för år 2027  
*Förslag medlemsavgift till föreningen: 120 kr/år (till förbundet 210, distriktet 45, totalt 375)*  
*Förslag vänmedlemsavgift: 120 kr/år*
14. Fastställande av arvoden för styrelsen, revisorer och andra funktionärer för 2026
15. Behandling av inkomna motioner
16. Fastställande av antal styrelseledamöter och ersättare  
*Förslag: ordförande plus sex ledamöter och två ersättare*
17. Val av ordförande  
*Förslag: Sven Sandin (nyval 1 år)*

18. Val av övriga styrelseledamöter och ersättare  
*Förslag Gun Hakefelt (omval 2 år), Anders Carlsson (omval 2 år), Lars Larsson (nyval 2 år), ersättare Bengt Tingdahl (nyval 1 år) och ersättare Sven-Erik Eriksson (nyval 1 år). (Ing-Marie Enochsson, Eva Lind och Marianne Mizgalski har samtliga 1 år kvar.)*
19. Val av revisorer och ersättare  
*Förslag Leif Olsson (omval 2 år), ersättare Roland Stridh (omval 1 år) (Claes Lysén har 1 år kvar.)*
20. Val av ombud och ersättare till stämma/kongress  
*Förslag: utses av styrelsen*
21. Nominering av ledamöter till seniorrådet (tidigare kommunala pensionärsrådet)  
*Förslag: Bengt Tingdahl, Marianne Mizgalski, ersättare Anders Carlsson*
22. Fastställande av antal ledamöter i valberedning  
*Förslag: ordförande plus två ledamöter*
23. Val av ordförande och övriga ledamöter i valberedningen  
*Förslag Hans Andersson (omval 2 år) och Erik Gustafsson (fyllnadsväl 1 år). (Jan Fredriksson har 1 år kvar.)*
24. Behandling av övriga frågor (som anmälts vid fastställande av dagordningen)
25. Beslut om tidpunkt för årsmötet 2027  
*Förslag: 24 februari 2027.*
26. Avslutning av årsmötesförhandlingarna
27. Avtackningar

## Verksamhetsberättelse år 2025 för SPF Seniorerna Hammarö (förening 170-0244)

**Medlemsantalet** var den 31 december 2025 343 personer (år 2024 330 personer).

**Årsavgiften** har varit 335 kr varav 45 kr gått till distriktet, 190 kr till förbundet och således 100 kr till vår egen förening.

### Styrelse 2025

Ordförande	Bengt Tingdahl
Vice ordförande	Anders Carlsson
Sekreterare	Ing-Marie Enochsson
Kassör	Gun Hakefelt
Ledamöter	Eva Lind Marianne Mizgalski Wolf Pieske
Ersättare	Karin Börjeson Lars Larsson

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

Revisorer	Claes Lysén och Leif Olsson, ersättare Roland Stridh
Valberedning	Hans Andersson, Jan Fredriksson, Sven Sandin,

### Funktionärer m.m.

SPF:s representanter i Seniorrådet

	Marianne Mizgalski, Bengt Tingdahl, Anders Carlsson
Friskvård	Wolf Pieske
Rese- och studiekommittén	Kjell Bergström, Anders Carlsson, Inger Diser, Marit Eriksson, Lena Lindsäth, Sigbritt Straubel, Monica Zetterlund-Johansson
Webbansvarig	Ing-Marie Enochsson, Lars Larsson
Månadsbladet	Ing-Marie Enochsson
Medlemsregisteransvarig	Ing-Marie Enochsson, 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** På månadsmötet i januari underhölls vi av den sjungande polisen från Grums, Ragnar Nordanstig, som sjöng kända visor och berättade anekdoter.

**Februari** Årsmöte med sedvanliga förhandlingar. För underhållningen stod Klas Kvarnevik, som tolkade både dikter och prosa av Gustav Fröding.

**Mars** På månadsmötet i mars gästades vi av biskop Sören Dalevi, som bl a pratade om sin bok "Barnens bästa bibel".

**April** Månadens underhållare var Bengt-Ingvars som består av Bengt Alsterlind, Ingvar Carlsson och Anders Kyrkander. De framförde låtar av Sven-Ingvars, Ulf-Peter Olrog, Gustav Fröding och Elvis Presley med mellansnack av Bengt Alsterlind.

