

ÅRSREDOVISNING 2023 FÖR SPF SENIORERNA – SYRENE SANDVIKEN

Verksamhetsrapport

Vi kan nu lägga ett framgångsrikt 2023 till handlingarna.

SPF Seniorerna Syrenen i Sandviken är distriktets största SPF förening med 962 medlemmar vid 2023 års utgång. Styrelsen, kommittéer och särskilt utsedda funktionärer har lett verksamheten och får härmed avge följande förvaltningsberättelse samt resultat- och balansräkning för verksamhetsåret 2023.

Styrelse: Leif Nordström ordförande t.o.m. 2023-05-16, sen vakant, Henning Eneström fr.o.m. 2023-10-16, Wivi-Anne Andersson sekreterare, Karin Lindström kassör, Anitha Eriksson medlemsansvarig, Ingalill Hedborg, Carl-Gustaf Haglund, Berit Lusth, Torkel Eriksson och Karl- Göran Wiklander fr.o.m. 2023-10-16.

Revisorer: Håkan Eckmar, Tomas Fredriksson och Thomas Montalvo som suppleant.

Studieombud och ombud till Vuxenskolans årsmöte: Berit Lusth.

Folkhälsosamordnare: Ingalill Hedborg

Resansvarig: Anders Norstedt.

Kommittéer/ombud: Maud Gerdin, Maud Westerberg, Annika Berter, Eva Svängård, Karin Färlin, Annelie Hjalmarsson, Gun-Britt Holmström, Eva Karlberg, Britt Lusth, Lena Paschen, Virpi Russka, Maria Schelen, Kersti Cederstam.

Övriga funktionärer: Margareta Axell, Olof Eliasson, Inge Ericsson, Sven-Olov Eriksson, CG Haglund, Mårten Hedborg, Thor Nielsen, Göran Berter, Bo Lusth, Göran Olsson, Barbro Folkesson-West, Sven West.

Mötesvärdar: Agneta Östlund-Nielsen och Kerstin Eriksson.

Ledamot i kommunala pensionärsrådet (KPR): Berit Lusth.

Valberedning: Kurt Lindström (ordförande), Ann-Marie Sjöberg, Göran Berter

Programkommitté: Anders Norstedt, Kersti Cederstam, Leif Nordström t.o.m. 2023-05-16, Berit Lusth, Göran Berter, Anitha Eriksson och Henning Eneström fr.o.m. 2023-10-16.

10 protokollförda styrelsemöten har genomförts på Valhalla.

Bostadsgruppen: Bo Lusth

Kommunikation och IT: CG Haglund

Medlemsblad för SPF-Syrenen: Tidningsredaktionen har givit ut 10 nummer av "Medlemsbladet för SPF Syrenen", som distribuerats via e-mail och publicerats på vår hemsida.

Medlemsträffar

23/1 Månadsträff Valhalla. Anders Norstedt guidade en gjord resa till Sydafrika.

Underhållning Shamrocks musik från Irland.

20/2 Årsmöte 20 februari. Underhållning Sandvikens Seniorkör.

20/3 Månadsträff Pingstkyrkan. Information från Brottsofferjouren. Underhållning Trubadur Benny Björk.

27/4 Månadsträff Drömfabriken.

Underhållning Ingemar Dunker med musiker (deras genrep).

24/5 Månadsträff Pingstkyrkan. Petra Lusth Brambeck hur fungerar privat hemtjänst? Underhållning Arja Saijonmaa.

21/8 Upptaktsmöte Högbo. Fika Gruvstugan information om höstens planer och tipspromenad.

18/9 Månadsträff Valhalla. Tema Dr Lars Svennberg nya rön inom hjärtsjukvård. Underhållning Anders "Kråkan" Ågren och Philip Ström.

16/10 Månadsträff och Extra Årsmöte Valhalla. Sandegårds Mode gav fina tips inför hösten med Modevisning.

13/11 Månadsträff Valhalla. Tema Lars Svaneryd delar med sig av sina erfarenheter och tips man kan göra i vår fantastiska fjällvärld. Underhållning Janne Krantz.

