

Verksamhetsberättelse för år 2024

Året 2024 har som vanligt varit fyllt av aktiviteter. Styrelsen och funktionärerna har gjort ett fantastiskt jobb för att hålla de olika verksamheterna i gång på en hög nivå. Nya medlemmar har fortsatt att komma till föreningen. Men flera har försvunnit, så summan är i stort oförändrad.

I jämförelse med andra SPF föreningar i Sörmland har vi en mycket bra åldersfördelning med nära 40% yngre medlemmar (upp till 75 år).

Våra verksamheter lockar uppenbarligen lite yngre pensionärer att ansluta sig. Vår årliga funktionärsdag var välbesökt och lockade till mycket diskussion och förslag om verksamheterna och hur vi skulle kunna öka antalet funktionärer. Vi måste bli fler som arbetar för att inte de som arbetar skall nötas ut.

Som ett litet tack för nedlagt engagemang bjöds alla funktionärer på en utflykt till Utö med lunch och guidad rundvandring. Utflykten blev mycket lyckad och uppskattad av deltagarna.

Vårt samarbete med PRO och Gnesta kommun om Powerhuset har fortsatt varit gott.

Gemensamma aktiviteter i Powerhuset har varit tipspromenader varje måndag, även nyårsaftonen, torsdagsträffar med information och underhållning, IT-caféer fredagar mm.

Föreningsbidraget från Gnesta kommun har gjorts om med följd att vi fått betydligt mycket

mindre stöd. Gssam har däremot fått ett ökat stöd.

Styrelsen tackar alla som deltagit i våra programpunkter det gångna året och vi ser fram emot ett

nytt år med aktiviteter som ger oss möjlighet att träffas och ha trevligt, får oss att röra på oss och stimulerar våra hjärnor.

STYRELSEN

Har under året bestått av Irene Zecevic (Ordf.), Eric Ericsson (v. Ordf.), Gunilla Lindahl (Sekreterare), Bosse Forsgard (webmaster), Birgitta Lundberg (Kassör), Agneta Abrahamsson (medlemssekreterare), Christina Lundstedt (ledamot) och Mats Grundin (ledamot).

REVISORER

Har varit Christer Källmén, Sören Fors och Lars Bengtzelius

VALBEREDNINGEN

Klas Ruthman och Ann-Marie Pettersson.

STUDIEVERKSAMHET
Studieverksamheten under 2024

Nedanstående kurser/studiecirklar har genomförts under 2024

Kurs/cirkel	Deltagare Våren	Deltagare Hösten	Antal timmar totalt
Bokcirkeln Litteraturvännerna – cirkelledare Gudrun Selander	7	7	48
Bokcirkeln Bokfredag – cirkelledare Birgitta Lundberg	6	5	30
Engelsk konversation – kursledare Ellen Tidemand Jacobsen	7	9	44
Träslöjd för damer fm – kursledare Eric Ericsson	5	6	50
Vegetarisk matlagning – cirkelledare Leila Magnusson	4	4	48
Målarkurs – kursledare Kerstin Holmgren	9	9	64
Målarcirkel – cirkelledare Eva Westerståhl		4	15
Släktforskning nybörjarkurs – kursledare Gunnar Jansson	10	12	102

Kurs/cirkel	Deltagare Våren	Deltagare Hösten	Antal timmar
--------------------	------------------------	-------------------------	---------------------

			Totalt
Tre slott i Sörmland – kursledare Lennart Holmgren	31	0	12
Torrtovnig – kursledare Barbro Hermansson	8	8	30

Kurser i GSSam:s regi

Kurs/cirkel	Deltagare Våren	Deltagare Hösten	Antal timmar Totalt
Mediyoga – kursledare Linda Trydeus (2 grupper)	20		10
Falltenik – kursledare Taylan Isik	23		16

Totalt har genomförts 469 rapporterade studietimmar.

Under våren gjordes ett utskick med förfrågan om intresse fanns för Yoga och Fallteknik i GSSam:s regi. Intresset visade sig vara mycket stor, speciellt för ”friskvårdsaktiviteterna”.