**Maj** På månadsmötet i maj fick vi lyssna till dragspelsvirtuosen och underhållaren Tord Sölvesson samt avnjuta en delikat vårbuffé i Skoghalls Folkets Hus.

**Augusti** Den här månadens gäst var Johanna Gustavsson, docent vid Karlstads universitet. Dagens ämne var fallskador och vad vi kan göra för att förebygga dessa.

**September** På detta månadsmöte fick vi njuta av högklassig underhållning av kommunens kulturchef, Fredrik Sjöstedt och hans kompanjon pianisten Janne Karlsson.

**Oktober** Den här gången stod skönsjungande Hammarö manskör för underhållningen.

**November** På månadsmötet i november gästades vi av teatergruppen Passionisterna med pjäsen "Går livet på räls?".

**December** Jullunch med sång, diktläsning, julquiz och luciåtåg av kommunala kulturskolan.

På de flesta av årets månadsmöten har vi också fått ta del av ett kortare pass med stolsgympa. Passen har omväxlande letts av Eva Lind och Marianne Mizgalski.

### ***Idéverkstad på Clevegården***

Den 5 juni träffades ett tjugotal medlemmar som hade hörsammat uppropet från styrelsen om en s.k. brainstorming för att utveckla verksamheten i vår trivsamma förening.

Rubriken för dagen var: "*Hur kan vi göra vår förening ännu bättre med en varierad verksamhet och som kan locka fler medlemmar i olika ålderskategorier?*"

Fem post-it-lappar per deltagare delades ut med instruktionen att skriva ner en förbättrings-/utvecklingsidé på varje lapp. Inga förslag var för stora eller för små. Tavlan fylldes snabbt med post-it-lappar med olika budskap. Därefter vidtog styrelsens arbete att sortera upp alla goda idéer och jobba vidare efter medlemmarnas önskemål. Flera av idéerna sattes också i verket under år 2025, vilket framgår nedan.

### ***Friskvård***

#### **Bordtennis (uppgiftslämnare Wolf Pieske)**

Antalet aktiva spelare har ökat stort. Under hösten uppnåddes rekordet 20 aktiva, Flera av de nya medlemmarna kommer från Karlstad. Numera är deltagarna uppdelade i två grupper som tränar från 9.30 - 12.00 alternativt 13.30- 16.00, på tisdagar och torsdagar.

#### **Boule (uppgiftslämnare Erik Gustafsson)**

Sommaren och hösten 2025 har man haft ordinarie verksamhet där man förutom de vanliga speldagarna måndag, tisdag, torsdag och fredag även lagt in interna, mycket uppskattade tävlingar på onsdagar.

Traditionellt har man också tagit emot elever och handledare från högstadiet på Hammarlunden, i år totalt ungefär 175 personer.

Hammarö boule har även gästats av en bouleförening från Lysekil. Ett samarbete som förhoppningsvis kan fortsätta. Stort tack till Hammarö kommun som ställde två "bajamajor" till vårt förfogande vid detta tillfälle.

Många av föreningens medlemmar har också deltagit i ett flertal externa bouletävlingar.

Höjdpunkterna i tävlingsverksamheten har varit de interna tävlingarna klubbmästerskapen, "Påsksmällen", "Lussecupen", "Våryran" samt "Tasseboulen".

Genom att aktivera medlemmarna har utomhusbanorna vid Björkebo hållits i bra skick via manuell, ekovänlig (vi har också provat miljövänlig kemisk bekämpning) handrensning av ogräs. Gruset har också bytts ut både utomhus och i hallen.

### **Cykelturer**

Under folkhälsoveckan i maj 2025 genomfördes en uppskattad cykeltur under ledning av Gun Hakefelt, Detta föranledde förslag från idéverkstaden 5 juni att anordna regelbundet återkommande cykelturer under året. Hösten 2025 ordnades därför två sådana cykelturer, dels den 29 september och dels den 10 november. Båda tillfällena var mycket uppskattade av deltagarna, men ännu fler cyklister efterlyses.

### **Discodans för kvinnor**

Ytterligare en aktivitet som blev en direkt följd av idéverkstaden den 5 juni är discodansen för kvinnor, som initierats och letts av Bettan Lilja Landegren. Fyra gånger under hösten 2025 har ett drygt tiotal dansanta kvinnor träffats och skakat loss till musik. Aktiviteten har varit mycket uppskattad av deltagarna och fortsättning har redan utlovats.

