



TOMAS

ÅRSMÖTESHANDLINGAR

**Malmabergs mötesplats
19 februari 2019 kl 14.00**

Program

**Välkommen
Parentation
Årsmötesförhandlingar
Avtackning
Underhållning av sånggruppen
Kaffe**

Årsmöte den 19 februari 2019 kl 14.00 Malmabergs mötesplats

FÖREDRAGNINGSLISTA

1. Hälsningsanförande
2. Parentation
3. Mötet öppnas
4. Val av ordförande och sekreterare för mötet
5. Val av justeringsmän tillika rösträknare
6. Fråga om mötet stadgeenligt utlyst
7. Godkännande av föredragningslista
8. Verksamhetsberättelse med resultat- och balansräkning
9. Revisionsberättelse
10. Fråga om ansvarsfrihet för styrelsen
11. Verksamhetsplan och budget för 2019
12. Ersättning till styrelse och revisorer
13. Medlemsavgift för 2020, information
14. Fastställande av antal ledamöter
15. Val av styrelseledamöter
16. Föreningens ledning för 1 år, (3 ledamöter)
17. Val av revisor och suppleant
18. Val av valberedning
19. Motioner
20. Övriga frågor
21. Avslutning

ÅR 2018 HAR STYRELSEN BESTÅTT AV**Ledningsgrupp**

Kerstin Frykberg	omvald på 2 år
Lennart Thern	kvarstår 1 år
Johnny Karlsson	kvarstår 1 år

Ledamöter

Jan-Ove Johansson	omvald på 2 år
Göran Falkstedt	omvald på 2 år
Lena Ericson	kvarstår 1 år
Bibbi Öreberg	kvarstår 1 år
Kerstin Damberg	nyvald på 2 år
Brita Sjödahl	nyvald på 2 år

REVISORER

Maj-Britt Lundvall, ordinarie	omvald på 2 år
Karin Turesson, ordinarie	kvarstår 1 år
Karl-Erik Karlsson	nyvald på 1 år

KPR-REPRESENTANT

Bibbi Öreberg

VALBEREDNING

Karl-Erik Karlsson
Karl-Erik Adolfsson

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Den 31 december 2018 hade SPF Seniorerna Tomas 609 medlemmar (408 kvinnor och 201 män).

Styrelsemöten

Styrelsen har under året hållit åtta protokollförda sammanträden inkl årsmötet, varav två med den gamla styrelsen. Styrelsen har också haft au-möten, mail- och telefonkontakt samt har rese/programgruppen haft många AU-möten. Resegruppen har även haft möten med de övriga i Västeråskretsen.

Konstituerande sammanträde hölls direkt efter årsmötet den 20 febr.

Västeråskretsen har hållit två protokollförda möten, den 13 april med SPF Rudbeckius som värd och den 12 oktober med SPF Aros som värd.

Föreningsmöten

Under året har vi haft 17 trivselträffar med sammanlagt 1370 deltagare som kom till mötesplatsen. Flest kom till Lucia den 11 dec 128 personer och årsmötet 87 personer.

Sammanlagt till våravslutningen på Björnö och midsommarfesten kom 180 personer.

Den 21 februari bjöd föreningen alla som aktivt deltagit i föreningsarbetet på lunch hos Jonas Wenström Tranellska gymnasiet.

Representation

Styrelsen har varit representerad vid SPF Hamres, SPF Aros och SPF Rudbeckius årsmöten samt vid distriktets årsstämma den 6 april i Köping.

Öppna träffar

Föreningen har s.k öppna träffar/möten och aktiviteter på Malmabergs mötesplats.

Det betyder att man inte behöver vara medlem för att delta.

Aktivitetserna på mötesplatsen är kostnadsfria.

Resor och utflykter

12 april Roslagens Brygghus inkl dagskryssning med m/s Rosella.