Den 25 november genomfördes ett möte tillsammans med Eva Humble och Lovisa Berggren från Vuxenskolan. Vi gick igenom planerade aktiviteter och riktlinjer som gäller för cirkelverksamhet efter årsskiftet 2024. Från SPF Gnestabygden deltog Karin Forsgard och Kerstin Hjortsmarker.

RESOR

Änglagård musikalen den 6/1. Vi var 48 st som njöt av föreställningen och åt en god middag på Scandic Grand Central.

Kanalbuss Reseträff den 28 - 29/1 med M/S Viking Cinderella. Kanalbuss visade sitt reseprogram för året. Middag med buffé och underhållning på kvällen. Leif Kronlunds orkester bjöd på underbar musik för oss 38 st, som lyssnade.

Soppsteater på Stadsteatern samt visning på Waldemarsudde den 14/3. Teatern, en fysisk och absurd komedi "Att vara eller inte vara" visades under lunchen. Sedan åkte vi, 40 st, till Prins Eugens konstmuseum Waldemarsudde och fick en guidad tur av hans kända och okända verk.

Mallorca Balearernas Pärla den 26/4 - 3/5. Vi, 20 st, besökte torget i Soller och tog tåget till Puerto Soller. Även Palma och Cuevas del Drach - Drakgrotterna besöktes.

Hemlig resa den 22/5. Först besöktes Flygplansmuseét i Linköping med guidning. Lunchen intogs på Brunneby musteri, sedan till Cloettas alla godsaker, som lockade med avsmakning och inköp. Sista besöket blev Lundby Handelsträdgård i Styrstad. Efter en trevlig dag åkte 48 st hem igen, nöjda och glada.

Hemlig resa den 19 - 20/8. Dagen börjar med ett besök på Gustavsbergs porslinsfabrik, med guidad tur på fabriken och tillfälle att handla i butiken. Lunch på Siggesta Gård. Trafikfärjan tog oss, 38 st, från Värmdö via Rindö, till Waxholm, med en guidad, intressant stadsvandring och efteråt en stund att strosa runt själva. På hotell Roslagen fick vi middagsbuffé och sovplats. Nästa dag tog bussen oss till Albert Engströms museum. En guide visade både hans forna hem och ateljé på klipporna vid havet. Lunchen intogs på Väddö Gårdsmejeri.

Galicien och Portugal den 9/9 - 16/9. Vi besökte världsarvet Santiago de Compostela, Ribera Sacra, en båttur på Douro, stadstur i Porto och ett antal vingårdar. En upplevelserik resa, tyckte vi 38 st, som var med!

Länge Leve 80-talet, Vingåkers Folkets Park den 26/10. Efter en god middag bjöds vi på en nostalgisk resa in i 80-talets era! Vi, 35 st, fick många glada skratt.

Julbordskryssning till Mariehamn med M/S Birka Gotland den 28 - 29/11. PRO inbjöd oss att vara med på resan och 15 st åkte.

Jul med Tommy Körberg - Nya Cirkus i Stockholm den 1/12. Tommy bjöd in oss, 40 st, till en intim och eftertänksam julkonsert med Gustaf Sjökvists kammarkör och pianisten Carl Flemsten under ledning av Patrik Sandin. En underbar början på julen!

PROGRAMGRUPPEN

Programgruppen har under verksamhetsåret träffats fem gånger för att planera månadsmötena för verksamhetsåret 2025.

Gruppen består av Anders Söderström, Christina Lundstedt, Britt Karlsson och Lennart Magnusson.

Månadsmötena under 2024 har innehållit olika former av underhållning såsom musik, föredrag och kåseri. Mötena har hållits på Elektron, Wattringsborg och Ullevi hembygdsgård.

Vårfest, Kafferep, Räkfest, Julfest och Julgransplundring har varit tema för några av mötena.

Christina Lundstedt med medhjälpare har stått för förplägnaden på månadsmötena. I juli hölls ett mycket uppskattat möte på Jacobbergs stuteri med cirka 110 deltagare. Patrik Höglin visade runt och berättade om gårdens historia och verksamhet. Varefter vi bjöds på kaffe och smörgås.

FRISKVÅRD

Friskvårdsgruppens vandringar under 2024 var som vanligt mycket uppskattade och välbesökta.