### **Folkhälsovecka** (uppgiftslämnare *Wolf Pieske*)

Årets Folkhälsovecka genomfördes den 12-16 maj i ett strålande men lite blåsigt försommarväder. Föreningens egen eldsjäl, Wolf Pieske, hade än en gång satt ihop ett späckat, varierande och uppskattat program med minst två, ibland tre, aktiviteter varje dag. Ett drygt hundratal medlemmar deltog i aktiviteterna som bestod av hälsoinformation, sittgympa, golvcurling, cykeltur, bangolf, boule, promenader, femkamp och årets nyhet frisbeegolf. Kort sagt innehöll veckan något för alla. Folkhälsoveckan genomförs samtidigt i alla förbundets föreningar, men vi kan konstatera att vår förening ligger i framkant när det gäller både antalet och variationen av aktiviteter. .

### **Mattcurling** (uppgiftslämnare *Wolf Pieske*)

Som enda SPF förening i Värmland kan vår förening sedan sommaren 2025 erbjuda denna populära aktivitet. Till den festliga invigningen den 16 juni kom spelets uppfinnare, Carl-Åke Ahlquist från Göteborg. Han levererade utrustningen och berättade engagerat och pedagogiskt om mattcurlingens teknik och regelverk. I början av september började träningen och nu är det tio entusiastiska aktiva som ses varje onsdag. Hälften av deltagarna är glädjande nog nya medlemmar i SPF Hammarö.

### **Promenader**

Den 15 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 10 juni träffades ett fåtal medlemmar i Stadsparken, Karlstad. Man tittade på de olika växterna, tog reda på en del fakta kring dessa, fikade och hade det väldigt trevligt.

### **Rese- och studieverksamhet**

Rese- och studiekommittén, som sedan några år är en gemensam grupp i vår förening, har haft elva möten under året. Många av aktiviteterna som planerats och genomförts av gruppen återfinns under rubriken "Övriga genomförda aktiviteter" nedan.

### **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. Bridgen avslutades den 18 december. Man har varit mellan 3 och 5 bord, vilket innebär 12-20 personer.

### **IT-verksamheten** (uppgiftslämnare *Erik Gustafsson*)

Under 2025 genomfördes tre studiecirklar i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan. Syftet har varit att göra studiedeltagarna mer familjära och bekväma med sina tekniska hjälpmedel. Alltså att inspirera studiedeltagarna till att: vilja, kunna och våga använda sina kvalificerade tekniska hjälpmedel.

Två av studiecirkelarna har haft temat fotografering respektive sociala medier och den tredje har haft fokus på att inte råka ut för nätbedrägerier. Denna tredje gång innebar att vi deltog i Digitalidags webinarium 10 oktober. Allt har ägt rum på Clevegården,

### **Jazz**

Trots att vår egen jazzguru, Gunnar Watz, tidigare meddelat att han hållit i sin sista jazzlyssning, återkom han den 30 september med ytterligare ett tillfälle, som var mycket uppskattat av de 20-talet närvarande entusiastiska medlemmarna.

### **Litteratursirkel**

Efter förslag på föreningens idéverkstad i juni, tog Margareta Tervell åter upp, den i flera år saknade, litteratursirkeln på Clevegården igen. Tolv medlemmar har under hösten läst, lyssnat på och diskuterat bl a "Styr din plog över de dödas ben" av Olga Tokarczuk, "Sophies historia" av Jojo Moyes m.fl. intressanta böcker. Fortsättning våren 2026 är redan planerad.

## Visafton med allsång

SPF Hammarös egna trubadurer Gråben (Bengt Tingdahl och Björn Hörgren), har under året genomfört två uppskattade och välbesökta visaftnar med allsång på Clevegården, dels den 11 april på temat "visor på västkanten" och dels den 7 november på temat "nu blir kvällarna kyliga och sena".

## Öppet hus

Som ett resultat av idéverkstaden tidigare under året, har styrelsen genomfört "öppet hus" i Clevegården varje fredag förmiddag under hösten med start i september. Styrelsemedlemmarna har turats om att vara på plats och välkomna gästerna med kaffe, te, och fikabröd. Glädjande nog har vi haft besök varje fredag och också som en direkt följd av samvaron kunnat välkomna några nya medlemmar.

