

825002-1733

## Verksamhetsberättelse för 2022

Styrelsen har bestått av

Ordförande Anne Vilu  
Ledamöter Christina B. Eriksson, vice ordförande  
Bo Nilsson, kassör  
Siv Pettersson, sekreterare, webbredaktör  
Marie Louise Amløh, programkommittén och trivselgruppen  
Urban Bergsten, S:t Olofsbladet  
Ola Bergström, medlemsregistret  
Stanja Polter, hälsa och friskvård  
Bert-Åke Waldo, resor och studieombud

Revisorer Britt-Louise Johansson  
Jan-Erik Lövbom

Revisorssuppleanter Jan-Åke Karlsson  
Marita Larsson

Valberedning Kerstin Bråbo  
Anita Frid  
Britt-Louise Johansson, sammankallande

KPR Kommunens Eva-Britt Österlund  
Pensionärsråd

RPR Regionens Jan-Erik Lövbom  
Pensionärsråd

Året började med inställda arrangemang på grund av coronapandemin.

Vårt årsmöte hölls i Bingolokalen, Slottsgatan 130 i Norrköping den 22 februari med mycket dålig anslutning, som vi skyller på pandemin.

Styrelsen har haft tolv protokollförda sammanträden och en städdag.

Vid distriktets årsstämma 6 april på Flygvapenmuseum i Linköping deltog nio ombud för vår förening.

Anne Vilu deltog vid distriktets ordförandekonferens i Vårdsnäs 25 - 26 oktober.

Föreningsforum har fortsatt att mötas digitalt och har haft ett antal möten.

Ordförandena i SPF Seniorerna i Norrköping med omnejd den s.k. Norrköpingskretsen har träffats fem gånger under året och en av gångerna tillsammans med KPR-representanterna.

Några av våra styrelsemedlemmar har besökt Fontänen i Linköping för information från förbund och distrikt samt har deltagit i Zoommöten i utbildningssyften.

Under våren deltog Marie-Louise Amløh, Caisa Berglund, Britt-Louise Johansson, Jan-Erik Lövbom, Siv Pettersson och Anne Vilu i ett projekt som genomförts på uppdrag av SPF Seniorerna, med stöd från Allmänna Arvsfonden och som så småningom lett fram till Hemtjänstindex. Detta index ska göra det enkelt att jämföra hemtjänstens kvalitet i olika kommuner.

En av våra medlemmar är representerad i distriktets arbetsgrupper, nämligen Jan-Erik Lövbom, som är synombud. Jan-Erik Lövbom är dessutom representant i regionens pensionärsråd RPR samt revisor för SPF:s förbundsstyrelse.

## Program

Vår programgrupp tillsammans med styrelsen har alltid siktet högt ställt för att kunna erbjuda våra medlemmar intressanta och underhållande arrangemang.

Vårt första Café S:t Olof öppnade 17 februari då besökarna fick träna på att betala med Swish. Under mars månad bjöd vi in årets nya medlemmar och vid ett café genomfördes årets Hjärnkoll då lag Våryra åter vann och fick representera föreningen senare på året i distriktsfinalen. Laget bestod av Gunilla Dimitrov, Björn Ågren och Stina Jacobsson. Programmet "Sömnens betydelse" byttes ut mot Tinnitus, då vårt hörselombud Bo Ahl mycket välbeskrivande satte oss in i vad som kan göras och vilka hjälpmedel som finns. Vi fick också träffa skrivtolkar. Peter Kristensson besökte oss med ett intressant föredrag om Norrköpings gatunamn. Vår KPR-representant Eva-Britt Österlund besökte oss vid ett café och informerade om senaste nytt från KPR. Vi fick chansen att lära oss hur vi kan använda våra telefoner ännu mer när Christina B. Eriksson under rubriken "Nya appar för mobil och surfplatta" visade några av de viktigaste apparna. Detta ämne blev så populärt och efterfrågat att vi genomförde en studiecirkel under hösten.

Vi har också haft besök av konstnären Helena Jacobsson, som visat sina alster, varvid föreningen köpte ett av konstverken. Ett studiebesök med nostalgikick gjordes på Spårvagnsmuséet och mot slutet av våren blev det uppskattad underhållning av Los Desafinados med våra egna "styrelsegubbar" Bert-Åke Waldo och Urban Bergsten, som gjorde världspremiär med roliga specialskrivna texter, innan sommarfesten med silllunch avslutade vårterminen.

