

Verksamhetsberättelse för SPF Seniorerna Tabergsdalen år 2025

Medlemmar

Föreningen hade vid utgången av år 2025: 401 medlemmar, vilket är 7 fler än föregående år. 7 medlemmar har avlidit under året.

Styrelsen

Styrelsen har haft tio sammanträden under året. Styrelsen har bestått av ordförande Kerstin Persson, vice ordförande Ingegerd Hugosson, sekreterare Karin Schön, vice sekreterare Kerstin Hansson, kassör Reidun Samuelsson, vice kassör Solveig Lind Einarsson och ledamöterna Dan Lindgren, Anitha Fick och Marianne Orestig.

Årsmöte, månadsträffar och temamöten

Årsmötet hölls den 3 februari, i Tabergs Missionskyrka. Oscar Kjällgren bjöd på suveränt gitarrspel, vacker sång och dråpliga anekdoter.

Under året har föreningen hållit 11 månadsträffar.

Vid månadsträffarna medverkade:

- Januari: -Peder Sveder från Tidaholm underhöll med sång och musik och västgötahistorier.
- Mars: - Jönköpings-profilen Lars-Göran Åkerberg berättade.
- April: - Dags för besök av Kristina Fritz och SeniorShopen.
- Maj: - Kungens Band spelade. Oj vad det svängde! Bred repertoar som blev väldigt uppskattad.
- Maj: - Sommarträff på Sevdabo med underhållning av Svenne och Jörgen. Vi åt också mycket god mat.
- På höstens upptaktsmöte gästade vi Martinsgården. Erling Lundberg tolkade en del av Elvis Presleys hits och en del andra artister och sånger.
- September: - Christer Möller och Thomas Karlsson gästade oss. Medryckande sång och musik med gamla godingar och dansbandslåtar.
- Oktober: - Sanna Hillfors och Gittan Jonsson sjöng för oss. Vacker sång och personligt prat däremellan uppskattades.
- November: - Radioprofilen Hasse P besökte oss. Roligt och intressant att lyssna när han berättade om sin långa karriär.
- December: - Luciatåg från Södra Vätterbygdens Folkhögskola.

Förutom underhållning, informeras det alltid om verksamheten, det säljs lotter till det uppskattade lotteriet och vid fiket råder god samvaro.

Under året har fyra temamöten hållits.

- Rolf Pettersson berättade, med ord och bild, om Södra Norrahammar då och nu.
- Mats Hillerström, överlevare från Estoniaförlisningen, bjöd på en stark berättelse.
- SOS Alarm – Vad händer när vi larmar? Och hur ser larmkedjan ut?
- Korsordsmakare Jerry Waldemarsson besökte oss.

Distrikt, samrådsgrupp, KPR, LPR

En styrelseledamot i vår förening, sitter i distriktsstyrelsen för Jönköpingsdistriktet. SPF:s distriktsstämma genomfördes den 8 april i Sävsjö. 5 styrelsemedlemmar deltog.

Tre medlemmar ingår i SPF- föreningarnas samrådsgrupp inom kommunen.

En medlem ingår i KPR; kommunala pensionärsrådet

En medlem ingår i LPR; läns pensionärsrådet

Folkhälsovecka

Föreningen anslöt till SPF Seniorernas Förbunds folkhälsovecka, i maj månad, genom att erbjuda gratispass på våra friskvårdsaktiviteter. Dessutom gjordes det reklam för de webinarier som förbundet anordnar, under folkhälsoveckan.

Digitalisering

Vårt digitaliseringsombud har anordnat träffar för medlemmarna, där man fick hjälp med sina telefoner, iPads osv

Utflykter och resor

- Revyresa till Falkenberg
- Bussrundtur i Jönköpings kommun med Anders Samuelsson som ciceron
- Resa till Bodafors och Kulturgatan, Trakt Forest Hotel, Ekenässjön
- Teaterresa: Trassel på Oscarsteatern
- Julmarknadsresa med historiskt tåg till Örebro och Wadköping. Frukost och julbord

Kultur och konserter

- Änkeman Jarl
- Storstarken med folkviseögon
- Malena Ernman & Sinfoniettan
- Åh, ni fantastiska kvinnor
- Frank Sinatra, Livet och musiken
- Alice Babs – Mamma och idol
- Konsert i Mullsjö – Marilyn Keller och Second Line Jazzband
- Musikalen Såsom i himmelen
- Bengans julvärld
- Lunchkonsert i Juletid

Studiebesök i närområdet

- Rundvandring på Spira
- Husqvarna Museum

Fredagslunch, SPF-fika på Rosetten

- Medlemmar har, en gång i månaden, träffats för att äta fredagslunch tillsammans.
- En gång i månaden har medlemmar träffats för att fika tillsammans på Konditori Rosetten, Taberg.