13 juni 80/90+ resa till Schenströmska Herrgården i Ramnäs

6 dec Julbordskryssning med m/s Rosella

Resor och utflykter har även gjorts med de övriga SPF-föreningarna

Studiebesök

16 febr Västerås Stadshus, 23 mars Radio Västmanland, 5 okt Västerås Turbinhus och

16 nov Västmanlands Teater.

Studiecirklar

Vi sjunger Stina Järvå

Teatergrupp Marianne Jansson

Samtalscirkel Apropå Bibbi Öreberg

Aktiviteter

Qigong	Marita Willby
Internat. danser	Gullewi Ågren och Sigge Magnusson
Linedance	Elly Sjökvist och Birgitta Larsson
Gymnastik	Karin Öman
Bridge	Birgitta Karlsson
Hobbygruppen	Atti Ojanen
Promenad/stavgång	Gulli Brodd Johansson och Laila Svensson
Boule	Karin och Björn Turesson
Vattengymnastik	Birgitta Eriksson

Kommunala Pensionärsrådet (KPR) 2018

Liksom tidigare har KPR-året varit innehållsrikt och stimulerande, med gott samarbetsklimat bland alla inblandade. Vi från SPF Seniorerna har fört fram och verkat i många olika frågor som t ex: Olika boendeformer samt bättre tillgänglighet för äldre.

Kvalitetsfrågor i utförandet av äldreomsorg, både i hemtjänsten som på boendena.

Mötesplatser, socialt viktiga för alla kvarboende liksom pensionärsföreningarnas verksamhet.

Anhörigstöd i form av god tillgång på dagverksamhet och avlastning.

Listan är lång med samhällsfrågor som diskuteras i förhoppning om att politiker och tjänstemän lyssnar och för våra tankar vidare.

Samtalscirkel Apropå

Under året har vi träffats 15 ggr för samtal kring allt som har med liv och leverne att göra, både lättsamma som allvarliga ting. Under våren fullföljde vi Vuxenskolans kortserie med samtal om existentiell hälsa för att ägna hösten åt mera aktuella samhällsfrågor, ofta rörande oss 65+. Under året har vi varit i genomsnitt 9 deltagare på listan och 7,5/träff där den sociala samvaron är lika viktig som det goda samtalet.

Boule

Har spelats varje måndag hela året, med undantag för helgdagar, vintertid i Westinghouse Arena och sommartid på Skogslyckan i Skiljebo. SPF Tomas har deltagit i DM i Hallstahammar den 30/5 med 7 lag som sponsrades av föreningen. Bästa laget kom på 4:e plats. Enakulan anordnades den 28/7 vid Höken i Enköping. Där hade Tomas 3 lag som deltog och bästa laget placerade sig på 5:e plats av 120 deltagande lag.

DM 2019 skall anordnas i Västerås i samarbete med föreningarna i kretsen. Datum är ej bestämt.

Sånggruppen

Sånggruppen med ca 25 medlemmar övar varannan vecka. Fyra framträdanden har gjorts vid föreningens trivselträffar. Vid två tillfällen har det sjungits på Tujagården. En gång i Björksta bygdegård och även som söndagsunderhållning i kafeét på Malmabergs mötesplats. Har även deltagit i SPF:s körstämma i Surahammar.

Linedance

Vi är mellan 25-30 st varje gång och vi dansar nybörjardanser, där vi lär oss grundsteg.

Fortsättninggruppen bygger på med danser och stegkombinationer. Vi dansar till olika slags musik och passar på att ha trevligt och skapa nya kontakter när vi tar en paus.

Internationella danser

Vi har träffats under totalt 27 måndagsförmiddagar för att dansa gillesdanser från olika länder och vi har varit ca 31 st/gång. Det är roligt att lära sig nya danser, både lätta och lite svårare, till fin musik. Dansen är bra för både kropp och själ och den sociala biten är också viktig. Vid varje terminsavslutning brukar vi ha en trevlig liten avslutning med kaffe och smörgås, allsång och roliga historier. Det är mycket uppskattat.