## Övriga genomförda aktiviteter under året (uppgiftslämnare Rese- och studiekommittén)

- 31 januari: Studiebesök på NWT med ett tiotal medlemmar, där man bl.a. gick igenom tryckeriet och fick information om verksamheten och historiken.
- 11 februari: Anders Carlsson visade film från bl.a. resan till Mariefred.
- 19 mars: Kurs i HLR (hjärt-lungräddning) med Marianne Mizgalski som ledare.
- 25 mars: Fullsatt våffelkalas på Clevegården med information av Lena Lindsäth om våffelätandets historia.
- 21 maj: Bussresa till Västergötland med besök på bl a Kata gård, Varnhems klosterkyrka och Husaby kyrka.
- 13 augusti: Studiebesök i Hammarö Kyrka med information om såväl byggnaden som kyrkans orgel.
- 6 oktober: Filmvisning av "Vår ö" av Åke Hermansson samt "Resan till Västergötland" och kortfilm om Verner Nilsson av Anders Carlsson.
- 20 oktober: Fullsatt provsmakning med rätter från restaurang Pasha på Clevegården.
- 21 november: Traditionsenligt "ärter och punsch" på Clevegården.

Dessutom har föreningen vid flera tillfällen under året synts i lokaltidningen Hammarönytt, t ex i ett omfattande reportage om föreningen i stort samt i ett reportage om den årliga samlingen kring "ärter och punsch" och om mattcurlingpremiären.

## Seniorrådet (uppgiftslämnare Bengt Tingdahl)

SPF Seniorerna är representerat i kommunens seniorråd med två ledamöter och en ersättare. Ledamöter är Bengt Tingdahl och Marianne Mizgalski, ersättare är Anders Carlsson. Under 2025 har seniorrådet haft fyra sammanträden.

I rådet informerar socialförvaltningen om aktuella frågor. Vi har bland annat fått fyllig information om

- seniormottaget, som är ett team med flera olika kompetenser för att bättre kunna ge äldre råd och vägledning

- enkätundersökningen "vad tycker de äldre om äldreomsorgen" – även om svarsfrekvensen är relativt låg är resultatet positivt för Hammarö
- hemtjänsten inom kommunen varvid meddelats att någon minutstyrning inte förekommer
- verksamheten vid kommunens träffpunkter för äldre
- projektet lägersommar för äldre
- nya socialtjänstlagen

Vidare har vi tagit upp och ställt frågor om följande.

- Hemtjänstindex, ett samlat kvalitetsmått, som tagits fram av SPF Seniorerna, på kommunernas hemtjänst. Hammarö har sjunkit från plats 132 till plats 216 främst beroende på att man inte besvarat en viss enkät från Socialstyrelsen. Men även inom andra delar ligger Hammarö ganska dåligt till och vi har uppmanat socialnämnden att inköpa den fördjupningsrapport som finns och som kan ligga till grund för kvalitetsarbetet. Vi har också uppmanat socialnämnden att skapa rutiner så att enkäter inte blir obesvarade. Inget svar från socialnämnden har inkommit ännu.
- Frågan om hur vårdcentralen i Skoghall fungerar har varit en följetong de senaste åren och på initiativ av SPF fick vi till stånd ett möte med vårdcentralen varvid en del frågetecken kunde rätas ut.
- Varför gör man inte en koll i belastningsregistret innan anställning? Nu verkar det som om kommunen kommer att införa denna rutin.

- Önskemål har framförts om att bli remissinstans i frågor som rör äldre. Vi arbetar för närvarande på att finna former för hur detta skulle fungera.

Ordföranden i seniorrådet, Dag Ohlsson, avled oväntat under året och nu är Marianne Ohlsson ordförande. Hon är även ordförande i socialnämnden.

### **Uppvaktningar**

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

70 och 75 år uppvaktas med kort. Från 80 år och sedan vart femte år uppvaktas med blommor eller annan gåva. Styrelsen har beslutat att maxbeloppet för uppvaktning är 200:-. I de fall då jubilarer inte går att nå, har en hälsning lämnats i brevlådan tillsammans med Hammarökortet laddat med 200:-. Några jubilarer vill inte alls uppvaktas och detta respekteras naturligtvis.

### **Ekonomi**

Den ekonomiska redovisningen sker separat. Årets resultat blev -33036 kr (*förra året +2440 kr*).

### **Avslutning**

När vi tittar tillbaka på verksamhetsåret 2025 kan vi se att SPF Hammarö under året åstadkommit mycket värdefull verksamhet som på många sätt har bidragit till att minska ofrivillig ensamhet.