Höstens program inleddes med ett café i slutet av augusti och efterföljdes i september av surströmmingsfest. Lennart Johansson från ICA Maxi besökte oss och berättade om sitt livsverk som köpman och den kommande flytten till f.d. COOPs lokaler på Ingelsta. Så var det äntligen dags för Pecke Abrahamsson, polis från Enköping. Besöket har ställts in en gång men nu blev det verklighet. Han bjöd på välbekanta sångnummer och dråpliga historier, som belyser hur vi kan klara oss från bedragare. I september besökte vi Ståhl Collection, där två grupper fick guidad visning för att se den storslagna konstsamlingen. Ett nytt tillfälle för ostprovning blev snart fullbokat. Anna Karlsson stod för en frågesport vid ett café och så var det äntligen dags för "Sömnens betydelse", som varit pandemi-inställt fyra gånger. Nu fick vi inblick i sömnens värld när hälsoprofessorn Linda Karlsson besökte oss. Musikunderhållning med Annette och Miro blev mycket populärt. Teatersalongen var fullsatt till bristningsgränsen och våra medlemmar kunde njuta av deras framträdande. Elvis, Little Gerhard och jag, som är lika med Mikael Leonardsson, bjöd på ett nytt program med musik av amerikanska och svenska rockartister. Även här var teatersalongen fullsatt. Vid nästa café bjöd Bert-Åke Waldo på musikfrågor och en vecka senare vid klubbafton erbjöds ärtsoppa med varm punsch. Sista evenemanget för året blev julavslutningen med Crusellkvintetten i Bingolokalen. Det serverades kall jultallrik, lättdryck, glögg samt kaffe och pepparkaka och det blev årets höjdpunkt med över 150 besökare.

## Inomhusaktiviteter

### Bridge

Under året har vi tyvärr tappat många medlemmar p g a ålder och sjukdom. Vi minns särskilt Nils-Åke Westin som gick bort i februari 90 år gammal. Han var under minst 30 år en mycket aktiv och behjälplig organisatör.

Till vår stora sorg avled Björn Nyqvist mycket hastigt i början av maj, bara 72 år gammal. Han hade utbildat sig till bridgedomare och med stor entusiasm övertagit ledarskapet av onsdagsbridgen. Tillfälligt tog Eli Osen-Kaiser ekonomi- och tävlingsledarrollen under vår

och sommar. Från september leds nu Onsdagsbridgen av Hans Jakobsson med hustru Britt. Hans är den som köpt in och installerat vårt dataprogram för redovisning av spelresultat och lärt oss att hantera det.

I mars startade kassören varsitt Swishkonto för tisdags- resp. onsdagsgruppen för inbetalning av spelavgifterna, f n 30 kr, varav 16 kr plus eventuella garageavgifter redovisas till S:t Olof, medan 14 kr disponeras av resp. grupp. Ramarna för detta har befasts vid möte med kassören. Ett av styrelsen inbjudet möte med representanter för bridgen hölls i februari. Givande diskussioner om samarbetet - vi lärde känna varandra bättre, önskemål dryftades etc. Det framgick också att bridgen saknar "påfyllnad" av personer som kan hoppa in som tävlingsledare, lära sig dataprogrammet för resultatredovisningen osv.

Numera är ca 50 spelare aktiva per vecka. Vi önskar att flera söker sig till oss och öppnar för bl.a. att andra SPF-klubbar är välkomna. Maud Nordlund höll ett kort anförande om nyttan och glädjen av bridge vid S:t Olofs möte för nya medlemmar, samt ser även till att veckans resultat läggs in på S:t Olofs hemsida. (NT tar inte längre in resultat från bridgeklubbarna.) Festliga avslutningar med prisutdelning har ordnats före midsommar och jul, samt även en mellandagsbridge före nyår.

### Canasta

Gunnel Axelsson är ledare för canastagruppen, som träffas varje fredag. Den grupp som ibland spelade på söndagar har upphört då antalet deltagare minskade drastiskt. De som ville fortsätta har gått över till fredagsgruppen.

