

Verksamhetsberättelse 2023

Styrelsen efter det konstituerande styrelsemötet 2023-03-06:

Riffa Hänninen	Ordförande (vald till ledamot vid årsmötet tidigare samma dag)
Ulf Gran	Vice ordförande (vald till ledamot vid årsmötet tidigare samma dag)
Ralph Isaksson	Kassör (vald till ledamot vid årsmötet tidigare samma dag)
Ami Pettersson	Sekreterare
Helena Broberg	Ledamot
Anita Eliasson	Ledamot
Lars Wallin	Ledamot

Valda vid årsmötet 2023-03-06

Revisorer

Bernt Lundh	Ordinarie
Åke Allard	Ordinarie
Birgitta Larsson	Suppleant

Valberedningen

Lotta Arvidsson	Sammanställande
Birgitta Gustafsson	
Eva Rönnberg	

PRO:s representanter i Enskede-Årsta-Vantörs pensionärsråd 2024

Ulf Gran	ledamot
Anita Eliasson	ersättare

Representation

Ralph Isaksson var ledamot i PRO Stockholms distrikts IT-grupp och IT-utbildare i system som används inom PRO.

Ulf Gran och Anita Eliasson representerade PRO i Enskede-Årsta-Vantörs stadsdelsnämnds pensionärsråd, Ulf Gran som ledamot/ordförande och Anita Eliasson som ersättare.

Medlemmar

Vid årets slut hade föreningen 416 medlemmar i åldrarna 62 – 103 år.

Alder	Antal
100-103	2
95-99	33
90-94	44
85-89	68
80-84	70
75-79	72
70-74	76
65-69	48
-> 64	3
	416

Medlemsavgiften för 2023 var 390 kr. Den fördelades inom PRO enligt följande:
PRO Riks 200 kr, PRO Stockholms distrikt 60 kr och PRO Vantör 130 kr.

Styrelsesammanträden

Styrelsen hade nio protokollförda sammanträden under 2023, men använde dessutom WhatsApp för dagligt informationsutbyte mellan mötena.

Medlemsmöten

hålls i Vantörs kyrkas församlingssal, Önskehemsgatan 21-25, Högdalen, den första måndagen i februari-maj och september-december enligt ett hyresavtal sedan 2023. Utöver församlingssalen som rymmer upp till 90 personer har PRO Vantör även tillgång till kök inkl kaffebryggare, porslin, bestick, glas samt utrustning som möjliggör underhållning/föredrag.

Varje medlemsmöte inleds med information från stadsdelsnämndens pensionärsråds senaste möte, följd av styrelseinformation och avslutas med kaffe och smörgås (50 kr) samt lottdragning.

2023-02-06 (55 deltagare)

Gäst vid årets första medlemsmöte var Susanne Aspling, utvecklingslärare för fritidshem på Bandhagens skola, som informerade om möjligheten för våra medlemmar att medverka som volontärer på Bandhagens skola.

2023-03-06 årsmöte (72 deltagare)

Efter det sedvanliga årsmötet underhölls vi av musikduon Humle & Lasse Lindroos.

Årsmötesprotokollet och verksamhetsberättelsen finns på föreningens hemsida www.pro/vantor – Om oss – Årsmöten.

2023-04-03 (59 deltagare)

Denna gång hade vi besök av Curre Hansson, ordförande i PRO Stockholms län, som informerade bl.a. om PRO Stockholms kommande kampanj för utbyggnad av hissar i "folkhemslimpor", 3-4 våningshus som saknar hiss och som många äldre bor i.

Mötet avslutades med musikunderhållning av Grabbarna från Eken "med hjärta för den svenska och irländska vismusiken".

2023-05-08 (50 deltagare)

Mötet inleddes med allsång med Vantörs kyrkas personal.

Eftersom detta var vårens sista möte hade vi en genomgång av aktiviteter som inte har uppehåll under sommaren: bridge, PROMenader, utegympa, boule, gåfotboll, sommar- och surstörmmingfester samt – nytt för i år - IT-support med gymnasieelever som sommarjobbar genom att utbilda seniorer i teknikfrågor två gånger i veckan. Både PRO-medlemmar och andra seniorer är välkomna.

2023-09-04 (57 deltagare)

Under styrelseinformation konstaterades att sommaren aktiviteter hade haft många deltagare, inte minst IT-support med gymnasieelever som besöktes av sammanlagt 80 seniorer vid 12 tillfällen.

Bedrägerier mot äldre bara ökar. Med anledning av detta visades Stöldskyddsföreningens video med råd och tips "Så skyddar du dig mot bedrägerier" (www.youtube.com/watch?v=abFlxXu8xuU&t=70s)

2023-10-02 (53 deltagare)

Styrelsen informerade bl.a. om att Philips H1-hjärtstartare (internationellt AED = "Automated External Defibrillator") har införskaffats till PRO-lokalen. Styrelsen kommer att få HLR-utbildning på Kliniskt träningscentrum på Högdalens äldreboende i slutet av november.

Mötet avslutades med musikunderhållning av "Basset" - Jojje Thunström, Charlie Jangklew och Madeleine Jangklew Cederspång - med repertour från 40-talsmusik till dagens populärmusik.

2023-11-06 (56 deltagare)

Denna gång hade vi bjudit in juristerna Caroline Edbom och Alexandra Fornstedt från **Familjens jurist**, som informerade om:

- Framtidsfullmakt och att gåvor som kan ingå i en sådan
- Vita Arkivet
- Arvsordningen
- Testamente
- Förvaring av testamente

2023-12-04 (51 deltagare)

På höstsäsongsens sista medlemsmöte underhölls vi av Vantörs kyrkas personal med sång, musik och allsång med jultema.