Den första vandringen i april var till Trosa där det var både kallt, blåsigt och nederbörd. Men de övriga nio vandringarna hade vi fint väder.

På vårens sista vandring var vi till Åda golf där vi avslutade med lunch.

Under våren var vi 447 som avverkade en sträcka på 163,5 mil. Stockholm - Bryssel.

Höstens första vandring gick vi Ullsta intressanta konstrunda med fika och bad vid sjön Misteln.

Under hela höstens vandringar hade vi fint väder.

Vi besökte åtta nya platser som vi inte besökt tidigare. Vi var något färre vandrare än på våren, 390 som tillsammans gick 156 mil. Totalt under året blev det 319,5 mil.

Avslutningen var vi som vanligt vid Öster Malma där några gick promenad i vilthägnen och en grupp en skogspromenad. Som avslutades med en god lunch.

Friskvårdsgruppen genom Yngve.

GYM

Under året har medlemmar kunnat träna på Styrkefabriken med särskilda förmåner. Även Gnesta Hälsa Friskvård erbjuder seniorträning för våra medlemmar.

BOULEN

Björnlunda

Inte samma aktivitet på boulen 2024. Växlande väder och färre spelare än 2023. Banorna inne på Ekshagens område är inte i bästa skick, men spelglädjen är stor.

Sexton boulespelare kom till avslutningen på Östermalma. Trots att vi spelar för att det är roligt att träffas finns en gammal tradition med två vandringspokaler. En delas ut för flest vunna utslag och en för flest poäng. Irene Arkäng överlämnade pokalerna till Ulla-Britt Knutsson och Yngve Andersson.

Alla seniorer är välkomna och man kan komma som nybörjare. Vi drar lott om vem man spelar med inför varje omgång. Klot finns att låna. Man kommer de dagar man kan.

Vårterminens start meddelas via Spfs:s veckobrev.

Spelar gör vi måndag och torsdag från 9.30 och ca två timmar framåt.

Gnesta

Torsdagen 31 oktober var vi 25 medlemmar i SPF Seniorerna och PRO Gnesta som avslutade årets boulesäsong med kaffe, kaka och prisutdelning i Powerhuset.

Under året har vi träffats i Thuleparken måndagar och torsdagar. Vi har spelat under lättsamma former mellan 8 april och 31 oktober med sommarlov 6 veckor. Vi har varit tvungna att ställa in 8 gånger p.g.a. regn. Vi har varit 565 spelare som har spelat 42 gånger vilket gör 13.4 spelare per gång.

Under året har planen förbättrats genom att en mängd överflödigt grus har tagits bort. Planen har blivit jämnare och mer lättspelad. Årets utslagstävlingar vanns av Tolle Nilsson som fick en blomma. Andra platsen delades av Jill Jansson, Ulla Eriksson, Ann-Kristin Walfridsson och Barbro Svensson som fick varsitt tröstpris. Ledare har varit Lasse Garén och Ann-Marie Pettersson.



CANASTA

En liten grupp medlemmar träffas på onsdagar och spelar Canasta. Förutom spelet är den sociala samvaron, diskussionerna och fiket högt skattat. Gruppen önskar flera deltagare.

MEDLEMSUTVECKLING

• Vid årsskiftet	2024-12-31	(2023-12-31) var:
• Medlemsantalet	610	(613) st.
• Nya medlemmar	65	(78)
• Avslutade medlemskap	47	(40)
• Antal hedersmedlemmar	32	(36)

MEDIAGRUPPEN

I år har vi producerat två nummer av Utsikten. Den ordinarie Utsikten, som kom ut i slutet av mars, finansierades i år också med annonser. Det gjorde det möjligt att producera en Höstutsikten på totalt 20 sidor. Den distribuerades helt med posten. Affischer till våra möten och andra arrangemang har tagits fram.

Vi har anslagstavlor vid Powerhuset, Gerdtmans skor, ICA Gnesta, Jarbells i Björnlunda och utanför Strandhallen i Stjärnhov.

HEMSIDAN OCH SOCIALA MEDIER

Hemsidan utvecklas hela tiden.

Vi är anslutna till SPF-appen. 182 medlemmar har appen installerad. Här finns det en del att göra, så att flera medlemmar med smartphone installerar appen och alla nyheter till sig.

