

Verksamhetsberättelse 2018

SPF Seniorerna Kärnan i Helsingborg är en lokalavdelning av medlemsorganisationen SPF Seniorerna, som är en ideell intresseorganisation för alla som har rätt till pension, oavsett ålder, och som är religiöst och partipolitiskt obunden. SPF Kärnan bildades 1966.

Föreningen har under 2018 haft en rik och vittomfattande aktivitet med månadsmöten, teater- och konsertbesök, måndagskafé på Backhaus, fredagskafé, turor med Sundsbussen, julbord, pubaftnar etc. En mängd andra aktiviteter, många av dem med anknytning till friskvård, har genomförts: bridge, boule, bokcirkel, bowling, jazzkurs, line-dance, sånggrupp, matlagning och promenader. Och mycket arbete har utförts i service-, framtids- och programgrupperna.

Dock har medlemsantalet under året minskat från 943 personer till 883, en procentuell minskning med 7 procent.

STYRELSE OCH KANSLI

Styrelsen har under året haft tretton protokollförda sammanträden. Vårt kansli är sedan årsskiftet inrymt i Ringstorpsgårdens lokaler, efter att Vuxenskolan blivit uppsagd från sina lokaler på Södergatan.

SAM

SPF Samorganisation i Helsingborg har till uppgift att samordna aktiviteter för alla SPF-föreningar i kommunen. SAM sammanträder tre-fyra gånger per år med representanter för samtliga nio SPF-föreningar i Helsingborgs kommun.

KPR

KPR, Kommunala Pensionärsrådet, består av ledamöter från SPF Seniorerna, PRO, SKPF, RPG och SPRF. Rådet sammanträder ungefär fyra gånger om året med kommunens politiker. SPF Seniorerna representeras av Björn Falkenström som är ordförande i SAM.

MÅNADSMÖTEN

17 januari	Jazz, visor, swing, glamour och evergreens med Good Times Band.
21 februari	Årsmöte. Föreningens manskör stod för underhållningen
21 mars	Skojiga skrönor och hiskeliga historier med Henrik Bergkvist.

18 april	Ulla Billquist och hennes märkliga liv. Nöjes- och musikjournalisten Jan Olsson, som arbetar på Sveriges Radio under 25 år, berättade och spelade musik.
23 maj	Wien, mina drömmars stad. Musikunderhållning av Torsten Östergren på violin, Lars-Åke Svensson på piano och solisten Annika Fransson.
22 augusti	Föreställning av Senilteatern.
19 september	Mordutredningar – så gör man på riktigt. Föredrag av förre kriminalkommissarien Börje Sjöholm.
17 oktober	Norden runt på 60 minuter. Siw Leijon underhöll med sång och musik.
21 november	Mingel på Tycho Brahe. Musikunderhållning av Larsson Brothers.
12 december	Advents- och julsånger med sopranen Carolina Tholander och Olof Tholander på piano.

TEATER OCH KONserter

6 Januari	Trettondagskonsert på Konserthuset i Helsingborg
20 januari	"Spelman på taket" på Malmö Opera
28 mars	"Figaros bröllop" på Helsingborgs stadsteater
8 juli	"Fars lilla tös" på Fredriksdalsteatern
30 september	"Jeanne d'Arc" på Helsingborgs stadsteater
21 oktober	"Drottningens juvelsmycke" på Helsingborgs stadsteater
2 december	"West side story" på Malmö Opera
8 december	"En julsaga" på Helsingborgs stadsteater

RESOR, ENDAGARS-

maj	UT I DET BLÅ , med en resa till Simlångsdalen.
september	Kristianstad med Ivösjön.

