

# ÅRSBERÄTTELSE

## för SPF Seniorerna Kiladalen, verksamhetsåret 2023

SPF Seniorerna Kiladalen omfattar Kiladalen och Tunabergs församlingar med omnejd. Månadsträffar anordnas normalt andra måndagen i varje månad utom i juni, juli och augusti. Årsmötet hölls den 13 februari i Tuna församlingshem och i samband med månadsmötet i maj firade föreningen 30-årsjubileum. En hjärtstartare har inköpts av föreningen. Distriktet stod för kostnaden och hjärtstartaren är placerad i Tuna Församlingshem.

### Styrelse

Ordförande	Inger Frisk
Vice ordförande	Astrid Löfling
Sekreterare	Elisabeth Lindqvist
Kassör	Margareta Karlsson
Medlemsreg. ansv	Jan Larsson
Ledamöter	Bo Pettersson och Ingegärd Nylund
Ersättare styrelsen	Gunnar Löfling och Pia Sundqvist
AU	Ordförande, kassör och sekreterare

Revisorer Agneta Nilsson och Håkan Nilsson samt ersättare Kerstin Eriksson

### Ombud till distriktsstämma

Självklart ombud	Ordförande Inger Frisk
Ordinarie	Ingegärd Nylund
Ersättare	Runa Fager

**Valberedning** Bo Karlsson, Sune Nilsson Jan Eriksson, Lars Gustavsson och Ingallill Ekegren med Jan Eriksson som sammankallande

### Ansvariga för verksamhetsområden

Boule	Sonja Bergström med biträde av Örjan Ahlin, Kjell Karlsson, Gudrun Larsson och Lennart Söderkvist
Badansvarig	Agneta Nilsson
Canastaledare	Kenth Carlsson med biträde av Hans West
Hemsidesansvarig	Ingegärd Nylund
KPR-representant	Margaretha Roos
Lotteriansvariga	Birgitta Edestedt och Gudrun Larsson
Läkemedelsansvarig	Inger Frisk
Pressreferent	Elisabeth Lindqvist och respektive kommittéansvariga
Programkommittén	Helena Nilsson, ansvarig, Kerstin Ekström och Klas Roos
Rekrytering	Styrelsen
Resor	Margareta Johansson och Leif Johansson
Studier/Utbildning	Catarina Ekström och Birgitta Eriksson
Sångledare	Björn Lövgren
Trafik	Kjell Karlsson och biträdande Kjell Löfgren
Vandringar	Orvar Norrby med biträde av Olle Ericsson, Lars Gustavsson, Runa Fager och Stig Sandell
Värdar vid månads-träffarna	Lunda: Anita och Bengt Sjöo samt Gunilla och Hans Karlsson Bergshammar: Sonja Nilsson och Birgitta Carlsson Kila: Birgit Johansson och Gunnel Persson Tuna: Anna-Maria Eriksson och Helena Nilsson

### Styrelsesammanträden/medlemsmöten

Under året har sex protokollförda styrelsesammanträden hållits, januari, mars, maj, augusti, oktober samt december. Ett konstituerande möte hölls den 13 februari i samband med årsmötet. Styrelsemötena hölls i IK Tuns Klubbhus i Enstaberga medan månadsmötena, fyra

på våren och fyra på hösten, hölls i Tuna församlingshem. En fest för föreningens samtliga funktionärer genomfördes den 21 mars i Bergshammars församlingshem. Samtliga funktionärer samt de som avgick vid årsmötet hade bjudits in. Nya medlemmar inbjöds till en enklare måltid och information den 16 oktober, senast detta skedde var 2021.

### **Årsmöte**

Årsmöte hölls den 13 februari i Tuna församlingshem, 111 medlemmar deltog. Linda Pröjtz Ålund underhöll med sin man Lars som gitarrist. Bergshammarskommittén serverade kaffe och goda semlor. Prästen Karin Tallberg höll en stämningsfull parentation över 11 avlidna medlemmar varefter mötet fortsatte enligt utskickad dagordning.

### **Arbetsordningar**

Samtliga funktionärers arbetsbeskrivningar har reviderats under året och finns nu på hemsidan så alla kan ta del av dem.

### **Reseersättningar**

Reseersättning har utgått enligt statens resereglemente, 25 kr/mil, samt 1 kr/mil för medresenär. Gäller resor utanför Nyköpings kommun.

### **Möteslokaler**

Samtliga månadsmöten samt årsmötet har hållits i Tuna församlingshem. Styrelsens möten hölls i IK Tuns klubblokal i Enstaberga.