Trivselaktiviteter

- Tjejträff – SPA i HOOK.
- Tjejkväll i butiken Klädscoopet i Jönköping.
- Vinprovning med Peter Forsberg på Åsavallen.
- 7000 mil runt Afrika på motorcykel – Anders Bråhn, två tillfällen
- Grabbkväll. Ett gäng hockeyfans samlades på Hotell Taberg för att titta på HV71 och umgås.
- Möte för att välkomna nya medlemmar
- Funktionärsträff
- En kulspetspenna till varje medlem har delats ut. "SPF Seniorerna Tabergsdalen"

Friskvård

Yoga/lättgympa och qigong/stolsgympa har pågått hela året. Även **Medicinsk yoga** har anordnats.

Friskvårdskortet har stimulerat flera medlemmar till regelbunden motion. Förutom att förbättra och bibehålla sin hälsa kan man också vinna presentkort i friskvårdslotteriet. Det har varit 3 dragningar i lotteriet, med totalt ca 400 inlämnade kort.

Cirkelträning: Gymmet TRIM i Taberg/Hovslätt har erbjudit föreningen cirkelträning med tränare Fredrik Larsson. Sex grupper, med ca 12 deltagare i varje grupp har deltagit i olika aktiviteter med och utan redskap.

Tennis på studs: Tabergsdalens Tennisklubb bjuder in seniorer för att spela, en light version av tennis, som passar seniorer. Flera medlemmar har deltagit.

Utomhusaktiviteter:

Vandring: Varje vecka, har medlemmar vandrat, i alla slags väder, och utforskat omgivningarna med ett par timmars promenad och fika. Terminens avslutning skedde vid Åsasjön med bastubad, bad i sjön och sedan lunch.

Från och med höstterminen har två olika vandringsgrupper vandrat: 3 km eller 5 km.

Boule: Under året har flera medlemmar samlats regelbundet för att spela boule både ute och inne.

Stickcafé och bokcirkel

Ett antal medlemmar har, varannan torsdag, träffats för att sticka och umgås. En grupp medlemmar samlas en gång/månad till bokcirkel.

Medlemsvård

Under året har gruppen för medlemsvård fortsatt sin verksamhet. Många medlemmar har fått telefonsamtal, besök och uppmuntran från gruppen. Även äldreboendena har fått besök, med musik, kaffe, fikabröd, promenadsällskap. Det har varit uppskattat.

Utåtriktad verksamhet

- Föreningen är representerad i publikationen "För oss Seniorer"
- Deltagande i Tomteland vid Berget

Medlemsinformation via hemsida, programhäfte, mail, sms

- Föreningens hemsida innehåller bra och aktuell information.
- Programhäftet delas ut till alla medlemmar två gånger per år. Det innehåller information om aktiviteter, kontaktuppgifter m.m. och uppgifter om sponsorer och rabatter från vissa företag.
- Gruppmail och sms används ofta, med information till medlemmarna.

Ekonomi

Vår förening har god och stabil ekonomi.

- Antalet medlemmar har ökat. Detta bidrar till en bra och stabil ekonomi.
- Lotterierna, vid månadsträffarna, är uppskattade och ger ett bra tillskott till ekonomin. Även friskvårdsinsatserna genererar tillskott till föreningen.
- Föreningen har sponsrats ekonomiskt av 20 företag med annonsplatser i programhäftet. Ytterligare andra företag lämnar rabatter direkt till föreningens medlemmar.
- Föreningen har bra samarbete med Studieförbundet Vuxenskolan och med Jönköpings kommun. Båda ger bidrag till vår verksamhet.

Slutord

Eftersom vi är en aktiv förening med god ekonomi, många engagerade medlemmar, och dessutom ett ökande antal medlemmar, har vi stora möjligheter att erbjuda ett varierat program.

Styrelsen tackar alla för de insatser som engagerade medlemmar gjort och för förtroendet styrelsen fått under det gångna verksamhetsåret.

Tabergsdalen i januari månad 2026

Kerstin Persson

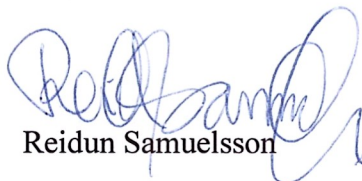
Ingegerd Hugosson



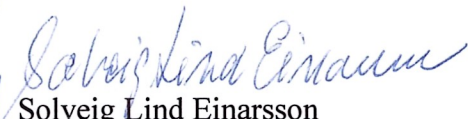
Kerstin Hansson



Anitha Fick



Reidun Samuelsson



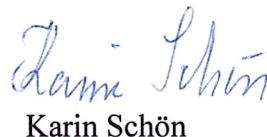
Solveig Lind Einarsson



Dan Lindgren



Marianne Orestig



Karin Schön