

Verksamhetsberättelse 2024

Allmänt om verksamheten

SPF seniorerna är en ideell partipolitiskt och religiöst obunden organisation. Syftet är att ta tillvara äldres sociala och ekonomiska intressen samt bedriva lokalt påverkansarbete.

Enligt stadgarna ska föreningen

- Informera medlemmarna i frågor som berör dem
- Verka för social gemenskap, trygghet och trivsel bland medlemmarna
- Tillvarata medlemmarnas intressen på det lokala planet
- Aktivt verka för att rekrytera personer som enligt stadgan kan bli medlemmar
- I övrigt bedriva verksamhet som främjar förståelse och solidaritet mellan generationerna

Medlemsantal

Vid året början fanns 1762 medlemmar. Under året har 68 medlemmar avlidit och 81 medlemmar har avslutat sitt medlemskap. 166 nya medlemmar har tillkommit. Vid årets slut fanns 1779 medlemmar samt 82 vänmedlemmar.

Kansli

Föreningens kansli finns i Pensionärernas hus. Kansliet har varit öppet vardagar mellan kl. 10.00 – 12.00. Under jul- och sommaruppehållet hade vi stängt. Under året har kansliet bemannats av styrelsemedlemmar samt några ytterligare medlemmar.

Lokaler

Vi har lokaler för våra träffar och övriga sammankomster i Pensionärernas hus. Pensionärernas hus drivs av Pensionärsalliansen där SPF seniorerna Nyköping och PRO Nyköping ingår.

Enligt beslut av kommunen har vi bidrag till lokalerna t o m 2025. Kontraktet med Ålberga gård är också skrivit t o m 2025. Under året har därför Pensionärsalliansen haft upprepade kontakter med kommunen betr. fortsatt bidrag. Det stod snart klart att kommunen inte var beredd att öka bidraget utan snarare minska det.

Under 2025 är hyran till Ålberga gård 1.733.000 kr. Till detta kommer övriga lokalkostnader vilket innebär att den totala lokalkostnaden är 1.937.000 kr. Kommunen bidrar med 1.200.000 kr. SPF betalar 198.000 kr och PRO 85.000 kr – efter medlemsantal. Resten ska täckas via uthyrning till andra föreningar och privata personer. Vi bedömer att det är mycket svårt att få det att gå ihop samtidigt som kommunen aviserade att man avsåg att sänka bidraget för kommande år.

Kommunen valde då att erbjuda Pensionärsalliansen andra lokaler på Repslagargatan 43. I samma hus finns redan Funktionsrätt med sina lokaler. De lokaler vi erbjuds ligger högst upp och är något mindre än de som finns tillgängliga i nuvarande Pensionärernas hus. Vi bedömde att vi skulle kunna bedriva motsvarande verksamhets som idag med undantag av vävstugan. Efter diskussioner både i Alliansens styrelse, PRO styrelse och SPF styrelse kände vi oss tvingade att av ekonomiska skäl säga upp kontraktet med Ålberga gård och anta erbjudandet att flytta till nya lokaler. Flytten kommer då att ske vid årsskiftet 2025/2026.

Styrelse

Styrelsen har bestått av följande:

Britt-Marie Rönnbäck, ordförande

Christina Fenger-Krog, vice ordförande

Annette Törling, sekreterare

Gunilla Lind, kassör

Ann-Marie Källström

Jarmila Magusin

Annica Åström

Lasse Hultqvist

Åke Ehrnst

Medlemssekreterare

Ingalill Pröjtz Engström

Styrelsen har haft 9 protokollförda sammanträden.

Ann-Marie Källström, Annica Åström och Ingalill Pröjtz Engström har tagit särskilt ansvar för onsdagsträffarna. Annette Törling och Lennart Berggren har ansvarat för resor och Lasse Hultqvist har ansvarat för studiecirkelarna. Mycket tid har lagts på att utforma programmet. Vi har sammanställt och skickat ut program både för våren och hösten till samtliga medlemmar.

