

Verksamhetsberättelse 2024

SPF Seniorerna är en av landets största ideella organisationer, som brinner för seniorfrågor och som vill vara med och förbättra förutsättningar för att säkra livskvaliteten för svenska seniorer.

Mål och strategier

SPF Seniorerna är en ideell, partipolitiskt och religiöst obunden organisation. Förbundet har drygt 260 000 individuella medlemmar i närmare 800 lokala föreningar, fördelade på 26 regionala distrikt. SPF Seniorernas två huvudsakliga syften är att ta tillvara äldres sociala och ekonomiska intressen, samt att bedriva lokalt, regionalt och nationellt påverkansarbete.

Mål för SPF Seniorerna Nivrén, Njurunda

I Västernorrland finns ca 6000 medlemmar varav 817 i SPF Seniorerna Nivrén vid årsskiftet. Hela 72 nya medlemmar tillkom under året. Genomsnittsåldern är 77 år.

Våra mål är att:

- Att aktivt stödja föreningens medlemmar med friskvård, kompetensutveckling och gemenskap.
- Att fortsatt skapa mötesplatser och projekt i syfte att ge fler medlemmar tillfälle till ökad livskvalité.
- Att fortsätta rekrytera nya medlemmar för att ge möjligheter till samvaro och kompetensutveckling.
- Att fortsätta stödja och uppmuntra våra funktionärer, som leder aktiviteter av olika slag.
- Att stödja RPR- (Regionala pensionärsrådet) och KPR-arbetet (Kommunala pensionärsrådet) i Sundsvalls kommun.
- Att lyfta blicken framåt och ha beredskap för den utvecklingen.
- Liksom den övriga organisationen skall vi arbeta för medlemstillväxt. Genom att vara många blir vi lyssnade till, får större möjligheter och ger våra medlemmar fler verktyg

Att medlemmar känner glädje och gemenskap i vår förening är grunden i vår verksamhet. Alla är välkomna i organisationen både som deltagare och som funktionär.

Samhället är i stort behov av seniorer med deras erfarenhet och kompetens. Fördomar och dåliga attityder om seniorer skall vi bekämpa. För att göra detta skall vi:

- Kämpa för att minska seniorers utsatthet och ofrivilliga ensamhet
- Synliggöra seniorers erfarenhet och kompetens
- Öka den digitala kunskapen hos seniorer

Styrelsen

Styrelsen har bestått av sju medlemmar och två suppleanter. De har sammanträtt vid nio tillfällen under kalenderåret.

Ordförande	Gunnar Persson	Ledamot Ann-Marie Sten
Sekreterare	Ulla Hörnell	Ledamot Agneta Strömqvist
Kassör	Örjan Tjernell	Ledamot Inger Zetterberg
Vice ordf.	Märta-Brita Forsberg Svensson	Suppleant Lis Britt Engberg
		Suppleant Olavi Hedman

Ekonomi

Föreningen har en stabil ekonomi. Föreningen har bytt bank till Hälsinglands Sparbank, som har ett bemannat kontor i Njurundabommen. Beslutet har uppskattats av föreningens medlemmar, då många har ett personligt konto i banken. Förutom ett transaktionskonto har en större summa pengar avsatts i ett s k Jubileumskonto.

Vi hänvisar till den ekonomiska redovisningen för ytterligare information (se bilaga 1).

Våra verksamhetsområden

SPF Nivrén bedriver aktiviteter inom vitt skilda områden såväl inom det kulturella området liksom inom sport och fritid. Ett trettiotal olika aktiviteter med 70-talet funktionärer svarar för ett brett urval av aktiviteter. Utan de eldsjälur som på frivillighetens väg driver och engagerar sig i detta arbete, skulle ingen verksamhet över huvud taget kunna bedrivas. Detta är kärnan i föreningen.

Kulturområdet

Inom kulturområdet har föreningen inbjudit till tre olika arrangemang. Senioregalan i Tonhallen med uppträdande av duktiga lokala artister och som upplevdes som mycket underhållande och trevligt. Julfrossan på Teatern med sång blandat med humoristiska inslag var också uppskattat av besökarna. På teaterföreställningen "Vi hade i alla fall tur med ramavtalet" som spelades på Opalen i Kvissleby, gavs en inblick i de komplikationer, som kan uppstå vid en upphandling i offentlig förvaltning. Tre vitt skilda arrangemang som alla uppskattades. Totalt har 164 medlemmar deltagit i dessa kulturarrangemang.

