

# ÅRSREDOVISNING

Styrelsen för SPF Seniorerna Guldstaden får härmed lämna sin verksamhetsberättelse för år 2023

## Styrelsens sammansättning

Ordinarie ledamöter:	Ordförande	Nils Engström
	Sekreterare	Christina Jonsson
	Kassör	Barry Rudholm
	Vice ordf.	Carina Åman
	Rekryteringsansv	Carina Åman
	Webbansv	Eva Burström
	Ledamöter	Eva Wandegren Nilsson
		Berne Sehlberg
	Adj. Ledamot	Maj-Lis Lindblad

## Medlemsmöten

SPF Guldstaden har under år 2023 haft 1 årsmöte och 9 medlemsmöten med varierande program, varav 1 medlemsmöte med modevisning och ett med julbord.

Övriga med underhållning och middag enligt utskick till medlemmarna och på hemsidan.

110-140 personer har deltagit

Vid varje medlemsmöte har dessutom lämnats aktuell information om föreningen och dess aktiviteter m.m. samt sålts ett lotteri med många vinster

## Café Livslust

En gång i månaden har det varit ”öppet hus” på IOGT med varierande program och gemensamt fika, totalt 8 tillfällen med 30-60 deltagare varje gång

## Styrelsesammanträden

9 protokollförda styrelsesammanträden i Vuxenskolans lokaler

1 planeringsmöte på Scandic Hotel

En träff med samtliga ledare för våra olika aktiviteter ägde rum på Brogården under hösten

## **Medlemmar**

Föreningen hade vid årets början 917 st medlemmar. Under året har vi fått 150 nya medlemmar, 16 st har avlidit, 51 st har slutat av andra orsaker

Antalet medlemmar 31 december 2023 var 1000 st, en ökning med 83 st.

Antalet hedersmedlemmar: 1 st, Åke Westring

SPF-distriktets årsmöte 2023, ägde rum i Vindeln, där ordföranden Nils Engström och Berne Sehlberg deltog för SPF Guldstaden

KPR (Kommunala Pensionärsrådet) där Carina Åman och Nils Engström är invalda hade under 2023 14 KPR-sammanträden, 6 samrådsmöten

## **Teater**

Under 2023 har vårt teaterombud Anita Lundgren erbjudit och bokat in föreställningarna ”Jernbanan” och ”Handbok för husmödrar”, totalt 70 biljetter

## **Övriga kommittéers verksamhet och aktiviteter:**

### **Sångkörens verksamhet**

Körövningarna startade 9 januari 2023 och har under året haft 37 medlemmar. Det har varit 25 övningstillfällen i en lokal på IOGT-gården

Under våren har kören uppträtt på SPF:s årsmöte den 16.2, på Brogården den 27.4, på Café Benjamin den 4.5 och på ”Tryggheten” den 22.5. Under hösten har SPF-kören uppträtt på Brogården den 27.11, på ”Tryggheten” den 4.12 och på Brogården den 5.12

SPF-kören har även, tillsammans med tre andra körer, medverkat vid en adventskonsert i Sankt Olovs kyrka söndag den 10.12 kl 18.00. Körerna sjöng välkända julsånger och konserten uppskattades av publiken i en välfylld kyrka

Körkommittén: Elisabeth Wahlberg, Lilian Åsberg och Yvonne Fälldin, alla omval

Kontaktperson för 2024: Lilian Åsberg, nyval

Informatör till medlemmarna: Elisabet Wahlberg

Körledare: Leif Åkesson

## **Resor**

Mycket av årets resande kan delas upp på lokala arrangemang inom Guldstaden samt resor som har samordnats via SPF-distriktet och medarrangörer

### **Genomförda resor med Guldstaden som arrangör:**

Musikhögskolan Piteå/Öjebyn

Okänt resmål/Kalvträsk

Formstråket södra länsdelen

IKEA-resan med julbord, Umeå

Adventsresa till Byske Kyrka med grötlunch på Vårdshuset

Ostviksrevyn

Ishockey, lördagar

Spa-resa till Lycksele, en vårresa samt en höstresa

Kontaktperson: Berne Sehlberg

## **Distriktsresor**

Norska fjordar-Kryssning

Lofoten med buss

Vildmarksvägen med buss

Portugals pärlor, 2 resor

Änglagård, musikalen i Stockholm

Bussresa till Oslo, södra delen av distriktet

Bussresa från Vindeln till Norrbottens kustland

Äldregalan i Örnsköldsvik från Dorotea, Åsele och Vilhelmina

Resekommittén: Lennart Holmström, Maj-Lis Bergman och Berne Sehlberg, samtliga omval