### Gympa med TV-Sofia

Vi har under hösten bedrivit gympa med TV-Sofia under ledning av våra egna ledare. Ett gäng på ca 10 personer träffas på måndagar för att, via inspelade träningspass, hänga med i TV-Sofias alla nyttiga rörelser. Alla övningar passar perfekt för seniorer och ger bra smörjning till lederna, styrka till musklerna och bättre balans och rörlighet som resultat.

### Linedans

Till alla deltagares glädje har linedansen åter kommit igång efter pandemin. Det blev en något annorlunda och uppskattad höstuppstart ute i det fria i samband med föreningens friskvårdsvecka i Folkparken. Gruppen dansade loss i den – tack och lov – torrlagda plaskdammen. Två dansgrupper har blivit en – som dansar, fikar och har trevligt som vanligt på torsdag förmiddag i vår lokal.

## **Utomhusaktiviteter**

### Boule

Under sommaren spelades boule i Folkparken och den verksamheten har vuxit. När det blir för kallt ute flyttar verksamhet inomhus till Racketstadion. Rolf Kaiser har tagit över ledarskapet efter Monica Arheimer.

### Folkhälsodagar

Under fyra dagar i månadsskiftet augusti/september bjöd föreningen på Folkhälsodagar i Folkparken. Då fanns möjlighet att delta i tipspromenader varje dag med olika teman, prova på bl.a. bangolf, frisbeegolf, boule och linedans. Syftet var att röra på sig. Efter aktiviteterna bjöds på grillat. Vi fick mellan 20 och 40 besökare varje dag och fler än 100 personer har aktiverats. Vi har ansökt om och fått 5 000 kronor från distriktet till denna aktivitet.

### Folkparksvandring

Kent Hedman har fortsatt att leda stadspromenaderna i Folkparken varannan tisdag udda veckor. Samling vid Norr Tull och sedan en stadsnära promenad i lugn takt. Ibland blir det överraskningar då Kent bjuder på hustruns hembakade bröd.

### Natur- och Kulturvandringar

Den första av årets natur-och kulturvandringar genomfördes i naturreservatet Jursla gammelskog vid Lillsjön och Herrsjön. Den andra vandringen blev en repris på Nävsjömossen, då promenaden gick runt hela mossen. Tredje och sista vandringen för vårterminen blev Hälla naturreservat.

Under hösten fortsatte vandringarna med besök i Skällviks kyrka och Skällviksborg i närheten av Stegeborg. Därefter blev det Vargmossens naturreservat med kunnig guide från Länsstyrelsen och som avslutning på terminen besöktes Strussjöskogens naturreservat.

Olle Eliasson tillsammans med Leif Winqvist är våra vandringsledare. Leif ser till att dessa vandringar är lärande, då deltagarna får information om vad som är specifikt med just det naturreservatet, vilka djur och insekter som lever där, vad de äter, vem som äter dem, hur de bor och låter och vilka träd, buskar, örter, blommor och mossor m.m. som finns där. Dessutom är Leif fotograf och servar vår hemsida med fina naturbilder.

### Vrinnevipromenaderna

Våra utomhusaktiviteter såsom Vrinnevipromenaderna genomfördes en gång per vecka under så gott som hela året. Valfri längd 3,5 km eller 5 km med eller utan stavar. De flesta har matsäck med sig och avslutar med gemensam fikapaus vid rastplatsen vid den konstgjorda sjön.

### **Resor**

Två planerade resor på våren fick ställas in på grund av för få anmälda, men desto bättre när en busslast av våra medlemmar gav sig iväg på en fyradagars resa till Skåne 12 - 15 maj för att möta våren. Rapsfälten, gullvivorna och äppleblommorna stod i full blom. Vi bodde alla nätter i Simrishamn och hann med de viktigaste sevärdheterna som vi läst om på vår studiecirkel. Ytterligare en resa hanns med under våren, en dagsresa till Gryts skärgård och Kärlekens trädgård på Lilla Vik.