Revisorer

Göran Ynglerlov och Jennie-Ann Winnberg Olofsson

Ersättare: Lars Hansson och Åke Jonsson

Hemsida och information: Eva Dalin Alexandersson

Försäkringar: Anders Blomqvist, Lars Annerfors

Representant i KPR: Margret Lindkvist och Christina Fenger-Krog

Representant i RPR: Sif Ehrnst (utses av distriktet)

Arvoden

Inga arvoden har utgått till styrelseledamöter eller revisorer. Kostnader för resor och andra utgifter som gjorts för föreningens räkning har betalats.

Verksamhet

Under året har vi kunnat genomföra i stort all planerad verksamhet. Vi kan konstatera att det finns en eller flera aktiviteter varje dag i veckan för våra medlemmar. De flesta sker i Pensionärernas hus men också på andra platser i kommunen.

Onsdagsträffar

Ann-Marie Källström, Annica Åström, Ingalill Pröjtz-Engström

Programgruppen genomförde 37 olika aktiviteter enligt vårt program. Vi har haft ett mångsidigt och varierande program för 2024 med föredrag och underhållning som lockar våra medlemmar. De flesta onsdagsträffar har varit öppna, dvs icke medlemmar har varit välkomna då vi hoppas att de blir medlemmar. Vi har varit mellan 60–130 deltagare vid varje tillfälle och som vanligt haft uppskattad lotteriförsäljning med fina priser. Kaffe med bröd har serverats av våra 2 duktiga "kaffegrupper".

Aktiviteter såsom * Timmy's med nostalgimusik * Modevisning * Hjärnkoll * Regionrådet Christoffer Öqvist * 60-tals-tema med mat & dryck & Chuck Berry Mania * Föredrag av f d ÖB och general Johan Hederstedt * ABBA 50 år * Våravslutning Tovastugan med musik och höstupptakt Tovastugan med tipspromenad. Vi har också haft träff för nya medlemmar samt våra duktiga funktionärer.

Resor

Annette Törling, Lennart Berggren

Årliga traditionen Trettondagskonserten 5 jan med tillhörande middag i De Geer-hallen, Norrköping inleder programmet 5 januari. 50 deltagare. Mycket festligt och uppskattat.

Kryssning med guldkant samlade endast 17 deltagare. Resa Stockholm-Åbo med Viking Lines senaste tillskott i fartygsflottan gick bitvis genom tjock is. Inga problem vi tog oss fram lugnt och resan var trevligt.

Dramaten i Stockholm spelade den 16 mars musikteatern Tolvskillingsoperan, och lockade 47 medlemmar att följa med bussen. Middag åts högt upp i Dramatens lokaler där Ingmar Bergman också åt sina måltider och hans standardplats pekades ut.

Att resa till Norrköping och se Riverdance, i De Geer-hallen, Norrköping lockade 50 glada att stiga ombord på bussen för att vara med när de irländska dansarna framförde sina imponerande danser i svindlande tempo. Middag serverades innan föreställningen i De Geer-hallens restaurang.

Gott & Blandat bjöd på en dos galenskap när de släppte loss sina kända gubbar i full frihet. Cirka 30 medlemmar roades och show-menyer serverades innan föreställningen.

Åland Grönskar – En vårfestival bland äppelodlingar och sightseeing genom många av öns fagra regioner samlade 27 resenärer. Båt byttes mot buss som byttes till båt igen. Stor upplevelse med lite besvär.

Alvastra – Omberg – Tåkern Bussresa genom Västergötland bland välkända orter på slätten. Lokal guide och välsmakande lunch gav mervärde.

Eksjö Tatoo en musikfestival med militära förtecken på stadens torg. 27 intresserade beskådare internationella musikanter i stiliga uniformer och med blankpolerade instrument. Övernattning i Nässjö och i stoppet på hemvägen på Astrid Lindgrens aktade Näs i Vimmerby ingick lunch. Egen tid för egna strövtåg på gården uppskattades.

Kinda Kanal med start i Linköping . Färden gick uppströms kanalen genom flera slusstrappor till Hackefors. Därifrån nedströms tillbaka till Linköping. Mat serverades ombord under resans gång. Ca 40 kanalresenärer var med på färden. Inför höstterminen planerades teaterbesök i Stockholm med start Dreamgirls på Chinateatern. För få anmälningar slutade med att resan ställdes in.