Kontaktperson: Berne Sehlberg

## **Studieverksamheten**

I samarbete med Vuxenskolan har 10 studiecirklar hållits och 25 kulturprogram

**Canasta** har spelats på IOGT-gården 31 onsdagar mellan 12.30 – 16.00

Upp till 34 medlemmar har deltagit varje gång

Kontaktperson har varit IngaLill Eriksson.

**Boule** har spelats 19 gånger under våren 2023, totalt har 418 st medlemmar deltagit, i genomsnitt 22 st per gång. Under hösten har 14 gånger spelats, totalt 292 st medlemmar har deltagit. I genomsnitt 20 st per gång

Boulekommittén: Olof Holmlund, Rolf Vestin och Sigvard Holmgren

Kontaktperson Olov Holmlund

**Vattengympa;** Under 2023 utövades vattengympa i Medlefors folkhögskola under 20 gånger/grupp tisdagar och torsdagar mellan 14.30-15.45 med 16 deltagare/grupp  
Kontaktperson har varit Maud Häggström

### **Passion för livet**

Beviljades för 2023 aktivitetsstöd av Skellefteå Kommun. Stödet ska användas till insatser som medverkar att äldre ensamma stimuleras till att fundera över sin livsstil och vilka ev förändringar skulle ge dem bättre mående och hälsa. Passion för livet-konceptet har sina fokusområden; kost, fysisk aktivitet, social gemenskap och läkemedelskunskap m.fl. Kaffe/Glögg café med Dutt Go arrangerades i december. En bussresa har genomförts till Bureå, där guider lotsade gruppen runt, såväl i kyrkan som i hamnen. Ca 70 personer har deltagit i 5 grupper på olika bostadsområden

Kontaktperson har varit Carina Åman

### **Äldre ensamma-projektet**

Är ett projekt som sökts och beviljats av Socialstyrelsen för 2023. Projektet ska bidra till att motverka ofrivillig ensamhet bland äldre. Målet med projektet är att lyfta värdet av den sociala gemenskapen och goda relationer, vilket är viktigt för hälsa och välbefinnande. Har under året erbjudit meningsfulla aktiviteter, föreläsningar om läkemedelsanvändning, kosthållning, samhällsfrågor, kultur mm

Resa till Finnfors kraftverk, Åmliden och Raggsjöleden.har genomförts. En hälsodag på Medlefors folkhögskola erbjöds i november

Kontaktperson har varit Carina Åman

### **Läkemedels- och hälsoansvarig**

Eva Burström

Under Folkhälsoveckan, v. 19, ordnade vi under 3 av dagarna visning av den dagens digitala föreläsning från SPF Seniorerna. Detta lockade totalt 10 deltagare. SPF Guldstaden anordnade en offentlig föreläsning om Läkemedel och äldre. Föreläsare var Thony Björk, leg. apotekare och SPF:s läkemedelsansvarige

**Friluftskommittén**

Består av Eva Burström (kontaktperson), Anki Ellström, Carin Nilsson och Margareta Carlbäck

Under våren erbjöds våra medlemmar att prova på gåfotboll, ca 30 personer tog chansen. Vandringar har anordnats vid 6 tillfällen under vår och höst. Vi gick t.ex. broarna runt i Skelleftehamn, Sjungande Dalen med kolonibesök, Nordanåområdet med besök på museet och det nya fiket. 3-10 personer per gång

Medlemmarna erbjöds att, tillsammans med STF och Naturskyddsföreningen, åka på fågelskådning i Kågedalen. Svårt att skatta hur många från SPF som deltog då många troligen är medlemmar i flera av dessa föreningar, men det var fler än 20 bilar totalt

Christina Jonsson, sekreterare