Volontärsarbete på Äldreboende

Volontärsarbetet har fortsatt med träffar i princip varannan vecka på Tingsta äldreboende under hela året. Som regel har 6 st volontärer underhållit och aktiverat de boende med sittgymna, ballonglek, allsång till dragspel och kaffe med dopp.

Den aktiva gruppen har hållit på i närmare 10 år med denna verksamhet som sedan i föl formaliserades med ett IOP-avtal (Idéburet Offentligt Partnerskap) med

Sundsvalls kommun. Nya medlemmar verkar anknyta till det här viktiga arbetet och liknade saker planeras på Skottsundsbackens äldreboende.

Projektet "ofrivillig ensamhet"

Socialstyrelsens projekt "Ofrivillig ensamhet" bedrevs aktivt under 2023 och slutredovisades till Socialstyrelsen samma år. Under 2024 kom en bekräftelse att såväl projektet som sådant samt den ekonomiska redovisningen hade uppskattats av Socialstyrelsen. Under 2024 har några grupperingar fortsatt att träffas och umgås utan något extra ekonomiskt stöd. Beslut togs därför att söka nytt resurstöd från Socialstyrelsen för verksamhetsåret 2025. Någon information om äskandet godkänts har i skrivande stund icke kommit från Socialstyrelsen.

Resor

Resandet har som vanligt varit mycket omtyckt med ett varierande utbud av resor. Många olika resmål har kunnat erbjudas. Lokala resor liksom långväga sådana som Norge, Finland och i december en resa till julmarknaden i Lübeck har alla varit väldigt omtyckta.

Efterfrågan har som vanligt varit väldigt stor och de olika erbjudandena har snabbt varit fullbokade. Nya spännande resmål är på gång 2025.

Seniorträffen, lokaler

I kommunens lokaler på Affärsgatan 4 D, Kvissleby disponerar SPF Seniorerna, tillsammans med PRO, lokaler för kansli, rum för möten, studiecirkel och underhållning.

På Seniorträffen finns även en caféverksamhet tre dagar i veckan som drivs tillsammans med PRO Njurunda varannan månad. Tolv frivilliga krafter ställer upp och sköter serveringen. Under året har det serverats ca 900 st så kallade fika. På Seniorträffen arrangerar föreningen också med jämna mellanrum aktiviteter av olika slag såsom föreläsningar om aktuella ämnen, vinprovning och underhållning för mindre grupper. Dessa aktiviteter är välbesökta och omtyckta.

För större sammankomster såsom månadsmöten hyr föreningen lokalen, Värstaborg som ägs av Nivren Folkdansgille. I dagsläget hyr SPF Nivren denna lokal även för bridge, gymnastik och yoga.

Nyligen har Sundsvalls kommun informerat om möjligheterna att även nyttja lokaler i f.d Folkets Hus i Kvissleby. Dessa lokaler behöver en del renovering och upprustning innan de kan tas i bruk.

Månadsmöten

En av de mera populära verksamheterna är de månatliga mötena som hålls på Värstaborg. Under året har 7 st månadsmöten genomförts. Dessa besöks stadigt av 125-150 personer. Här erbjuder föreningen ett varierat program, som utarbetats av ett programråd. Föredrag, allehanda musikunderhållning, föredrag, värdefull

information varvas med kaffe med dopp, lotteri med fina priser etc. Ett jättebra forum för utbyte av idéer och information.

För fika och allt det praktiska med lokal etc. ansvarar en grupp på 8 personer.

Golf

DM i Golf gick av stapeln i föreningens regi i nära samarbete med föreningen Gaffelby. Det var första gången Nivrén stod som arrangörer för ett distriktsmästerskap i golf. 43 personer var anmälda och tävlingarna spelades i två ronder dels på Sundsvalls Golfklubb den 6 augusti och på Öjestrands Golfklubb den 7 augusti. De flesta deltagarna kom från Sundsvallsområdet. Tyvärr inga deltagare från distriktets norra delar. Mästerskapet avslutades med gemensam lunch och prisutdelning på golfrestaurangen Öjestrand.

Segrare i dam- och herrklass fick var sitt fint diplom och ett presentkort. Presentkort delades även ut till andra och tredjepristagare liksom slumpvis till några andra deltagare.