Vingåkers Folkets Park och föreställningen "Länge levde 80-talet" samlade däremot slutligen ca 20 resenärer. Många avbokningar på grund av sjukdom.

Äldrepolitiska frågor

Margret Lindkvist Christina Fenger-Krog

KPR är ett rådgivande organ till kommunen i frågor som rör äldres intressen. Rådet är sammansatt av representanter från samtliga seniororganisationer, varav 6 kommer från SPF. Det sammanträder fyra gånger per år. 2024 har rådet haft följande olika teman;

Reglemente och verksamhetsplan. Rådet har gjort en översyn av de gamla styrdokumenterna. Kommunfullmäktigen antog det nya reglementet i december 2024

Nära vård och Volontärverksamhet. Frågor som berörts är samarbetet med Region Sörmland, Personcentrering, Egenmonitorering mm? Arbete med fallprevention. Rådet har också informerats om det Smarta hemmet och Valfärdsbiblioteket samt den nya Volontärverksamheten; uppdrag, funktion osv.

Könsrelaterat våld/våld i nära relation. Rådet har informerats om befintliga handlingsplaner samt hur kommunen arbetar med dessa frågor generellt samt inom vård och omsorg.

Miljö, natur och hållbarhet. Företrädare för Nyköpings vatten och Renhållning informerades om kommunens arbete i dessa avseenden.

Det ges också utrymme för frågor inom dagsaktuella områden. Under året har bl. a. diskuterats Matinköp dels till äldreomsorgsköken dels till de som har hemtjänst, Flextrafik, Lunchservering för allmänheten på äldreboendena. .SPF arbetar för att rådet i god tid skall få möjlighet att lämna synpunkter i aktuella beslutsärenden d v s ses som en remissinstans. Protokoll från samtliga sammanträden finns på kommunens hemsida.

ÄPK består enbart av personer från vår egen förening. Gruppen har träffats sex gånger under året och lyft frågor som gått vidare till KPR men också utgjort teman på sju onsdagsträffar som legat under ÄPK:s ansvar. 2024 har följande uppskattade och välbesökta träffar handlat om Kognitiva sjukdomar, Ålderism, Information om Region Sörmlands ekonomi, Det smarta hemmet, Hur kan man bo hemma så länge som möjligt, Primärvården nu och i framtiden, Äldre och mediciner.

Studiecirklar

Samtliga 10 studiecirklar har kunnat genomföras som beräknats. Livs-café hade från början få deltagare men kunde efter ytterligare information starta.

Cirklarna om gamla tiders Nyköping samt Aktuellt forum har visat stort intresse. Språkcirklarna har också kunnat genomföras.

Vårt stick-café får allt fler deltagare. För litteraturcirklarna visas fortsatt stort intresse.

Digitala frågor

Maud Ekendahl

Säker@digitalt är en projektgrupp där samtliga seniororganisationer ingår samt Allmänna arvsfonden som ekonomisk sponsor. Hit inbjuds alla seniorer för att öka kunskapen i den digitala världen. Vi har haft åtta sammankomster under 2024 då vi träffats på Hjärtensbergsgården sista måndagen i månaden. Teman som gått igenom är: Handla på nätet, Bildhantering, Lagring på nätet, AI föreläsning, installation av olika appar och under hösten information från kommunen inför 37 nerlagda parkeringsautomater. Verksamheten har varit mycket uppskattad och deltagarantalet har varit 45-70 personer varje tillfälle.

Vårt IT-café har varit populärt under år 2024 då man enskilt erhållit hjälp med sin mobiltelefon. Det är öppet för alla utan föransökan. Vi har haft elva träffar och träffas varannan torsdag. Deltagarantalet har varit 5-6 personer vid varje tillfälle förutom innan jul då många kom för att få hjälp med att installera parkeringsappar eftersom kommunen från 1 januari stängt av 37 parkeingsautomater av totalt 47.

Klangen

Catarina Ytterström

Klangen är SPF:s damkör och består av ca 25 sjungande damer under ledning av Marianne Ericson. Kören träffas en gång i veckan för sång och trvlig samvaro i Pensionärernas hus.

