

VERKSAMHETSBERÄTTELSE för SPF Seniorerna Öst-Jämtland verksamhetsåret 2023

På många sätt blev 2023 ett mörkt år fyllt av oroligheter både i och utanför vårt land. I dessa tider behöver vi mer än någonsin känna gemenskap och sammanhang, och vi behöver fylla på med positiv energi för att orka med vardagen.

Vi är stolta över att tillhöra SPF Seniorerna som gör en fin insats för oss alla. Vår förening har under 2023 växt både antalsmässigt och rent geografiskt, eftersom Stugun Borgvattnet nu ingår i SPF Öst-Jämtland.

Vi vill skicka ett stort och varmt tack till alla er som troget kommer på våra månadsmöten. I genomsnitt kommer cirka hälften av medlemmarna varje gång, det är suveränt bra.

Styrelsen har bestått av Astrid Nyhlén, Rolf Säll, Per-Ivar Johansson, Göran Näslund, Margareta Hallenborg och Anna Lögdberg. En vakant plats.

Suppleanter: Ulla Jönsson och Eleonore Amrén.

Vi har haft 9 protokollförda styrelsemöten under året.

Revisorer: Knut Rickardsson och Sven Jonsson.

KPR-ombud i Ragunda: Per-Ivar Johansson, ersättare Eva Larsson; i Bräcke: Göran Näslund, ersättare Rolf Säll.

Programråd: Margareta Hallenborg, Gunilla Smårs och Astrid Nyhlén och Inger Säll.

Reseplanerare: Jojje Andersson och Margareta Hallenborg

Medlemsantalet i årets början var 87 och vid årets slut 120. Vi är mycket glada över medlemsutvecklingen under året! Det är ett tecken på att medlemmarna uppskattar och behöver den gemenskap som finns i SPF Öst-Jämtland.

Aktiviteter: Månadsmöten kl 12.00 första helgfria måndagen i varje månad, då vi haft någon form av föreläsning/utbildning/underhållning följt av lunch/fika.

Referat med bilder från varje möte har publicerats på hemsidan och även i lokalpressen.

- Året började med "Ett gott liv med demens" med Anneli Svensson från demensföreningen i Östersund. Hon betonade vikten av att umgås socialt för att förebygga demens.
- "Trygghet och säkerhet i hemmet" med Hans Löfgren från Länsförsäkringar
- "Tandhälsa" med tandläkare Alex Khalil från Bra Dent
- Aprilmötet i Kälarne fick ett annat innehåll än det tänkta. Huvudsaken är ändå att få träffas och umgås.
- "Ett växande intresse" med Stefan Lidberg på Bispgårdens Trädgård.
- "Hur man förverkligar en dröm - annars förblir det bara en dröm" med Elin Edvardsson på Fredriks Gård, Näset
- "HLR" hjärt-lungräddning med sjuksköterskan Rebecka Allansson
- "Thailand-Bispgården, enkel resa" med Kulla (Kullawadee Santipop) i Bispgården
- "Surströmming" på Trätojordsbacken
- "Minnen och episoder från mina resor" med Pia Magnusson från Hammarstrand
- "En inblick i en fotografs vardag" med William Falk från Östersund
- Årets sista var "Reflektioner kring advent och jul" med Susanne Engström från Östra Jämtlands Pastorat. Julsymboler, traditioner, sång, musik, lunchbuffé med juliga inslag, Maggans kluriga quiz och till sist julklappsutlottning var innehållet i decembermötet.

Ett välbesökt årsmöte hölls den 27 februari på Älggårdsberget i Bispgården.

Utöver årsprogrammet genomfördes Stugukalaset för att välkomna tidigare medlemmar i SPF Stugun-Borgvattnet in i SPF Öst-Jämtland. Det var en vacker augustidag på den idylliska Strömsnäsgråden där vi åt gott tillsammans följt av lustfyllda inslag för både kropp och knopp.

Styrelsen har under året genomfört en studiecirkel i föreningskunskap. Det var 5 givande träffar.

Under året har styrelsen haft ett bra samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan. Det har även varit en del samarbete med PRO.

Distriktsårsmötet i Östersund i april: Styrelsen representerades av Per-Ivar, Anna och Maggan.

Styrelsekonferens i Sundsjö i maj: Hela styrelsen deltog där tillsammans med representanterna från SPF Gimådalen och SPF Bergsbygden samt ledamöter från distriktsstyrelsen och distriktsansvariga.

Ekonomi: Med tanke på all verksamhet som bedrivits under året, kan vi ändå konstatera att ekonomin är fortsatt stabil med ett litet minusresultat på bara 581 kr tack vare en medlem vars hjärta klappar lite extra för SPF Öst-Jämtland.

Slutord: Ett framgångsrikt år på många sätt är till ända. Vi vill särskilt uppmärksamma tre av våra medlemmar, nämligen Erik, Monika och Hugo som vann årets DM i boule. Grattis! Denna seger innebär att vi i SPF Öst-Jämtland får äran att arrangera DM i boule sommaren 2024. Vi tackar allra ödmjukast Anki som generöst valde att skänka sin ersättning för den insats hon gjorde under O-ringen 2023 till just SPF Öst-Jämtland. Stort tack!

Det är viktigt för medlemmarna att på ett enkelt sätt kunna ta del av information om vad som händer och har hänt i föreningen. För nya medlemmar är det möjligt att med hjälp av SPF-appen ta del av referat från 2020 och framåt och att läsa årsmötesprotokoll från 5 år tillbaka om man är intresserad av föreningens nutidshistoria. Det är glädjande för oss i styrelsen att fler och fler medlemmar har under året installerat SPF-appen på sina mobiler. Vår hemsida www.spfseniorerna.se hänger ihop med appen, så det är bara att välja vad som känns bäst att använda. Supertext har också använts för påminnelse till medlemmarna om månadsmöten samt för styrelsens nödvändiga kommunikation.

Tack till alla medlemmar för visat förtroende.

Västnede, Kälarne 2024 01 05

Astrid Nyhlén, ordf

Göran Näslund, kassör

Per-Ivar Johansson, sekr

Rolf Säll, vice ordf

Anna Lögdberg, ledamot

Margareta Hallenborg, ledamot

Ulla Jönsson, ersättare

Eleonore Amrén, ersättare