Ansvariga för respektive verksamhet vill även framhålla den fina kamratandan, glädjen och gemenskapen som finns i grupperna. 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 19 januari 2026

Bengt Tingdahl  
ordförande

Anders Carlsson  
vice ordförande

Ing-Marie Enochsson  
sekreterare

Gun Hakefelt  
kassör

Marianne Mizgalski  
ledamot

Eva Lind  
ledamot

Wolf Pieske  
ledamot

# Balansrapport SPF Seniorerna Hammarö

Utskriven 2026-01-09

	Ingående balans	Förändring perioden	Utgående balans
<b>Tillgångar</b>			
1920 Företagskonto/Bankgiro	19 477,00	-1 903,74	17 573,26
1940 Sparkonto	52 240,00	-31 469,35	20 770,65
1950 Fasträntekonto	135 254,00	336,94	135 590,94
<b>Summa Tillgångar:</b>	<b>206 971,00</b>	<b>-33 036,15</b>	<b>173 934,85</b>
<b>Skulder och eget kapital</b>			
2061 Balanserat resultat	-206 748,00	2 441,00	-204 307,00
2069 Årets resultat	-224,00	30 595,15	30 371,15
<b>Summa Skulder och eget kapital:</b>	<b>-206 972,00</b>	<b>33 036,15</b>	<b>-173 935,85</b>
<b>Summering</b>			
Summa tillgångar	206 971,00	-33 036,15	173 934,85
Summa skulder:	-206 972,00	33 036,15	-173 935,85
<b>Årets resultat:</b>	<b>-1,00</b>	<b>0,00</b>	<b>-1,00</b>

# Resultatrapport SPF Seniorerna Hammarö

Utskriven 2026-01-09

	2025	Budget	Analys
<b>Intäkter</b>			
3310 Lotteri	-12 515,00	-12 800,00	-2,2% →
3430 Mötesverksamhet	-45 455,00	-49 552,00	-8,3% ↘
3440 Resor/studiebesök	-27 000,00	-20 200,00	33,7% ↗
3450 Övriga arrangemang	-3 560,00	-13 420,00	-73,5% ↓
3810 Erhållna bidrag	-24 651,00	-27 300,00	-9,7% ↘
3890 Medlemsavgifter	-35 100,00	-35 100,00	0,0% →
<b>Summa Intäkter:</b>	<b>-148 281,00</b>	<b>-158 372,00</b>	<b>-6,4%</b>
<b>Kostnader</b>			
4110 Mötesverksamhet	85 163,29	80 569,00	5,7% ↘
4120 Resor/studiebesök	26 250,00	19 507,00	34,6% ↘
4140 Lotterivinster	5 778,25	3 871,00	49,3% ↘
4170 Kursverksamhet	463,00	2 450,00	-81,1% ↗
4180 Övriga arangemang	1 612,91	6 732,00	-76,0% ↗
4510 Inköp, varor	0,00	298,00	-100,0% →
5010 Lokalhyra	23 299,00	21 403,00	8,9% ↘
5090 Lokalkostnader	600,70	139,00	332,2% →
5410 Förbrukningsinventarier/material	0,00	40,00	-100,0% →
5460 Förbrukningsmaterial	260,50	1 126,00	-76,9% →
5800 Resekostnader, hotell mm	1 260,00	-	
5910 Reklam och PR	11 008,00	2 448,00	349,7% ↓
6110 Kontorsmaterial	5 862,30	2 159,00	171,5% ↘
6120 Uppvaktningar	5 952,40	8 706,00	-31,6% ↗
6210 Bankavg., porto och internet	14 983,16	14 013,00	6,9% →
6513 Medlemsavgifter	100,00	100,00	0,0% →
8310 Ränteintäkter	-1 276,36	-7 630,00	-83,3% ↘
<b>Summa Kostnader:</b>	<b>181 317,15</b>	<b>155 931,00</b>	<b>16,3%</b>
<b>Summering</b>			
Summa intäkter:	-148 281,00	-158 372,00	-6,4% ↓
Summa kostnader:	181 317,15	155 931,00	16,3% ↓
<b>Periodens resultat:</b>	<b>33 036,15</b>	<b>-2 441,00</b>	<b>-1 453,4% ↓</b>
<b>Övriga poster</b>			
8999 Resultat avslut	-33 036,15		

## **REVISIONSBERÄTTELSE FÖR SPF SENIORERNA I HAMMARÖ VERKSAMHETSÅRET 2024**

Undertecknade, av SPF Seniorerna Hammarös årsmöte 2025 utsedda revisorer, har granskat årsredovisningen och bokföringen samt styrelsens förvaltning i SPF Seniorerna Hammarö för räkenskapsåret 2025-01-01 – 2025-12-31 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 2025.