Veckobrev skickas ut varje söndag med nästa veckas aktiviteter och andra nyheter av intresse för medlemmarna.

Facebookgruppen är aktiv och har 350 medlemmar.

Drygt 500 medlemmar har en registrerad mejladress.

Förutom att publicera nyheter på hemsidan, skickar vi ut nyhetsbrev med e-post. Det innebär att mer än hälften av medlemmarna blir snabbt uppdaterade.

Vi har också möjlighet att skicka sms till alla som har mobilnummer inlagt i medlemsregistret.

KOMMUNALA PENSIONÄRSRÅDET, KPR

Under året genomförde rådet fyra sammanträden, den 25 mars, 30 maj, 3 september och 21 november. Vi har även haft förmöten inför varje KPR.

Bland annat har följande områden och frågeställningar berörts och eller diskuterats under året

- Verksamhetsplan för rådet i form av årshjul
- Nära vård

- Remissyttrande över Kvalitetsplan för äldreomsorgen 2024 - 2033
- Regler/Riktlinjer för Gårdsråden
- Matsservering Björnlund o Stjärnhov, Larm o parkering vid Ekhagen
- Träffpunkten, bl a mattaxan
- VA-frågan, byggstoppet samt omdisposition av lokaler till seniorlägenheter
- Bostadsförsörjningsprogram i kommunen
- Boendeplan och Verksamhetsplan på remiss
- Seniordagen
- Brukarenkäter

Kontinuerligt informerar bl a kommunens socialchef om kösituationen inom säbo (särskilt boende), korttidsvård samt avslagsbeslut gällande hemtjänst och säbo. Även patientsäkerhetsberättelsen har föredragits liksom bostadsförsörjningsprogrammet.

Under året har KPR haft diverse inbjudna experter för frågor och svar. Ex t f samhälls-byggnadschef/f.d VA-chef Niklas Spets, medicinskt ansvarig (MAS) Analisa Andersson, demenssamordnare Viktoria Axsell m fl.

Under hösten 2024 har SPF undersökt att bilda patientråd, vilket mottagits positivt. Är dock i sin linda. SPF Seniorerna Gnestabygden har valt två representanter AnneLise Ljung och Ann-Katrin Larsson

Under året har SPF Seniorerna Gnestabygdens representanter i rådet påbörjat att se över fler deltagare i rådet. Ansvariga endast 3 personer men SPF kan ha egna förmöten.

Per Westerberg bevakar särskilt bostadsfrågorna

Solveig Granquist bevakar särskilt rapport från Gårdsråden

Margareta Bergdahl bevakar det andra och tillsammans med ersättare, gårdsråd behandlar vi olika ärenden.

Övriga i KPR

Ulla-Britt Knutsson, ersättare och Gårdsråd Ekhagen

Siw Gludemans, ersättare

Leila Magnusson, ersättare och Gårdråd

Ann-Sofie Lindström, Gårdsråd Ekhagen

Karin Svensson, Gårdsråd Strandhagen

Svea Davidsson, ersättare Strandhagen (avgår 2025)

Margareta Rühmland, ersättare Strandhagen

November 2024 avgick Socialnämndens ordförande från KPR. Ny ordförande i KPR är Anna Ekström, som nu tillträtt.

GEMENSAMMA AKTIVITETER MED GSSam och PRO

- Tipspromenader har ordnats under hela året, måndagar kl 13, och är en mycket uppskattad aktivitet.
- Torsdagsföreläsningarna är också en populär aktivitet.
- IT-kafé varje fredag.

Alla dessa aktiviteter utgår ifrån eller genomförs i Powerhuset

Ett stort tack till styrelseledamöter och alla andra funktionärer för era insatser under året.

Gnesta den: _____

Irene Zecevic
Ordförande

Birgitta Lundberg

Birgitta Lundberg
Kassör

Bosse Forsgard

Bosse Forsgard
Webmaster

Christina Lundstedt

Christina Lundstedt
Ledamot

Eric Ericsson

Eric Ericsson
Vice ordförande

Gunilla Lindahl

Gunilla Lindahl
Sekreterare

Agneta Abrahamsson
Medlemssekreterare

Mats Grundin

Mats Grundin
Ledamot