RESOR, FLERDAGARS-

2-4 maj	Ljungkile	3 dagar
25 maj-2 juni	Österrike	8 dagar
7-15 oktober	Algarve	9 dagar
3-5 december	Berlin	3 dagar

OFRIVILLIG ENSAMHET

En stor fråga för SPF på alla nivåer är ofrivillig ensamhet, som är en av de viktigaste orsakerna till ohälsa och även livsleda bland äldre. På central nivå har SPF, tillsammans med andra pensionärsorganisationer, fått ett statligt anslag på två miljoner kronor för att utarbeta ett program för att komma till rätta med detta. Bland de förslag som redan framkommit är ökad information och hjälptelefon där man kan ringa och prata med kompetent personal på området. Under år 2019 kommer SPF och två andra pensionärsorganisationer att i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan att lägga fram förslag till ytterligare åtgärder.

I Helsingborg har SAM fått ett kommunalt bidrag på över 300000 kronor och en styrgrupp har bildats, till vilken knutits diakoner, socialarbetare och volontärer. En informationsskrift kommer att delas ut till mer än 6000 pensionärer i Helsingborgsområdet.

I SPF Kärnan har det under hösten hållits två möten om ofrivillig ensamhet, det ena i november och det andra i december. Båda var mycket välbesökta.

I vår förening finns det dessutom en grupp vid namn "De som vill gå vidare". Den är till för sådana som blivit änkor/änklingar och som träffas för att till exempel luncha tillsammans, åka till Helsingör eller gå på bio.

I gruppen för ensamresenärer träffas man regelbundet för att hitta resällskap.

PROMENADER

Under året genomfördes 33 promenader. Vid varje tillfälle deltog i snitt ett dussintal personer beroende på vädret. Avslutningen på gjordes traditionsenligt i Klampenborg med avslutning på Backen. Höststarten skedde i Gilleleje.

LINE-DANCE

Närmare 20-talet personer tränar vid ett 20-tal tillfällen årligen för att ha roligt och för att få motion.

VATTENGYMNASTIK

Verksamheten startade i början av år 2016 och äger rum i lasarettets träningsbassäng, där vattnet håller en temperatur på 34 grader. Två grupper om vardera elva personer deltar med elva sammankomster på våren och elva på hösten. Gymnastiken leds av en professionell ledare.

TURA MED SUNDSBUSSEN

Åtta turer med Sundsbussen Pernille genomfördes under 2018. Två planerade resor fick ställas in på grund av hårt väder. Ett 15-tal personer brukar delta vid varje tillfälle för att umgås under trevna och avslappnade former.

LUNCHA PÅ STA'N

Under 2018 har vi träffats på 7 olika restauranger. Populärast har varit Redimat och Trivas på Råå. Deltagarantalet har varit 15-18. Hösten avslutades med Julbord på Aurora då vi var 23 st. Under 2019 fortsätter Gunnel Suu och Helen Johansson med träffarna andra tisdagen i månaden med början i februari.

HJÄRNKOLL

Hjärnkoll är en frågesport, där deltagarna har med sig frågor i åtta olika ämnen, som de andra ska svara på. Ungefär 15 personer brukar delta vid varje tillfälle och under året gick ett av Kärnans lag vidare och segrade i distriktsmästerskapet. Laget kvalificerade sig därmed till riksmästerskapet där man placerade sig på femte plats.

AKTIVITETSMÖTE PÅ FÄRJAN

Under hösten har det hållits ett stort möte på färjan över Sundet med alla aktivitetsansvariga. Många värdefulla synpunkter framkom.

MILJÖ

Styrelsen har för avsikt att förbättra miljön genom att minska pappersanvändningen. Redan nu har man börjat lägga in mer material på hemsidan och betalning med Swish möjliggör betalning utan pappersåtgång.

TILL SIST

vill styrelsen tacka medlemmarna och alla som på något sätt arbetat för SPF Seniorerna Kärnan under det gångna året.



Josefin Forsberg

Ordförande



Anders Hansson

Vice ordförande



Lars Teinvall

Sekreterare



Hans Tenggren

Kassör



Anton Müller

Ledamot