Distriktsmästare i damklassen blev Karina Nylund och i herrklassen Hans Westin.

Vandra med varandra

År 2024 bytte aktiviteten "Stavgång" namn till att kalla den för "Vandra med varandra". På Vuxenskolan kallas aktiviteten fortfarande för Kultur och historievandringar. Under våren har 17 vandringar arrangerats och under hösten 14 vandringar med i snitt 28 deltagare. Totalt har det vandrats ca 10 mil under god social samvaro som avslutats med fika efter de två timmar vandringen tagit. Allehanda platser har besökts för att öka kunskapen och historien om utvecklingen av hembygden. Oförtrutet har gruppen arbetat för att locka s. k ofrivilligt ensamma att delta och idag tillhör dryga 30% den gruppen pensionärer. Gruppen har utvecklat en mycket fin social gemenskap och lockar stadigt nya medlemmar.

Gymnastik

Under ledarskap av Pia Svensson har seniorgymnastik hållits på Värstaborg. Totalt har gruppen, som bestått av varierande 12 till 30 deltagare träffats vid 32 tillfällen. Detta är en populär och efterfrågad aktivitet särskilt för föreningens damer. Fler herrar efterfrågas.

Boule

Boulen spelas inomhus i Skönsberg på vintern och på Dykets fina boulebana på sommaren. Årets klubbmästare blev Vivi Jonsson på damsidan och Ivar Vesterlund bland herrarna. Boule är en trevlig och passande idrott för seniorer och det finns gott om plats för fler utövare.

Bowling

Varje tisdag bowlas det på bowlinganläggningen på Södra Berget. Deltagarantalet varierar mellan 10–16 personer per tillfälle. Kostnaden för bland annat hyra betalas av deltagarna själva.

Bridge

53 personer har vid något tillfälle besökt någon av de 68 bridgedagar under 2024. Detta innebär totalt 1650 deltagare under hela året. Medelåldern ligger på nära 80 år och för många ensamstående är detta en mycket viktig och den enda aktivitet som man deltar i.

Sångkören

Kören består av totalt 38 personer varav 24 damer, sopraner och altar, samt 14 herrar, tenorer och basar. Totalt 33 st övningstillfällen har kören haft 2024 under ledning av Gun East.

Kören har uppträtt vid allehanda tillfällen under året. Bland annat vid föreningens årsmöte och vid ett antal tillfällen vid högmässan i Njurunda kyrka. Samverkan med kyrkan är viktigt, då kören erbjuder träningslokal i församlingshemmet mot att man deltar vid olika tillfällen i kyrkliga evenemang. Under året har kören också haft en egen konsert i kyrkan tillsammans med Py Bäckman. Den var mycket välbesökt och uppskattad.

Sångåret avslutades med föreningens Julkonsert, en välbesökt och återkommande aktivitet, där kören förstärkt med sång- och musiktartister underhöll en fullsatt kyrka. Kören har under 2024 firat sitt 20-årsjubileum.

Knäppgökarna

"Knäppgökarna", SPF:s eget ukuleleband, har fortsatt sin verksamhet och har varit engagerade i flertalet evenemang under året. Deras trevliga och för åldersgruppen lämpliga repertoar roar var helst de ställer upp.

Läsecirkel

I en läsecirkel har 8 damer träffats under totalt 9 tillfällen för att diskutera, analysera vad man har läst.

Man träffas i en lokal på Bröderna Bommen som passar bra och där man kan sitta ostört och samtidigt njuta av gott fika.

I regel läses man en bok i månaden, som diskuteras och analyseras. Böckerna väljs ut tillsammans och beställs på biblioteket. Under höstterminen läste man bl a en bok av Njurundaförfattaren Sofia Rustan, vars deckare utspelades i just Njurunda.

Konstgruppen

Konstgruppen med sina nuvarande sju medlemmar träffats regelbundet varje vecka och gjort det under många år. Man har producerat fina alster i olja, akryl och akvarell,

som sedan vunnit uppskattning på vernissager på allehanda ställen både i och utanför distriktet.

Gruppens alster kan kontinuerligt beskådas i utställningar på Seniorträffen, där också möjligheter finns att inhandla dessa. Styrelsen har valt att årligen välja ut ett alster, köpa det om vederbörande konstnär godtar det, och sedan lotta ut tavlan som en extra premiumvinst vid Årsmötet.