Under hösten har en resa gjorts på Hjälmare kanal, en Ålandsresa med Cinderella, en teaterresa till Stockholm för att se Tootsie på Oscarsteatern samt en resa till julmarknad i Nora. Även under hösten fick två resor ställas in på grund av för dåligt intresse. Våra resor genomförs tillsammans med Bussbolaget Östergötland. För att slippa ställa in resor har styrelsen beslutat att andra föreningar får erbjudande att anmäla sig efter två veckor.

### **Studieverksamhet**

Under året har ansvaret som studieombud övergått till Bert-Åke Waldo från Ola Bergström, för att få en jämnare arbetsfördelning inom styrelsen.

Föreningen har i samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan (SV) under året genomfört ett antal kulturarrangemang. Kulturarrangemangen har en bred spännvidd, alltifrån våra caféer med någon form av musikunderhållning till natur- och kulturvandringar. Under 2022 har föreningen erhållit kulturbidrag från SV.

Under våren genomfördes en studiecirkel om Skåne och Österlen inför en fyradagars resa dit i maj månad. Studiecirkeln blev snart fulltecknad och mycket populär.

Två studiecirkelar om appar till mobil och surfplatta blev fulltecknade, en för Android och en för iPhone. Deltagarna fick lära sig att ladda ner och använda appar såsom BankID och Swish, Vårdguiden 1177, SOS 112, Östgötatrafiken, SJ och många fler. Mycket nyttigt och lärorikt.

Två olika Bokcirklar, varav en nybildad under hösten, har träffats och diskuterat de böcker man läst. Den äldre bokcirkeln har träffats fyra gånger under våren och fyra gånger under hösten. De lånar en ur stadsbibliotekets utbud av boken, med det antal böcker som motsvarar deltagare. Alla läser alltså samma bok. Den nybildade bokcirkeln går till väga på samma sätt. De har träffats fyra gånger under hösten.

### **S:t Olofsbladet**

Vår tidning, som vi betraktar som vår verksamhetsplan, utkommer med två nummer varje år och innehåller bl.a. aktuell information om våra kommande program, studiecirkel, aktiviteter, resor, bioprogram samt kontaktuppgifter till styrelse och funktionärer. Du hittar också reportage och bilder från våra senaste aktiviteter såsom föreläsningar, vandringar m.m. Tidningen är en viktig informationskanal för våra medlemmar, särskilt de som inte har tillgång till dator och som vi inte når via e-post. Ny redaktör för tidningen är Urban Bergsten, som också är fotograf, vilket märkes i tidningen.

### **Medlemsmail**

Under pandemin försökte vi hålla kontakt med våra medlemmar med s.k. Medlemsmail via vårt medlemsregister Miriam till de medlemmar som har angett e-postadress. Vi tycker att det är ett bra sätt att snabbt kunna informera våra medlemmar om programändringar, arrangemang och resor och därför har vi även under 2022 fortsatt med dessa mailutskick – totalt nio Medlemsmail. Vi når idag ut till 888 av våra medlemmar via e-post.

### **Hemsidan**

På hemsidan finns viktig information om oss och vår verksamhet, erbjudanden, förmåner, bridge-resultat, resor, bio och program samt rapporter från våra aktiviteter m.m. Du kan också hitta alla handlingar till årsmötet samt S:t Olofsbladet i sin helhet. På förstasidan lägger vi in viktiga nyheter! Du hittar också ett bildgalleri med underhållning från träffar vi haft under åren. De personer som finns med på bilderna har godkänt publicering.

### **KPR**

Vår medlem Eva-Britt Österlund är ordinarie representant i kommunens pensionärsråd. Eva-Britt deltar i KPR:s möten, som hålls en gång i kvartalet. Eva-Britt rapporterar vidare till föreningen inför varje styrelsemöte.

**Kansliet** har varit öppet måndagar, tisdagar och torsdagar 10.00 –12.00 (utom sommaruppehåll, jul- och nyårshelgerna samt helgdagar).

### **Medlemsantal**

S:t Olof har under perioden 2022-01-01 – 2022-12-31 fått 104 nya medlemmar, 35 har avlidit och vid årets slut var vi totalt 1058 medlemmar varav ca 70 % är kvinnor och ca 30 % är män.

### **Bio**

Under 2022 erbjöd Cnema seniorer att köpa fyra biljetter för 190 kr. De av SPF Seniorerna speciellt utvalda filmerna var The Father, Farväl fårskallar, Bröllop begravning och dop samt House of Gucci samt höstens filmer Tisdagsklubben, Parallella mödrar, Elizabeth och C'mon c'mon.