Gymnastik

Mellan 11-17 st gymnastiserar varje torsdag efter musik från en cd-skiva. Träningen innehåller både balans, styrka, kondition och koordination.

Promenader/stavgång

Varje onsdag promenerar ca 8-12 st beroende på väder, med eller utan stavar. En del går långt, en del går kortare och en del bara en liten vända. Efter promenaden har mötesplatsen bastun varm. Det finns plats för fler deltagare.

Qigong

En grupp på 18 personer har träffats i samlingssalen på Malmabergs mötesplats varje fredag och praktiserat Qi Gong. Övningarna består av avslappning som gör kroppen och sinnet lugnare och mer mottagligt. Mjuka enkla rörelser som stimulerar energiflöden och löser upp spänningar och mjukar upp stela leder. Koncentrationen främjar kroppens läkeprocesser, gör dig harmonisk och lycklig samt hjälper dig att slappna av. Enligt kinesiskt tänkande går ”Kropp och Sjal hand i hand”. Genom att andas naturligt och avslappnat. Med denna metod kan du skapa balans och harmoni i din kropp och själ.

Vattengymnastik

Vattengymnastiken utövas på Levad med ledare från SPF Tomas.

Hobbygruppen

Har träffats 12 gånger och målar, stickar, syr och gör allehanda pyssel som lottas ut vid jul- och påskfirandet.

Bridge

Cirka 10 medlemmar spelar snäll-bridge varannan torsdag.

Teatergruppen

Har haft 16 övningstillfällen och har uppträtt på Malmabergs mötesplats. Repertoaren är olika, ibland sånger och sketcher/ monologer och teaterstycken.

Midsommarfirande på mötesplatsen

Ordnades tillsammans med PRO och Mötesplatsen. Stina Järvå ledde dansen kring midsommarstången. Dagen innan lövades midsommarstången med björklöv och blommor.

Distriktets Kulturdag

SPF Tomas var representerad vid distriktets kulturdag i Surahammar den 8 september.

Surströmmingsfest

Den 21 september avnjöt 54 medlemmar årets surströmming.

Mötesplatsråd

Föreningen ingår i mötesplatsrådet för Malmabergs mötesplats.

NTF

Föreningen är representerad i NTF.

Styrelsen vill till sist framhålla att föreningens verksamhet och utveckling bärs upp av ideellt arbetande medlemmar. Dessa är ledare för olika aktiviteter, studier, resor m.m och sitter i de kommittéer som planerar program och övrig verksamhet.

STYRELSEN FRAMFÖR SITT VARMA TACK

- Till funktionärer, aktivitets- och studieledare för ett gott arbete.
- Till de medlemmar som frivilligt ställer upp och arbetar för föreningen och till dem som skänker gåvor till lotterier.
- Till personal på Malmabergs mötesplats för gott samarbete.
- Till Studieförbundet Vuxenskolan och Västerås Stad för ett gott samarbete och ekonomiska bidrag, som hjälper oss att finansiera vår verksamhet.

