



Styrelsen för SPF Seniorerna Höstsol får härmed avge följande verksamhetsberättelse för verksamhetsåret 2025-01-01–2025-12-31

## **Verksamhetsberättelse 2025**

### **Styrelsen**

#### **Ordförande vald på 1 år 2025**

Carina Rhodin Nilsson

#### **Ledamöter med 1 år kvar av mandattiden**

Monica Wallin  
Tommy Sjölund  
Anita Björk  
Gunnar Mellin,

#### **Ledamöter där mandatperioden går ut 2025**

Per Österholm

#### **Ledamöter valda på 1 år**

Björn Hellquist

#### **Ersättare(suppleanter) valda på 1 år**

Ann-Chatrine Hammarström  
Kenneth Dahlgren

#### **Revisorer**

Björn Andersson  
Jan Karefeldt

#### **Valberedning**

Benny Eliasson, sammankallande  
Jonny Björk  
Bernt-Ove Bergsten

#### **Firmatecknare**

Ordförande och kassör var för sig

#### **Kommunala Pensionärsrådet (KTPR)**

Har representerats av Björn Hellquist

## **Ombud till Distriktsstämman**

Carina Rhodin Nilsson

Gunnar Mellin

Tommy Sjölund

Anita Björk

## **Antal medlemmar**

324

## **Styrelsemöten**

11 protokollförda möten

## **Årsmöte**

2025 02 28

## **Genomförda aktiviteter under året**

Föreningens hemsida och Facebookssida har kontinuerligt uppdaterats med aktuell information.

Under våren 2025 en fortsättning av Cirkel Släktforskning nu med DNA, 6 tillfällen.

Ett omfattande program av olika aktiviteter har under året genomförts med innehåll av hälsa & motion, medlemsträffar 1 ggr/månad (ej juli), olika studiebesök, föreläsningar, resor, underhållning, lunchbio och lunchopera m.m. vilket redovisas enligt följande;

**22 januari.** Medlemsmöte information och underhållning "Musikquiz" med Hasse Nordin

**23 januari.** Iggesundsvyn & Lönns buss 35 år

**29 januari.** Lunchbio "Here"

**3-4 februari.** Reseträff med Lönns buss

**11 februari.** Familjejuridik Information av "Juristkompaniet i Sundsvall"

**18 februari.** Studiebesök hos Timrå IK

**19 februari.** Lunchbio "Bridget Jones"

**25 februari.** Årsmöte. Därefter musikunderhållning av Ulf Järnankar

**11 mars.** Lunchtrav

**12 mars.** Lunchbio, "Min oväntade bror"

**18 mars.** Medlemsmöte. Information av Socialtjänsten Timrå kommun därefter underhållning av Andreas Nilsson.

**19 mars.** Träff med nya medlemmar under 2024 -2025 03

**22 mars.** Iggesundsvyn

**2 april.** Modevisning hos "New Fashion"

**9 april.** Studiebesök hos Permobil i deras nybyggda lokaler, "Produktion and Experian Center"

**9 april.** Modevisning nr 2 hos "New Fashion"



**23 april.** IT-café med SPF Seniorerna Höstsol

**23 april.** Lunchbio. "A Complete unknown"

**24 april.** Medlemsmöte med information och underhållning/musikquiz med Thomas Svensson

**29 april.** Lunchopera, Metropolitan Opera Figaros Bröllop"

**3 maj.** Äldregalan 2025

**7 maj.** Lunchbio André Rieu 75 år, "The Dream Continued"

**11 maj.** Thomas von Brömssen med föreställningen "Men pappa" tillsammans med Evelyn Jons.

**13-15 maj. Folkhälsoveckan** med aktiviteter i 3 dagar.

**Dag 1.** Stavgång därefter gemensam lunch. Efter lunch Gåfotboll och gemensamt fika

**Dag 2.** Bouleturnering, gemensam lunch därefter läkarföreläsning om benskörhet och vad vi själva kan göra för att undvika ohälsa.

**Dag 3.** Corne Hole turnering, Gemensam lunch därefter Hjärt & Lungräddning med aktoriserad instructor. Avslut gemensamt fika

**22 maj.** Medlemsmöte. Information från Timrå kommun om den nya matavfallshanteringen därefter pratcafé med "gofika"

**28 maj.** Hemlig resa

**1 juni.** Resa, gemensamt med Gaffelby och Marmen till Trondheim och Storlien

**5 juni.** Studiebesök, Merlo Slottsträdgård med sommarcafé

**5 augusti.** Helene Sjöholm & Tommy Körberg på Naturscen Skuleberget

**14 augusti.** Vandring start SCA arena

**24 augusti.** Seniorgalan 2025

**28 augusti.** Medlemsmöte, Information, Pratcafé och besök av Mittrevydirektören Jens Wieselblad Nilsson

**12 september** Lunchbio, "Filmen om Siv Malmkvist"

**17 september.** Lunchbio, André Rieu´s 2025 Maastericht Concert

**26 september.** SPF Seniorerna Höstsols jubileumsfest 50 år! Buffé med dans till orkester Jonny Cutz. En härlig minnesrik kväll!