11/12 Månadsträff Valhalla. Vi gästas av Lucia och vi äter risgrynsgröt och god smörgås. Underhållning Hiltone (kör från Sandvik Coromant).

13/12 **Tipspromenad på Hälsans stig**, med glögg och pepparkaka.

Pubkvällar 2023

15/2 Underhållare Marcus och Mikaela Odby de levererar kluriga frågor.

12/4 Underhållare Per Engman med hustru Maja Wreiding, tolkningar av Albert Viksten varvat med div frågor..

13/9 Underhållare Marcus och Mikaela Odby de ställer också frågor .

22/11 Underhållare Hammarkören med melodikryss.

Surströmmingsfest 2023

21/9 – Surströmmingsfest på Valhalla, 33 personer

Hjärnkoll en frågesportstävling

27/9 deltog Torkel Eriksson, Karin Lindström och CG Haglund i SPF Gästriklands uttagning till riksfinalen i Hjärnkoll. Träffen var på Soldathemmet i Gävle.

Resor: Distriktets alla reseansvariga har samarbetat med att arrangera resor till olika resmål. Resor som Anders Norstedt arrangerat för Syrenen:

10/2 Horndalsrevyn 30 pers.

30/5 Gammelstilla 40 pers.

2/7 Tallbo-Ecke Hedbergs konstnärshem 20 pers.

11/7 Allsång skansen, 50 pers.

20/7 Bergmans fisk, 84 pers.

7/12 Bergmans fisk julbord, 74 pers.

Cirkelverksamhet och utbildning:

Inga nya cirklar har startats. Bokcirkeln löper på som tidigare och även kören fortsätter som förut.

Kommunikation och IT: Vi har noterat sedan tidigare att det finns behov hos våra medlemmar att lära sig mer, att känna sig tryggare att hantera smartphones/läsplattor och dator. Tyvärr har vi inte fått till någon lokal aktivitet under 2023, utan vi har förlitat oss på de digitala utbildningarna som sker via Vuxenskolan och i regi av förbundet. Flertalet av våra medlemmar har egen e-mailadress varför aktuell information sker via e-mailutskick, aktuell Facebook sida och SPF app. Medlemmar som inte kan nås digitalt får via brev halvårsvis aktuell information om aktiviteter.

Hälsofrämjande aktiviteter

Friskvårdsaktiviteter:

Aktiviteter typ funktionell träning för seniorer har bedrivits under året, ledda av SGA, Actic och Hälsoverket, SPF har rabatt på dessa. Övriga aktiviteter som bowling (se nedan), vattengympa (se nedan) mm.

Folkhälsoveckan:

Pågick v 19. SPF Syrenen hade aktiviteter tre (3) av dessa dagar då det tidigare år varit dålig uppslutning.

9/5 Yin yoga på PT-gymmet ett seniorpass.

Prova på bowling där endast 2 pers. kom.

10/5 prova på boule samt korvgrillning.

11/5 besök på pelargonimuseet i Torsåker.

SPF Syrenens Bowling verksamhet 2023:

SPF och PRO har varit 30 personer som tillsammans har tränat bowling i 37 veckor (på Jernvallen) både tisdagar och fredagar under 2023. Vi har också fått in nya spelare. Det är en uppskattad träningsform som främjar hälsan till både kropp och själ.

Ansvarig i SPF Anitha och Sven-Olov Eriksson.

SPF Syrenens Bouleverksamhet 2023

SPF Syrenen har haft ca 40 medlemmar inskrivna i Bouleverksamheten under året. 20 personer av dessa har varit aktiva. Två medlemmar har tyvärr avlidit och några har slutat pga. hög ålder och sviktande hälsa. Vi har under hösten fått 5 nya boulespelare. F om jan. till april spelade vi på onsdagar mellan 12.45 och ca 15.30. i Gefle Boulecenters inomhushall. SPF erbjöds delta i en Bouletävling anordnad av Trödje bouleföreningen. SPF anmälde tre lag till vårens omgång, 17 maj och två lag till 23 aug. SPF anmälde även ett lag till "Boulens Dag" i Björklinge den 3 sept. men tvingades sen lämna återbud pga. sjukdom.