Under året har vi fått tre nya medlemmar. Vi startade i januari och vårt första uppträdande var på SPF:s årsmöte den 21 februari. Kören har sedan haft flera uppträdanden under året bl a på S:t Annas och Riggarens äldreboende samt SPF:s möte för nya medlemmar och Luciafirande med jultallrik. Uppträdanden har delvis varit tillsammans med orkestern Ton-i åren.

Toniären

Orkestern Toniären övar varje onsdag förmiddag under ledning av Marianne Ericson. Man har haft spelningar dels vid föreningsträffar såsom jul- och lucia, för nya medlemmar samt våravslutning vid Tova stugan. Toniären har också spelat äldreboenden Riggaren, Vitsippan och S:t Anna.

Vägstugan

Inga Britt Edlund

Under året har vi, 9 kvinnor, varit verksamma i vägstugan. Våra fem vävstolar har varit i full verksamhet, vi har vävt mattor, löpare och dukar.

Vi har under året provat på olika vävstilar. Under hösten 2023 satte vi upp löpare i bollnäsdräll, klar våren 2024, bred mattväv i rips också klar under våren 2024.

Dessutom har vi satt upp och vävt

stor linneduk, 2 st färdiga dukar i halvdräll. Arbetet med denna väv tog lång tid, start i april med varpning och färdiga dukar i oktober. 9 st julduk i rött var klara till jul. Vi har alltid minst en mattväv igång. Vi gör allt från grunden, beräknar varpåtgång, varpar, förskedar, sätter upp, solvar, skedar, knyter fram och ser till att allt fungerar i vävstolen.

2024 har varit ett innehålls- och lärorikt år. Vi är en grupp som trivs och gör allt för vår trivsel.

Friskvård

Långa vandringar

Karin Bergström

Våren 2024 hade vi 7 vandringar. Vandringarna var mellan 6 - 8 km långa. För det mesta hade vi fint väder. Vi var 4 vandringsledare.

Hösten 2024 hade vi 8 vandringar. Vandringarna denna höst var mellan 5 - 10 km långa. Det var 2 sträckor som var extra krävande och långa - 9 km och 10 km. Denna höst var vi 5 ledare.

Antal deltagare är beroende av vädret, hur krävande sträckorna är och hur långt vi måste åka bil.

Det kan vara allt från 6 till 22 deltagare.

Måndagsvandringar

Annette Törling

Måndagsgruppen har samlats måndagar varje vecka utanför Humlan i Bryngelstorp för att gemensamt gå en promenad i omgivningarna. Vid några tillfällen har gruppen bytt miljö och gemensamt i privata bilar förflyttat sig till andra områden. .

Antalet deltagare varierar från gång till gång och är sällan under 10 eller över 20. Sammansättningen böljar med någon ny deltagare ibland och någon avhoppare ibland. Övervägande damer men varje vecka deltar minst en herre.

Seniorträning

Seniorträning tillsammans med Friskis och Svettis har genomförts under hela året. Varje vecka finns fyra träningstillfällen som samtliga har varit i stort sett fulla.

Vattengympa

Under hösten startades vattengympa i Hjortenbergsbadet. Det blev snabbt fulltecknat och flera står på väntelistan.

Bordtennis

Bordtennisspel har under året blivit mer och mer populärt. Intresset har varit stort för att få spela och vi har haft en "kölista" på intresserade som önskat delta. Intresset har säkert ökat i och med att Truls Möregårdh tog silver på OS 2024. Det har även visat sig att intresset för bordtennis ökat i andra SPF-föreningar då det är en bra aktivitetsform för seniorer.

Utöver spel på torsdagar har det även blivit möjligt att spela på onsdagar. Det har medfört att totala antalet spelare uppgår till ca 20-22 personer jämfört med föregående år då antalet var ca 14-16 personer.

Under vår- och hösttermin har genomförts ett antal interna tävlingar i såväl singel som dubbelspel. Under hösten spelades även matchen om vem som skulle bli "Herre På Tappan" mellan Anders och Lars D. Lars vann i tredje set och tog hem segern.

