

ÅRSBERÄTTELSE 2019

för SPF Seniorerna Saltsjöbaden

STYRELSEN	har 2019 haft 10 protokollförda sammanträden och har bestått av:
Ordförande	Lars Tornérhielm , Seniorrådet
Ledamöter	Cathrine Swenzén , vice ordförande Jan Nyman , kassör Elisabeth Östergren , sekreterare, ansvarig Ljuskärrsberget Kristina Linder , hälsofrågor och representant i 'Trygg och Säker i Fisksätra- Saltsjöbaden' programgruppen Elisabet Engström , hemsida, Facebook, trycksaksansvarig Siv Flodqvist , medlemssekreterare, Syrenparken Anna-Greta Berg , ansvarig programgrupp har tagit över den efterhand från Gulli Perneheim liksom mottagare av anmälningar till aktiviteterna, annonsansvarig. Ann-Margret Larsson , ersättare Seniorrådet Adjungerad: Ann Mari Hjorth , affischer Adjungerad: Gulli Perneheim , programgruppen anmälningar, e-postmottagare
Revisorer	Ordinarie: Ann Ahlberg och Birgitta Husén .
Valberedning	Ingegerd Thorngren , Eva Öhbom-Ekdahl och Kaysa Hälldin
Årsmöte	hölls den 12 februari 2019 i Grand Hôtel Saltsjöbaden med 73 deltagande medlemmar följt av kaffe och kaka samt underhållning av <i>Titti Sjöblom och Ehrling Eliasson</i> .
Årsavgiften	har varit 280 kr. varav 200 kr går till distriktet och förbundet.
Medlemsantalet	uppgick till 589 vid årets slut (2019-12-31).
Lokaler	SPF Saltsjöbaden har haft aktiviteter i Syrenparken och på Ljuskärrsberget.

Medlemsutvecklingen har varit något sämre trots aktivt värvningsarbete av styrelsen. Under 2019 värvade vi 43 nya medlemmar men på grund av avlidna, utträdna och utflyttade blev det ingen nettoökning utan tyvärr minus 6 person.

Medlemsmöten har hållits en till två gånger per månad under såväl vår- som höstterminen.

Under våren anordnade vi aktiviteter/föredrag inom följande ämnen: Navigation till sjöss av Lars Tornérhielm, Bli sockersmart av Maj Östberg Rundquist, En seglats över Atlanten av Lars Tornérhielm, Hörsel – föredrag och hörseltest, Musikalisk vinprovning på Högberga vinfabrik på Lidingö, Konstvisning i Folksamhuset vid Skanstull, Om demens av Catharina Montgomery från Demensförbundet, Underhållning av Mats Hedén. En planerad utflykt med privata båtar till Storholmen fick tyvärr ställas in på grund av hårda vindar.

Under hösten anordnade vi aktiviteter/föredrag inom följande ämnen: Fallolyckor i vardagen, besök på Sven-Harrys konstmuseum, Eva Kullgren berättade om hennes ensamsegling på världshaven, ett studiebesök på Bååtska palatset, underhållning av Grabbarna från Eken, föredrag av Pär Rahmström om framtidsfullmakt. Terminen avslutades traditionsenligt med Luciafirande med skönsång. Tyvärr fick en planerad båtutflykt med M/S Flora från Nynäshamn genom Dragets kanal ställas in på grund av för få anmällda.

Vi hade en särskild medlemsvärning i Saltsjöbadens centrum. Där vi anordnade en tävling där det gällde att gissa vikten på en korg med matvaror. Den som vann fick således matkorgen. Vi hade ett särskilt informationsmöte för nya medlemmar under hösten., dit var även nuvarande medlemmar välkomna. Ca 40 personer deltog.

SPF Saltsjöbaden har haft studiecirklar i olika ämnen:

- Senioregympan två gånger i veckan på idrottshuset vid Näckenbadet med professionell ledare. Den är anpassad till muskelstärkande rörelser som är viktiga för äldre. Vi har glädjande nog haft fullt hus i princip varje gång.
- Bridgecirkeln på Berget som Annika Cederborg hållit i.
- Golfcirkeln, med Eva Hydén som ledare. Vi hade uppfräschningskurser med klubbens head pro under våren och vi har deltagit i tävlingar med andra SPFare i Värmdö - Nackakretsen vilket har varit väldigt uppskattat.
- Vår bokcirkel med Elisabet Engström som ledare fungerar också fint.
- Elektroniks navigation, teori och praktik med Lars Tornérhielm som ledare.
- Tidsverkstaden, som ser på vår tidsanvändning och hur vi kan förändra den med Kristina Linder som ledare.

Medlemmar i SPF Saltsjöbaden har även haft tillfälle att få gratis datahjälp en gång i veckan på Saltsjöbadens bibliotek genom vår samarbetspartner SeniorNet. Vår ordförande, Lars Tornérhielm sitter numera ofta där och hjälper dem som har problem med det digitala.

Vi har verkat i Nacka kommuns Seniorråd (f.d. Kommunala Pensionärsrådet (KPR) genom Lars Tornérhielm som ordinarie och Ann-Margret Larsson som ersättare. Det finns en länk på vår hemsida till kommunens protokoll som vi rekommenderar att ni läser och lämnar synpunkter till oss om vad vi skall ta upp.

Vi har också svarat på remisser från SPF distriktet och även lämnat synpunkter på landstingets kollektivtrafikplaner. Vi har tillsammans med övriga SPF föreningar i Nacka och Värmdö annonserat i Nacka Värmdöposten.

Vi har etablera ett närmare samarbete med SALTISKULTUR&NÖJEN. De arrangerar många aktiviteter som intresserar våra medlemmar.

Vi har fått något bättre kontroll på vårt medlemssystem och utskicken från det. Från styrelsen ges regelbunden information via mail. Vi hoppas att alla som har mailadresser anmäler den till siv.flodqvist@gmail.com, så kan hon uppdatera medlemssystemet. De som inte har mailadress får dock höstprogrammet i pappersform.

Föreningen är medlem i Nacka närradioförening och vi samarbetar med Vuxenskolan.

Ett stort tack till alla som på olika sätt bidragit till och hjälpt oss i vår verksamhet inom SPF Seniorerna Saltsjöbaden. Ett särskilt tack till bostadsrättsföreningarna på Ljuskärrsberget och i Syrenparken för gott samarbete.

Saltsjöbaden den 20 januari 2020

Lars Tornérhielm

Cathrine Swenzén

Elisabeth Östergren

Jan Nyman

Elisabet Engström

Anna-Greta Berg

Siv Flodqvist

Kristina Linder

Ann-Margret Larsson