### **Bildgåtan - Var då, då?**

Även detta år har två tävlingar genomförts, där man på upplevelserika promenader letar reda på var våra fotografer Anna Karlsson och Claes Mossberg har tagit de bilder som finns med i S:t Olofsbladet. Tävligen i nr 1 hade temat ”djur och kultur” och vinnaren blev Bosse Hellgren. Temat i nr 2 var ”titta upp och titta ner” där man ska hitta byggnader och detaljer på byggnader etc. Vinnare här blev Håkan Möller.

### **Kvar i sta'n**

I slutet av juni träffades 13 medlemmar för en gemensam fikastund på Färgargården. En härligt solig dag i slutet av juli träffades 18 medlemmar ute på Abborreberg. Det fanns hur mycket som helst att prata om och ingen ville åka hem. En tredje och sista gång för den här sommaren

träffades de prat- och fikasugna på Tinas Café i Knäppingsborg. Varför är det bara kvinnor kvar i sta'n?

### Övrig verksamhet

Vi har nu flera aktivitetsuppdelade Swishkonton för att kunna ta emot betalning vid våra medlemsträffar.

I slutet av juli månad besökte vi Tattoo i Eksjö tillsammans med övriga föreningar i distriktet. Det var en av årets varmaste dagar och åtgången på vatten var enorm. Vi har givit den arrangerande föreningen SPF Ydre en stor eloge för det utmärkta arrangemanget.

I september månad deltog vi i Senioregalan på Borgen. Förutom att vi hade trevligt gav det oss några nya medlemmar och vi har givit löfte om att medverka även nästa gång.

Våra lokaler har försetts med skyltar för nödutgångar samt utrymningsplan.

Som avslutning på året träffades styrelsen och våra funktionärer, då tillfälle gavs att tacka för deras stöd och erinra om vikten av att utan dem finns ingen verksamhet i föreningen.

Under året har ny TV, telefon, mikrovågsugn, ett konstverk, kolgrill, husgeråd, läskkyl och lås till denna, rullbräda och hyllplan till skåp inköpts.

Under året har vi drabbats av flera vattenläckor i taket med långt utdragna reparationer.

Styrelsen har testat på padel, som visade sig vara lite för jobbigt och med skaderisker.

Under året har föreningen ansökt om och erhållit tillfälligt tillstånd att servera alkoholhaltiga drycker i Bingolokalen vid vår julavslutning.

Instruktionsfilm hur vår hjärtstarter fungerar och hur man själv ska agera vid hjärtstopp, har visats för alla grupper via storbilds-TV under hela våren.

Våra lokaler har hyrts ut till utomstående vid flera tillfällen under året.

Styrelsen föreslår: **att** medlemsavgiften för 2024 skall höjas med 20 kronor till 150 kronor per medlem till vår förening. Av dagens medlemsavgift 300 kronor går 160 kronor till förbundet och 10 kronor till distriktet.

**att** vänmedlem ska betala 50 kronor per år.

**samt att** årets underskott enligt bifogade räkenskapshandlingar kronor Fyrtiosextusensjuhundrafemtionio (46 759) överföres i ny räkning.

Tack för ett händelserikt 2022. Styrelsen ser fram mot att vi ska kunna träffas igen på nya trevliga, spännande och roliga sammankomster 2023.

Norrköping i februari 2023

*Anne Vilu*  
/Anne Vilu/

*Christina B. Eriksson*  
/Christina B. Eriksson/

*Bo Nilsson*  
/Bo Nilsson/

*Siv Pettersson*  
/Siv Pettersson/

*Marie-Louise Amløh*  
/Marie-Louise Amløh/

*Urban Bergsten*  
/Urban Bergsten/

*Ola Bergström*  
/Ola Bergström/

*Stanja Polter*  
/Stanja Polter/

*Bert-Åke Waldo*  
/Bert-Åke Waldo/

Företedd vid revision:

*Britt-Louise Johansson*  
/Britt-Louise Johansson/  
Revisor

*Jan-Erik Lövbom*  
/Jan-Erik Lövbom/  
Revisor