Vi har utöver vår tveklösa uppmaning till full och tacksam ansvarsfrihet för styrelsen ett påpekande inför framtiden: Årets ganska stora underskott rymms mycket väl inom den buffert som föreningens banktillgångar utgör, och man kan till och med säga att just detta är syftet med att ha en buffert på banken, men det ger ändå anledning till viss oro. Det är viktigt att man får balans mellan inkomster och utgifter innan bufferten minskar till en farligt låg nivå.

Hammarö den 15 januari, 2026

Leif Olsson

Claes-Göran Lysén

## SPF Seniorerna Hammarö – verksamhetsplan 2026

SPF 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 2026 vill föreningen:**

### ***SPF Seniorerna Hammarö fyller 50 år***

- redan i januari tillsätta en kommitté med uppdrag att utarbeta ett förslag till hur jubileet ska uppmärksammas och firas

### ***Information***

- fortsätta att tillhandahålla en informativ och lättillgänglig hemsida, SPF-app samt öka ansträngningarna att få medlemmarna att ansluta sig till Facebook-sidan
- fortsätta att ge ut "Månadsbladet" och tillhandahålla detta i pappersform för de medlemmar som saknar tillgång till internetuppkoppling
- i samband med månadsmötena ge muntlig information om kommande aktiviteter, vad som avhandlats på seniorrådet m.m.
- anordna egna aktiviteter såsom IT-caféer och webinarier i olika ämnen.

### ***Social gemenskap, trygghet och trivsel***

- anordna minst 10 månadsmöten (varav ett årsmöte, en sommarlunch och ett julbord) där det erbjuds en lämplig blandning av aktuell information samt underhållning och förströelse
- vid två tillfällen bjuda in de som blivit medlemmar under senaste halvåret för att informera om föreningens verksamhet samt ge de nya medlemmarna tillfälle att lämna synpunkter
- i samarbete med Hammarö kommun och PRO anordna en pensionärsdag med information, utställningar m.m. för pensionärer
- anordna mindre sammankomster för information och/eller underhållning på Clevegården
- fortsätta med "öppet hus" på Clevegården.

### ***Tillvarata medlemmarnas intressen***

- vara representerade i seniorrådet och där framföra seniorernas synpunkter och bevaka deras intressen
- i seniorrådet tillsammans med PRO arbeta för att pensionärsorganisationerna blir remissinstans vad gäller alla frågor inom kommunen som berör pensionärer
- tillsammans med projektet "Årsrika seniorer" och PRO anordna en utfrågning av de lokala politiska partierna inför valet hösten 2026
- uppmärksamma kommunens boendeenkät och utifrån den besluta hur vi ska agera.

### ***Folkhälsa***

- fortsätta de uppskattade verksamheterna med bl.a. boule, bangolf, bridge, discodans, litteraturcirkel, cykelturer, bordtennis och mattcurling
- anordna flera friskvårdsaktiviteter under SPF:s folkhälsovecka i maj
- ha ett nära samarbete med och stötta kommunens projekt ”god och nära vård”

### ***Livslångt lärande***

- fortsätta deltagandet i projektet ”Årsrika seniorer” för att motverka ålderism och åldersdiskriminering
- starta aktiviteter utifrån projektet ”Hållbara seniorer” för att skapa en hållbar framtid utifrån FN:s globala mål
- anordna en hållbarhetsvecka, gärna i samarbete med Hammarö kommun och PRO
- främja ett jämställdhetsperspektiv inom föreningen

Från rese- och studiekommittén planeras följande aktiviteter

- våffeldagen den 25 mars
- studiebesök i Karlstads domkyrka
- studiebesök vid Hembygdsgården och Skärgårdsmuséet
- kurs i hjärt- och lungräddning
- dagsresa till Arboga och Kungsör

### ***Rekrytering***

- intensifiera arbetet med medlemsrekrytering med målsättning att vi vid slutet av 2026 ska vara fler medlemmar än vid slutet av 2025
- ytterligare utveckla det påbörjade goda samarbetet med Hammarönytt med målet att vi under året ska ha minst fyra artiklar om vår förening i tidningen.

### ***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.