Västerås i februari 2019

Styrelsen för SPF Seniorerna Tomas

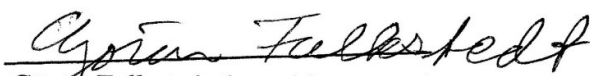

Kerstin Frykberg, sekreterare


Lennart Thern, kassör

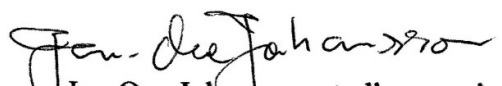

Johnny Karlsson, medlemssekreterare
Programansvarig

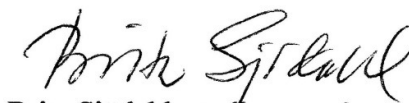

Lena Ericson, studiebesöksansvarig
Programansvarig


Bibbi Öreberg, programansvarig, KPR


Göran Falkstedt, hemsidesansvarig


Kerstin Damberg, studiebesöksansvarig
Programansvarig


Jan-Ove Johansson, studieansvarig


Brita Sjö Dahl, studieansvarig

SPF TOMAS AKTIVITETER 2018

SAMMANKOMSTER	GÅNGER	DELTAGARE
Medlemsmöten	18	1370
Styrelsemöten	7	70
Programkommite	5	18
Distriktsstämma	1	9
Boule	46	842
Bridge	19	94
Gymnastik	25	295
Hobbygruppen	11	44
Internationella danser	27	837
Line-dance	27	738
Vattengymnastik	21	16
Stavgång och promenader	33	279
Resor	3	138
Studiebesök	4	63
Qigong	28	358
Studiecirklar		
Sånggrupp	22	465
Teatergrupp	16	107
Samtalscirkel Apropå	14	126
FESTER		
Midsommarfest	1	100
Surströmming	1	54
Medarbetarlunch	1	24
Våravslutning Björnö	1	80
SUMMA TOTALT	337	6347

Närvaro vid Medlemsmöten på Malmabergs mötesplats under 2018

Dat	Program	Antal
9 jan	Julen dansas ut med Stina och Ingegerd	60
23 jan	Hur våra ortsnamn kommit till Gunilla Jonsson Ermedahl	88
6 febr	Yazzmen 4.3 Q	80
20 febr	Årsmöte Sånggruppen underhåller.	87
6 mars	Trafikfrågor med polisen	46
20 mars	Påskfirande med landgång. Sånggruppen underhåller	97
3 april	Johan B Andersson underhåller	53
17 april	Seniorboendet del 2 Vår egen teatergrupp underhåller	97
4 sept	Musikquiz med Danzant	80
18 sept	Familjerätt och framtidsfullmakt Jurist Vanja Engvall	88
21 sept	Surströmmingsfest	54
2 okt	Program om Ferlin medv.Clas Bertil Ytterberg och Rönnbystämmorna	103
16 okt	Munhälsa och tandvårdstöd för äldre Tandl, Eva Sandberg	56
30 okt	Åke Hahres Sextett med Ulla Pedersen vokalist	73
13 nov	Badelunda förr och nu Bengt Wallén berättar	76
27 nov	Fagerman Entertainment –Johnny ”Kungen” underhåller	104
11 dec	Luciafirande Sånggruppen underhåller samt hobbygruppens lotteri	128
Totalt 17 möten med sammanlagt		1370

Dessutom på annan plats

15 maj	Våravslutning på Björnön	80
22 juni	Midsommarfest på Mötesplatsen arr med SPF och PRO	100

Närvaro vid studiebesök:

16 febr	Västerås stadshus	28
23 mars	Radio Västmanland	14
5 okt	Västerås Turbinhus	9
16 nov	Västmanlands Teater	12

Valberedningens förslag till val vid årsmötet 2019 för SPF Seniorerna Tomas

Till ordförande för årsmötet föreslås Lennart Thern och till sekreterare Kerstin Frykberg.

Valberedningens förslag är att styrelsen under år 2019 skall bestå av 9 ledamöter, varav en ledningsgrupp om 3 ledamöter.

Ledamöter omval 2 år

Lena Ericson
Johnny Karlsson
Lennart Thern
Bibbi Öreberg

Kvarstår 1 år

Kerstin Damberg
Kerstin Frykberg
Jan-Ove Johansson
Brita Sjödahl

Göran Falkstedt har avsagt sitt styrelseuppdrag med 1 år kvar.

Till fyllnadsval på 1 år efter Göran föreslås

Göran Brofeldt

Revisor omval 2 år

Karin Turesson

Kvarstår 1 år

Maj-Britt Lundvall

Revisorsuppleant omval 1 år

Karl-Erik Karlsson

Protokolljusterare

Solveig Nilsson
Vera Bergqvist