

## VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2024 för SPF Seniorerna Saltsjöbaden

**STYRELSEN** har under 2024 haft 9 protokollförda sammanträden och har bestått av:

**Ordförande** **Maggie Norheden**, Nackagruppen, Distriktsmöten, Östra Södertörnsgruppen.

**Ledamöter** **Gunilla Broström**, vice ordförande, kassör, webbredaktör  
**Yvonne Edlund**, ansvarig programgrupp  
**Yvonne Engström**, programgrupp  
**Marianne Lönn**, medlemssekreterare  
**Gunilla Sahlin**, programgrupp  
**Ingegerd Salomonsson**, Facebook, programhäfte

**Revisorer** **Lars Berglund** ordinarie och **Gunnar Kihlbom** ersättare.

**Valberedning** **Lars Tornérhielm**, sammankallande och **Katharina Englén**

**Särskild representant i Seniorrådet, Nacka kommun – Cathrine Swenzén**

**Årsmöte** hölls den 26 februari 2024 på Vår Gård, Saltsjöbaden.

**Årsavgiften** har varit 260 kronor varav 210 kronor går till distriktet och förbundet.

**Medlemsantalet** uppgick till 564 vid årets slut. Vi har en nettominskning av antal medlemmar sedan förra året, många har tyvärr strukits pga bristande betalning.

**Lokaler** Föreningen har tillgång till Nacka kommuns lokal "Träffpunkt Saltsjöbaden". SPF Seniorerna Saltsjöbaden har också tillgång till lokaler i Syrenparken.



Året inleddes med en välbesökt medlemsträff med fika och musikkryss ledd av Bengt Wilhelmson. Under våren har vi totalt anordnat åtta medlemsträffar med fika och olika föredragshållare. Utöver musikkryss har haft besök av Peter Winai som berättade om sina böcker. Fredrik Zimmerdahl gav oss tips om hur man kan döstäda. Eva-Karin Gyllenberg berättade om konst och konstheter i Stockholm. Pia Rosén berättade om sin mamma Sonna Rosén, inredare.

Tulla Grünberger berättade tillsammans med Inga Malmqvist om Irma Samuelsson som var kokerska hos Prins Eugen. Linnea Sallay underhöll med skönsång. Ulf Livstrand berättade om ädelstenar. Dessutom fick vi guidade visningar av Dramaten, Liljevalchs, Uppenbarelsekyrkan, Skogsö kyrkogård, samt en bussresa till Strängnäs tillsammans med PRO.

Hösten inleddes med en medlemsträff med fika och en föreställning av Forumteatern – Mej lurar du inte! Medlemsträffarna fortsatte sedan med Katarina Wahlberg som pratade om demens. Emma Hallén berättade om Skota hem. Sten Brattberg om fotografering, Martin Appel om AI, Ingegerd Thorngren om vad vi får för pengarna. Studiebesök genomfördes under hösten på Svindersvik, Nacka bryggeri, Almgrens Sidenväveri, Carl Eldhs ateljé, Auktionsverket Sickla, Slussen och dessutom hade vi vinprovning med mat.

SPF Seniorerna Saltsjöbaden har haft studiecirkelar i olika ämnen:

- Senorgympan två gånger i veckan i idrottshuset vid Näckenbadet med professionell ledare. Den är anpassad till muskelstärkande rörelser som är viktiga för äldre.
- Linedance tisdagar, under ledning av Maggie Norheden
- Bridgescirkel i Syrenparken som Annika Cederborg hållit i.
- Golfcirkeln, med Ann Ankelstam som ledare. Vi har deltagit i tävlingar med andra SPF Seniorer i Värmdö - Nackakretsen och haft en tävling på Ingarö, Värmdö och Nacka golfbanor, vilket har varit mycket uppskattat.
- Våra bokcirkelar med Elisabet Engström som ledare fungerar också mycket fint.

Medlemmar i SPF Seniorerna Saltsjöbaden har även haft tillfälle att få gratis datorhjälp en gång i veckan på Saltsjöbadens bibliotek genom vår samarbetspartner SeniorNet. Lars Tornérhielm har hjälpt de som har problem med det digitala.

Vi har verkat i Nacka kommuns Seniorråd genom Cathrine Swenzén. Det finns en länk på vår hemsida till kommunens protokoll som vi rekommenderar att ni läser och lämnar synpunkter till oss om vad vi ska ta upp.

Från styrelsen ges regelbunden information via mejl. Vi hoppas att alla som har mailadresser anmäler den till [marianne@lonn.org](mailto:marianne@lonn.org), så att hon kan lägga in den i medlemssystemet. Programmet sänds ut i pappersform två gånger om året.

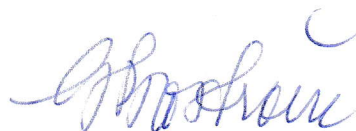
Föreningens resultat för det senaste räkenskapsåret och föreningens ekonomiska ställning per 2024-12-31 framgår av bilagd balans- och resultaträkning.

Ett stort tack till alla som på olika sätt bidragit till och hjälpt oss i vår verksamhet inom SPF Seniorerna Saltsjöbaden.

Saltsjöbaden den 5 februari 2025



Maggie Norheden



Gunilla Broström



Yvonne Edlund



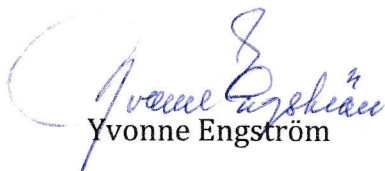
Marianne Lönn



Gunilla Sahlin



Ingegerd Salomonsson



Yvonne Engström