**25 september.** Vandring utmed Ljustorpsån

**2 oktober.** Lunchtrav på Bergsåker

**7 oktober.** Håll musiken i gång! Ett Povel-ProgRamel

**16 oktober.** Lunchbio, "Det är något som inte stämmer"



**14 oktober.** Studiebesök hos Timrå IK.

**23 oktober.** Medlemsträff. Den årliga planeringsträffen med Vuxenskolan och Höstsols medlemmar inför 2026 års aktivitetsplanering.

**28 oktober.** Modevisning Höstkollektion hos New Fashion i Timrå

**30 oktober.** "Vandring" från Ridstadion till Svedje och tillbaka

**3 november.** Modevisning nr 2, Höstkollektion hos New Fashion i Timrå

**11 november.** Lunchopera, Met-opera -La Bohème

**13 november.** Musikalen Kristina från Duvemåla

**18 november.** Vandring, Skeppshamn-. Bodviksskatan-Linberget

**20 november.** Medlemsmöte, Information och underhållning av Andreas Nilsson

**5 december.** Premiär, Årets Julpärlor på Söråkers FH

**14 december.** André Rieu´s Christmas Concert: Merry Christmas

**Promenader/Stavgång** pågår kontinuerligt varje vecka under året med egen stavgångsledare. Köldgräns – 10.

**Boule pågår** kontinuerligt varje vecka fr. o m maj, till sen höst så länge vädret tillåter.

**Cirkelträning.** SPF Höstsol har en egen cirkeltränings grupp med ledare på ett av tränings gymmen i Timrå där de tränar styrketräning och balans kontinuerligt varje vecka.

Antalet medlemmar som deltagit i ovanstående aktiviteter är ca. **3126**

Antalet medlemmar som deltagit i olika **motionsaktiviteter** är ca. **830**.

### **Höstsols Hemsida**

Hemsidan är tillsammans med SPF-appen Facebook och SPF:s e-post, föreningens digitala kommunikationsväg ut till medlemmarna där vi lägger/skickar ut information och kommande aktiviteter.

### **SPF-appen**

Föreningen är ansluten till SPF-appen. Via den får de medlemmar som använder smartphone en avisering när en nyhet publiceras på hemsidan. Antalet användare av appen som hittills varit mycket lågt ser vi nu ökar allt mer i antal efter att föreningen fortsatt regelbundet på medlemsträffar informerar om SPF-appen. Vi följer statistik varje månad.

Föreningen har vid ett tillfälle haft utbildning i i användande av smartphone och SPF-appen.

Deltagandet till den utbildningen blev låg. Föreningen planerar under våren 2026 att åter bjuda in till en cirkelutbildning hur använda smartphone och SPF-appen.



## Facebook

Föreningen har en egen Facebooks sida där föreningen lägger ut information om bland annat lunchbio/ lunchopera, teater, musikaler och hälsoaktiviteter.

## Kommunala Pensionärsrådet (KTPR)

**KTPR** = Kommunala och tillgänglighets- och pensionärsrådet, är ett rådgivande organ för överläggningar, samråd och information mellan företrädare för fyra funktionshinderorganisationer, tre pensionärs organisationer och kommunens styrelser och nämnder. Rådet har under 2024 haft **4** protokollförda sammanträden. SPF Seniorerna Höstsol representeras av en ordinarie ledamot. Rådets protokoll finns på kommunens hemsida: [timra.se](http://timra.se)>Kommun och politik> >Sammanträdesinformation>Kommunala tillgänglighets och pensionsrådet.

Timrå kommun är fr o m 2023 med i Hemtjänstindex (HTI) och rankningen bland landets 290 kommuner vad gäller kvalitetsarbetet inom hemtjänsten. Där HTI gör det möjligt att jämföra kommuner med varandra något som tidigare inte varit möjligt.

**Styrelsen vill framföra ett stort tack till alla våra medlemmar som gör det möjligt att träffas och ha det trevligt på våra sammankomster.**

.....  
Carina Rhodin Nilsson                      Monica Wallin                      Per Österholm

.....  
Tommy Sjölund                      Björn Hellquist                      Gunnar Mellin

.....  
Anita Björk                      Ann-Chatrine Hammarström

.....  
Kenneth Dahlgren