Den 3 maj övergick vi till utomhusplanen på Valhalla i Sandviken. Sandvikens kommun höll nu på att färdigställa en boulehall i Storvik som beräknades vara klar till hösten. Vi diskuterade mycket i gruppen, om vi till hösten skulle spela boules i Storviks nya boulehall eller fortsätta inomhusspel i Gävle boulecenter. SPF valde att börja höstens spel i den Nya förening i Storvik, som bildats av alla intresserade boulespelare i distriktet. Många av distriktets spelare ville spela på onsdag em. Då valde SPF byta dag och övergå till spel på torsdag em. SPF Syrenen har spelat boules en gång i veckan i 49 veckor under 2023.

Amsvariga: B-M Rooth och Ingegerd Wennelin

Vattengympa, badhuset Sandviken:

Den har pågått under både vårterminen och höstterminen med 2 grupper som fylldes med 24 deltagare i varje grupp.

Ansvarig i SPF Maryanne Forsberg

Linedance:

Två (2) grupper både vår och hösttermin. Ledare Barbro Pettersson.

Bridge: Har pågått i Sandvikens Bridgeklubbs regi.

Gåfotboll: På Hammarhallen i samarbete med PRO.

Bogruppen:

På boendefronten så är det helt lugnt. I dagsläget så finns det inga större projekt som berör seniorer planerade. Ev kan byggandet av det planerade demensboendet komma i gång i slutet av året men det är inte bestämt ännu. Om de kommer i gång är mycket beroende på om det kommer ev överklaganden av upphandlingen eller inte.

Rabatter och förmåner:

Antalet lokala affärer (14 st) som ger medlemsrabatt har kompletterats under året. Förhandlingar med olika träningsanläggningar har gett oss förmånliga priser. SPF blev inbjudna till HEAT 2 ggr med 90 pers./gång.

Lokalstöd:

Kultur- och fritidsnämndens kulturutskott beviljade lokalstöd för verksamhetsåret 2023. Lokalstöd utgörs av tillgång till kontors- och förrådsutrymme i Nöjet 7, Valhalla, tillträde till sammanträdeslokal samt hyra av "stora salen" inklusive kök till en subventionerad kostnad.

Ytterligare medlemsinformation för 2023 samt en del intressant historik.

Nya medlemmar på 13 månader 126.

Medlemmar utan e-post 46. Medlemmar avlidna 215.

Medlemmar totalt (varav 14 godkända ej bet) 962.

Åldersstruktur förr och nu – Äldsta kvinna Syrenen 102 år. Äldsta man Syrenen 93 år.

Yngsta kvinna Syrenen 57 år. Yngsta man Syrenen 59 år.

Kommentarer till ekonomiskt utfall 2023: Se årsredovisningen.

Vi i styrelsen kan konstatera att det ökade utbudet av aktiviteter samt satsning på bra föredrag och underhållning har fallit väl ut. Vi har haft en stor tillströmning av nya medlemmar. Den här satsningen hade inte varit möjlig om vi inte dessutom hade fått ekonomiskt stöd från lokala fonder. Styrelsen framför ett varmt tack till medlemmar som hjälper till på olika sätt när det behövs. Framför allt ett stort TACK till program- och trivsel kommittéerna som lägger ned mycket arbete för vår gemensamma trivsel.

Sandviken i februari 2024

Henning Eneström
Ordförande

Wivi-Anne Andersson
Sekreterare

Anitha Eriksson
Medlemsansvarig

Karin Lindström
Kassör

Ingalill Hedborg
Ledamot

Carl-Gustaf Haglund
Ledamot

Torkel Eriksson
Ledamot

Berit Lusth
Ledamot

Karl-Göran Wiklander
Ledamot