### **Marknadsföring/information**

Inbjudan till månadsmöten skickas via E-post samt för dem som saknar E-post via SMS, det är enbart fem medlemmar som inte nås på detta sätt. Information om månadsmöten och övriga aktiviteter finns även på vår hemsida och facebook. De månadsmöten, resor, studiebesök och utflykter som genomförts har refererats i Södermanlands Nyheter, på föreningens hemsida samt på Facebook och då facebooksidan är öppen för alla kan även icke medlemmar enkelt läsa om oss. Vissa händelser skickas även till Förbundets Nättidning Senioren och kan då ses under rubriken "Landet Runt". From i år har föreningen dessutom ett Instagramkonto.

### **Samarbete**

Ordföranden för SPF-föreningarna i Nyköping, Kiladalen, Oppeby-Harg, Tystberga. Stigtomta-Vrena samt Oxelösund träffas en gång på våren och en gång på hösten, de så kallade G6-mötena. Syftet med dessa möten är att våra föreningar ska stötta varandra och diskutera gemensamma frågor och ge varandra tips.

### **Ekonomi**

Medlemsavgiften har för femte året varit 250 kr/medlem. Detta år firade föreningen 30-årsjubileum med en festlig majträff i församlingshemmet. Vi bjöds på buffémat, kaffe och musikunderhållning. Kostnaden blev 24 000 kr vilket täcktes av inbetalningar från deltagarna, 5 000 kr i bidrag från SPF Seniorerna Sörmlandsdistriktet och 10 970 kr, som sedan tidigare avsatts i balansräkningen för detta ändamål. Till månadsmötet i december fick vi projektbidrag från SPF Seniorerna Sörmlandsdistriktet med 5 000 kr. Resultat- och balansräkning för år 2023 och budgetförslag för år 2024, se bilaga.

### **Medlemmar**

Medlemsantalet var 1/1 2023 304 st och 31/12 2023 298 st. Nya medlemmar 17 st, avlidna 14 st, utträdna 9 st och vänmedlemmar 14 st.

### **KPR - Kommunala pensionärsrådet**

2023 är det första året i den nya fyraåriga mandatperioden för Kommunala Pensionärsrådet, KPR. Vi har haft fem möten under året varav ett tillsammans med Kommunala Funktionshinderrådet, KFR.

De fyra teman som avhandlats i KPR är Äldreomsorg, Boendefrågor, Tillgänglighet till den digitala världen och i det sista mötet för året, den 1:a december, avhandlades Trafikfrågor. I det femte och gemensamt med KFR redovisas en översyn av respektive Reglemente. En grupp som består av representanter från de båda råden arbetar med att ta fram ett nytt

reglemente som bättre ska efterlevas. Margareta Roos är SPF Seniorernas representant. En stor fråga som har diskuterats, som inte följts, är avsaknaden av att vara remissinstans i frågor som berör oss seniorer.

Alla protokoll från KPR, Vård-och omsorgsnämnden samt Socialnämnden finns att ta del av på Nyköping kommuns hemsida.

### **Studier och utbildning**

- En liten grupp morgonpigga medlemmar har deltagit i fågelskådning vid fem tillfällen under våren 2023. Ledare har varit vår expert Bert Lindgren. Den 4 maj var vi inbjudna till Björkviks SPF och tillsammans med dem hade vi en fin naturvandring på Kattnäset i Björkvik.
- Den 20 februari deltog 45 medlemmar i en hemberedskapsutbildning i Tuna Församlingshem. Sune Eriksson från Civilförsvarsförbundet var kursledare.
- I två grupper, 27 februari och 6 mars, genomgick totalt 30 medlemmar en HLR-utbildning. Sune Eriksson från Civilförsvarsförbundet var instruktör
- Den 20 april genomgick styrelsen en utbildning i Studieförbundet Vuxenskolas regi, det var SPF Seniorerna Sörmlandsdistriktet som stod för kostnaden.

### **Reseverksamhet**

Under året har tre dagsresor samt två 2-dagarsresor genomförts.

- 26-27 mars var 41 personer på kryssning med Viking Line Cinderella.
- 15 maj var 49 personer till Stora Sundby slott samt Miniature Kingdom i Kungsör.
- 29 juni var 49 personer till Hjälmare Kanal med sina 9 handdrivna slussar samt Säfstaholms slott, slutade med kaffe på Sultans Konditori i Katrineholm.
- 23-24 augusti var 43 personer på Hemlig Resa till Kosta Bodå Glasbruk samt en utflykt i Wilhelm Mobergs fotspår.
- 28 november var 35 personer till Stockholm och Skansen med julbord på Solliden

### **Studiebesök**

- Den 18 september gjorde 40 medlemmar ett studiebesök vid Globus i Svalsta.
- Den 27 oktober besökte 20 medlemmar NKs möbelutställning på Sörmlands Museum

### **Canasta**

Canasta spelades 15 gånger under våren och 15 gånger under hösten. Det är cirka 36 medlemmar som deltar och årets avslutning var den 6 december.