Våravslutning hölls den 23 maj i en av deltagarnas fritidshus där tävling i form av fem--kamp avgjordes. Efter tävlingen intogs en enklare förtäring och därefter blev det prisutdelning till vinnarna av fem-kampen.

Höstavslutningen hölls den 27 december med tävlingar i singel och dubbel. Innan deltagarna skildes åt avnjöts en buffé med diverse och varierande tillbehör.

Bordtennisverksamheten firar sexton år (16) 2025 då upprop till bordtennisintresserade var den 3 januari 2009.

Boule

Bo Östlund

2024 års boule som bestod av 96 speltillfällen inleddes 8 januari med 21 spelare.

Flest deltagare var vi måndag 29/1 då vi var 29 leksugna.

Sommarsäsongens 42 tillfällen lockade i genomsnitt 22 spelare.

Vid 2024 års DM kom herrlagen på 2:a och 3:e plats.

Bridge-Canasta

Bridge spelas i tre grupper – en måndagar och två på fredagar. Måndagsgruppen har slagits samman med spelare från PRO.

Under spelåret 2024 har vi varit mellan 14-16 par på måndagar, fredagar har vi varit mellan 16-20 par.

Vi välkomnar nya spelare till oss på måndagar och fredagar.

Canasta spelas en gång i veckan.

Information

Programhäftet, som också innehåller lite allmän information och föreningen, har skickats ut till alla medlemmar två gånger.

Onsdagsträffar annonseras i Sörmlands Nyheter under föreningsnytt på lördagar.

På vår hemsida informeras löpande dels om programmet dels om andra nyheter och förändringar som sker. Det som finns och kommer nytt på hemsidan kommer också upp i SPF-appen som kan laddas ned på telefonen. Tyvärr har för få medlemmar anslutit sig till SPF appen. Fler skulle behöva ansluta sig eftersom det är ett bra sätt att få ut snabb information. Appen har hittills betalats av distriktet.

Samarbete med andra organisationer

Inför arbetet i Kommunala pensionärsrådet – KPR – sker samarbete fortlöpande med övriga SPF föreningar i Nyköping samt PRO. SKPF och RPG.

I Pensionärsalliansen, vars uppgift är att driva Pensionärernas hus med cafeteria, ingår också PRO Nyköping. I styrelsen ingår föreningens ordförande och kassör samt ytterligare två representanter. SPFseniorernas Nyköpings ordförande har också varit ordförande i Pensionärsalliansen.

föreningarna träffas regelbundet

Ekonomi

Vår medlemsavgift var under 2024 350 kr per år som betalas till förbundet. Förbundet behåller 160 kr och 20 kr går till distriktet per medlem. I förbundets kostnad ingår bl. a. medlemstidningen Senioren. 170 kr går till föreningens verksamhet.

Fr o m 2025 höjs avgiften enligt beslut av årsmötet till 400 kr per medlem varav 190 kr kommer att gå till förbundet.

Under 2024 har våra medlemmar betalt sammanlagt 657.438 kr varav föreningen erhållit 328.380 kr. Till detta kommer 5.740 kr från vänmedlemmar. Förbundet har då erhållit 292.498 kr och distriktet 36.560 kr från våra medlemmar. Av vår inkomst betalas 198.000 kr för hyra av lokalerna i Pensionärernas hus.

Vårt bokslut visar ett resultat om +69.265 kr. Det är något bättre än budgeterat. Vi föreslår att årets överskott förs över på löpande räkning och används för medlemsaktiviteter kommande år.

Slutord

Styrelsen överlämnar härmed verksamhetsberättelsen för 2024 till årsmötet och ber att få tacka för förtroendet. Vi vill också tacka alla som varit funktionärer i olika sammanhang. Utan Er skulle inte vår verksamhet kunnat genomföras. Fler medlemmar är välkomna att engagera sig i föreningens verksamhet.

Britt-Marie Rönnbäck	Christina Fenger-Krog	Gunilla Lind
Ordförande	v. ordförande	Kassör

Annette Törling	Ann-Marie Källström	Annica Åström
Sekreterare		

Jarmila Magusin	Åke Ehrnst	Lars Hultqvist
-----------------	------------	----------------