Franska

Fem damer träffas kontinuerligt under året och när man kan passa ihop sina tider. Det har varit lite oregelbundet under året som gått, men med lite pusslande så har alla varit med vid varje tillfälle. Konversation är prioriterat liksom att skriva ner berättelser på franska, som sedan presenteras för varandra. Man högläser böcker som sedan översätts. Träffarna sker oftast vid lunchtid med enklare måltid hemma hos varandra.

Nous passons un bon moment ensemble.

Engelska (Brush up your english)

Engelska gruppen har under hösten haft ett tiotal sammankomster. Lokal på Träffpunkten har använts för träffarna. Inklusivt ledare har man varit sju personer i gruppen. Tillsammans har man utvecklat ett mycket gott samtalsforum på engelska.

Man läser korta noveller på engelska som man sedan analyserar. Musik, samtal och mycket god stämning har varit ett stående inslag varje torsdag. Enligt utvärdering vill alla fortsätta under 2025.

Trädgårdsgruppen

För femte året i rad har gruppen ansvarat för köksträdgården på Svartviks Herrgård. Den har blivit bättre och bättre för varje år och under 2024 har bl a trädgården jordförbättrats. Trädgården har betytt extra mycket, då Herrgården inte har varit öppen. Besökare har kommit till trädgården för visning och njutning. För det mesta är det 10–12 aktiva "trädgårdsmästare" som träffas varje vecka från tidig vår till sen höst. Trevnad, gemenskap där alla bidrar med något. Men, fler händer behövs.

Trav

Spänning och förhoppningar speglar det här gänget som träffas varje fredag för att testa kunskap och turen på travspel. Turen eller kunskapen har definitivt varit med gänget, då man i höstas lyckades spela hem en storvinst på närmare 172 000 kr! Grattis!

Yoga

Yogan har varit en uppskattad aktivitet med lite varierande deltagarantal. Tanken är att fortsätta 2025, men lite sjukdom på ledarsidan kommer säkerligen att påverka starten på vårterminen.

Njurunda i januari 2025

Styrelsen

SPF Seniorena Nivrén, Njurunda

[Handwritten signature]

Uua Lörmell

[Handwritten signature]

Ann-Marie Sk

dis Britt Engberg

Mari Britt F. Svan

Agmeta Sjöström

OL. H.

Inger Zetterberg

Bilageförteckning

1. Resultat och balansräkning 2024

307.1

Årsredovisning 2024

Resultaträkning	2024	2023
Intäkter, kronor		
Medlemsavgifter	44 995	44 290
Månadsmöten på Värstaborg	58 470	41 410
Vår- och Höstavslutning	37 700	0
Övriga möten		29 950
Jubileum 40 år		101 200
Aktivitetsintäkter	11 482	0
Föreningsbidrag Sv kommun	32 200	25 800
Bidrag Vuxenskolan	18 760	18 500
Lotterier	52 416	41 652
Seniorträffen	22 150	23 409
Övriga intäkter	5 300	0
Ränteintäkter	14 688	3 274
Intäkter	298 161	329 485

Kostnader, kronor		
Månadsmöten, Värstaborg	55 438	51 727
Övriga möten	16 012	79 616
Vår- och Höstavslutning	42 951	0
Jubileum kostnader	10 897	210 599
Årsmöte	26 483	0
Lotterikostnader	17 723	18 267
Seniorträffen	19 062	19 466
Lokalhyra Värstaborg	25 363	18 500
Kostnadsersättningar	29 000	22 400
Annonser, tryckkostnader	7 593	3 522
Kontorsmateriel	6 173	9 960
Programvaror	1 794	0
Portokostnader + tele+internet	5 569	4 442
Bankkostnad	5 360	4 951
Övriga kostnader	4 465	9 355
Summa kostnader	273 883	452 805
Årests resultat -vinst/förlust	24 278	-123 320
Summa	298 161	329 485

Balansräkning			
Tillgångar		Skulder/Eget kapital	
Kassa	115	Eget kapital	388 674
Bank	112 569	Årests överskott	24 278
Bank, placering	300 268		
Summa tillgångar	412 952	Summa Eget kapital	412 952

Njurunda 2025-01-20



Örjan Tjernell, kassör