### **Friskvård**

Boule.

Verksamheten har bedrivits under vintersäsongen, 10 januari tom 4 april samt 17 oktober tom 12 december, inne på Rosvallas boulbanor. Sommarsäsongen, 11 april tom 10 oktober, har bedrivits på IK Tuns anläggning i Enstaberga. Det har varit ca 17 deltagare per gång utomhus och något färre deltagare på inomhus boulen.

### **Boule - Klubbmästerskap**

Den 1 september anordnade vi klubbmästerskap. Denna dag var den regnigaste dagen på hela sommaren så vi fick fika och äta korv inomhus. En eloge till att alla 13, som anmält sig kom. Boulespelare räds inte lite regn. I år var det Kerstin Pettersson och Kjell Löfgren som kom på 1:a plats.

### **Vandringar**

- 31 mars: Jogersö. Vandring i 20 cm snö, 4 km, 16 deltagare. Lunch på nya Källan efteråt
- 14 april: Fjällmossens naturreservat. Vandring 5 km, 22 deltagare
- 28 april: Strandstuviken. Vandring till Stortallaren t o r 6 km, 31 deltagare
- 5 maj: Nävekvarn. Vandring vid Vibberholmen 3,5 km, 35 deltagare
- 26 maj: Kärrgruvan. Vandring 3,5 km, 29 deltagare
- 25 aug: Gemenskapsdag med tipspromenad och tävlingar, ärtsoppa och smörgås, 48 deltagare
- 8 sept: Vibäck. Vandring till "Arken" 3 km, 27 deltagare
- 22 sept: Ålbäck o Långsjön. Vandring 4,5 km, 29 deltagare

- 6 okt: Vandring till Pustepers grotta, 4 km, 23 deltagare
- 20 okt: Vandring runt Nävsjön, 8 km, 17 deltagare
- 3 nov: Vandring på Ekensbergs motions slinga, 5 km, 14 deltagare
- 17 nov: Janstorps naturreservat. Vandring 4,5 km som avslutades med korvgrillning, 25 deltagare

### Vattengymnastik

Vi har under året haft vattengymnastik i Hjortensbergsbadet under ledning av Maria Wallin. Vi har varit 30 deltagare fördelade på två grupper, femton personer i varje. Totalt genomfördes sexton pass under våren och femton under hösten

### Körverksamhet

Sånggruppen, under Björn Lövgrens ledning, har träffats före varje månadsmöte för att öva. Vid maj- och decembermötet underhöll de oss övriga mötesdeltagare. De brukar vara ca 12 personer som träffas men ser gärna att fler ansluter.

### Kunskapsstävlingen "Hjärnkoll"

Hjärnkoll, distriktsmästerskap för Sörmland, genomfördes den 3 maj på Åsa Folkhögskola. Vår förening deltog med ett lag, Gunnar Löfling, Klas Roos och Karlerik Bergström.

### Trafik

Våra trafikansvariga påminner och informerar bl a om vikten av att ha bra däck och när det är dags för däckbyten. Under våren delade de ut reflexer i samband med ett månadsmöte och medlemmarna blir påmind om vikten av att använda reflexer, speciellt under den mörka årstiden.

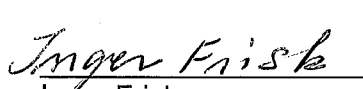

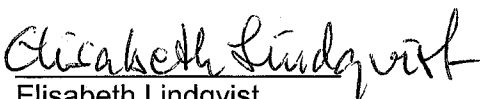


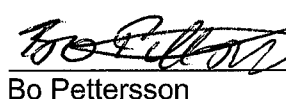

### Uppvaktning och kondoleans

Föreningen uppvaktar vid jämn födelsedag, vart 5:te år, de medlemmar inom SPF Seniorerna Kiladalen som startade föreningen samt skänker gåvor till fonder när medlemmar avlidit.

### Avslutning

Styrelsen tackar samtliga medlemmar för det förtroende som visats oss och verksamhetsansvariga under det gångna året.

Kiladalen den 3 januari 2024

 Inger Frisk	 Margareta Karlsson	 Elisabeth Lindqvist	
 Astrid Löfling	 Jan Larsson	 Bo Pettersson	 Ingegärd Nylund