

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

för SPF Seniorerna Öst-Jämtland verksamhetsåret 2025

2025 blev ett år fyllt av aktiviteter och många aktiva medlemmar. Året när medlemsantalet översteg 150. Året när engagemang i, för oss, angelägna samhällsfrågor mynnade ut i ett medborgarförslag, flera insändare och möten med kommunpolitiker och tjänstemän. Året då vi firade stort tillsammans att vår förening har funnits i 35 år!

Styrelsen har bestått av Astrid Nyhlén, Per-Ivar Johansson, Göran Näslund, Anna Lögberg, Maggan Hallenborg, Ulla Jönsson och Eleonore Amrén.

Suppleant: Ingrid Alf

Vi har haft 5 protokollförda styrelsemöten under året.

Revisorer: Håkan Lindström och Kjell Dahlqvist. Revisorssuppleant: Hans Lundkvist.

KPR-ombud i Ragunda: Per-Ivar Johansson med hjälp av Eleonore Amrén, ersättare Eva Larsson; i Bräcke: Jojje Andersson, ersättare Rolf Säll.

Programråd: Maggan Hallenborg och Ulla Jönsson. I augusti utökades rådet till att omfatta hela styrelsen.

Reseplanerare: Jojje Andersson och Maggan Hallenborg

Friskvårdsombud: Gun Svedevall Andersson och Eva Persson

Medlemsantalet i årets början var 138 och vid årets slut 155.

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

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

- Året började med en träff i Stugun om HLR och hjärtstartare.
- Årsmötet på Hotell Östjemten i Kälarne utgjorde månadsträffen i februari.
- I mars ledde friskvårdsombuden Eva och Gun ett träningspass på skolan i Kälarne.
- Skogsskolemuseet på Älggårdsberget i Bispgården besöktes i april. Ulla och Anders visade.
- Vattenbrukscentrum i Kälarne besöktes i maj.
- Juniträffen var på Nornan i Stugun. Carina Landin berättade om Geopark Indalsälven.
- I juli besöktes Hembygdsgården i Pålgård, Hammarstrand.
- Carina Landin berättade om spåren efter Vildhussen i Döda Fallet på augustiträffen.
- Höstfest i september med surströmming och sill på Gevågs Bystuga.
- I oktober var det författarbesök av Peter Frändén på Hotell Östjemten i Kälarne.
- "Filmen om Siw" på Centrum Bio i Hammarstrand i november.
- Årets julfest på Hotell Hammarstrand med underhållning av MajLis med döttrarna Erika och Sofia.

I februari bjöd vi in andra seniorföreningar till ett informationsmöte på Hotell Hammarstrand om färdtjänst och bedrägerier.

Utöver årsprogrammet har vi haft 12 spontana frukost/fika/lunch/middagsträffar varav två gånger med friskvårdsinriktning: "Prova-på- boule" i Kälarne och promenad i Badhusparken i Västerövsjö.

Friskvårdsombuden ordnade även så vi fick en egen visning av det nya gymmet på Diva träningscenter i Hammarstrand.

Vi har tillsammans tittat på webinarier i Vuxenskolans möteslokal i Hammarstrand om bland annat bostadstillägg, kemikaliesmarta hem, folkhälsa, AI och digital säkerhet. Vi har då pratat om det vi har sett över en enkel fika.

35 år som förening firades tillsammans med inbjudna gäster från andra föreningar med middag och lotteri på Höggården i Höglunda. Orkestern Reminders spelade 60- och 70-talsmusik.

Tillgänglighetsråd och KPR: Ett viktigt forum med möten 4 ggr/år för ombuden att framföra synpunkter och idéer som kommer från våra medlemmar. Våra ombud samt ordförande Astrid deltog i november på en mycket givande utbildningsdag i Östersund tillsammans med ombud från hela länet.

Samarbete: Tack vare alla våra sponsorer kunde vi ha ett uppskattat 35-årsfirande och även vår framtida verksamhet kommer att gynnas. Under året har styrelsen haft ett bra samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan och med Hotell Hammarstrand! Tack!

Samarbetet med PRO fortsatte med boule i Kälarne och Hammarstrand samt vattengymnastik i Kälarne. Tack till Ragunda och Bräcke kommun för ekonomiska bidrag!

Resor: Inga resor har arrangerats under 2025.

Distriktsårsmötet i Östersund i april: Förutom ordförande Astrid, representerades styrelsen av Anna, Eleonore och Maggan.

Styrelsekonferens i Revsund i september: Styrelsen deltog där tillsammans med representanterna från Gimådalen, Brunflo och Odensala samt ledamöter från distriktsstyrelsen och distriktsansvariga.

Styrelseutveckling: Vuxenskolans diskussionsmaterial Dialogduken samt en digital "fortbildning".

Framtidskonferens i Sundsvall i mars: Astrid och Anna deltog.

Jamtli vårmemarknad: Eleonore och Anna deltog en av dagarna.

Inspirationsdag på Östersund Arena i september: Göran, Anna och friskvårdsombuden Eva och Gun deltog.

Medlemsenkät: Resultatet av den genomförda enkäten i slutet av året ligger till grund för kommande års verksamhet.

Tidningen Senioren: I den digitala tidningen har vi funnits med på Landet runt med artiklar om vår marsträff med träningspass i Kälarne; besöket på Skogsskolemuseet i Bispgården samt vår träff om Geopark Indalsälven. Marsträffen fanns även med i papperstidningen Senioren. I ett reportage om volontärarbete på skidskyttetävlingar i Östersund, fanns Maggan med i text och på bild.

Ekonomi: 2025 visade på ett plusresultat på hela 18 573 kr. Detta mycket beroende på våra generösa sponsorer i Ragunda kommun och Bräcke kommun som stöttat vår verksamhet. Årets resultat gör det möjligt att utveckla och förbättra kommande års aktiviteter.

Viktigt om information: Medlemmar har på ett enkelt sätt kunnat ta del av information om vad som ska hända i föreningen. Supertext/sms har använts för påminnelse till medlemmarna om månadsträffar och för information om övriga aktiviteter samt för styrelsens nödvändiga kommunikation. Det är glädjande för oss i styrelsen att fler och fler medlemmar under året har installerat SPF-appen på sina mobiler. Vår hemsida www.spfseniorerna.se hänger ihop med appen. För nya medlemmar är det fortsatt möjligt att med hjälp av SPF-appen ta del av referat från 2020 och framåt och att läsa årsmötesprotokoll från 7 år tillbaka om man är intresserad. Det tryckta programbladet har ändå varit en trygghet för många.

Slutord: Vi lägger bakom oss ännu ett innehållsrikt och roligt år med många olika aktiviteter mellan månadsträffarna! Det känns ärofyllt för oss att vara en länk i den kamratkedja som SPF Seniorerna Öst-Jämtland utgör. Tack till alla er som hjälper till att sprida omtanke, värme och kärlek! Det finns en trygghet i vår förening som märks när man till exempel bjuder på skjuts till månadsträffar eller ringer till varandra. Ingen ska behöva känna sig ensam, så det är viktigt att vi fortsätter att bry oss om varandra!

Tack till alla medlemmar för visat förtroende!
Hammarstrand 2026 01 19

Astrid Nyhlén, ordf

Göran Näslund, kassör

Anna Lögdberg, sekreterare

Per-Ivar Johansson, ledamot

Margareta Hallenborg, ledamot

Ulla Jönsson, ledamot

Eleonore Amrén, ledamot

Ingrid Alf, ersättare