Cirklar och övriga aktivitet måndag-fredag 2023

	Måndag	Tisdag	Onsdag	Torsdag	Fredag
09.00					
10.00	Bridge (året runt) 09:30–13:00		Bridge 09:30–		
11.00		Juni-aug: Unga IT-utbildare 10:00–11:00	Öppet hus: IT-support 10:00–12:00	Juni-aug: Unga IT-utbildare, 10:00	Släktforskning 10:00–12:15
12.00		Sittyoga 1 11:00–12:00		Läsecirkel 10:30–12:30	Matlagning för herrar 11:00–13:00
13.00	Mdl-möte 6/2, 6/3, 3/4, 8/5, 4/9, 2/10, 6/11 & 4/12 12:30–14:30	Öppet hus: PRO Café 12:00–14:00	Öppet hus: PRO Café - handarbetscirkel 13:30–14:30	En/mån: Boktips till kaffet 11:30–12:30	
14.00		Sittyoga 2 12:00–13:00		Öppet hus: Ärtsoppa eller väfflor 12:30–14:30	
15.00		Målarcirkel 14:00–16:00	Bokcirkel 14:00–15:30	PRÖmenader (året runt) 13:30–15:00	
16.00				After PRÖmenad på Restaurang Yin 15:00–16:00	
17.00					PROpubar, påskfest, sommarfest, surströmmingskalas, kräftsiva, julfest 16:00–19:00
18.00				Vinprovning (1 cirkel/termin) 17:00–19:00	
19.00					

Övriga aktiviteter ordnades i PRO-lokalen, Harpsundsvägen 147, Högdalen, som föreningen hyr av HSB Högdalen.

- **Bridge** (året runt) måndagar och onsdagar kl 09.30-13.00
- **Sittyoga** tisdagar kl 11.00-12.00 & 12.00-13.00
- **Öppet hus: PRO Café** tisdagar kl 12.00-14.00
- **Öppet hus: IT-support** onsdagar kl 10.00-12.00
- **Öppet hus: PRO Café - handarbetscirkel** onsdagar kl 13.00-14.30
- **Bokcirkel** onsdagar kl 14.30-16.00
- **Läsecirkel** torsdagar kl 10.00-12.00
- **Öppet hus: Boktips till kaffet** en torsdag i månaden i samarbete med Högdalens bibliotek
- **Öppet hus: Ärtsoppelunch** torsdagar kl 12.30-14.30
- **PRÖmenad** (året runt) torsdagar kl 13.30
- **After PRÖmenad** (året runt) torsdagar kl 15.00 – 16.30
- **Vinprovning**, en cirkel/termin torsdagar kl 17.00 – 19.30
- **Släktforskning** fredagar kl 10.00-12.00
- **Matlagning för herrar** en fredag/mån kl 11.00-13.00

Sommarhalvåret utöver bridge och PRÖmenader:

- **IT-support med Unga IT-utbildare** juni-aug måndagar & torsdagar 10.00-12.00
- **Boule** apr-sep onsdagar kl 10.30–12.30
- **Utegympa** apr-aug onsdagar kl 10.00-11.00
- **Gåfotboll** apr-okt onsdagar kl 10.00-11.00 i samverkan med Rågsveds IF

Fester och PROpubar

är mycket uppskattade av medlemmarna och även i år ordnades **påskfest, sommarfest, surströmmingskalas, kräftsiva** och **julfest** och de månader vi inte hade någon fest bjöds medlemmarna till PROpubar med enklare förtäring.

Resor

Under 2023 gjorde vi två båtresor:

2023-04-27--28 vårkryssning med Viking Cinderella T/R Åland (24 deltagare),

2023-11-20--21 julbordskryssning med Viking Cinderella T/R Åland (24 deltagare).

Dessutom deltog många av våra medlemmar i bussutflykter som ordnades av stadsdelsförvaltningen under sommaren.

PRO:s nationella friluftsdag 2023-09-27

För tredje gången deltog vi i PRO:s nationella friluftsdag med öppet hus på gården utanför och i PRO-lokalen, med korv & bröd och fika, pilkastning och mölkky, tipspromenad, boule på Dalbottens boulebana, gåfotboll på Hagsåtra idrottsplats.

Friluftsdagen avslutades med en kulturPROmenad ledd av f.d. kulturborgarrådet Per Sundgren.

Ca 50 personer deltog i aktiviteterna under dagen, både medlemmar och blivande medlemmar som uppmärksammat PRO:s kampanj "PROva på PRO" med gratis medlemskap under resten av året.

PRO:s prisundersökning 2023-10-25

PRO Vantör deltog även i år i PRO:s årliga prisundersökning av matvaror. I år undersökte vi priser i ICA Supermarket Högdalen, ICA Supermarket Hagsåtra, ICA Nära Rågsved, Coop Högdalen, ICA Nära Bandhagen, Hemköp i Örby och Willys i Älvsjö.

Medlemskommunikation:

1. Medlemsblad

med information föreningens aktiviteter under 2023 skickades per post till samtliga medlemmar i början av året.

Inför hösten publicerades kompletterande folder med höstens program på hemsidan och Facebook samt skickades per mejl till medlemmar med e-postadress.

2. Hemsida <https://pro.se/vantor>

är en undersida till PRO Riks webbsida pro.se, med information om föreningen verksamhet.

Den har dock få besökare jämfört med föreningens Facebook-grupp.

3. Facebook-gruppen "PRO Vantör"

är föreningens viktigaste väg att nå ut med aktuell information, då mer än hälften av medlemmarna besöker Facebook-gruppen regelbundet. Gruppen följs även av många som inte är medlemmar i PRO och merparten av nya medlemmar har hittat föreningen genom vår Facebook-grupp.

4. E-postutskick

Merparten av våra medlemmar har en e-postadress och får information om aktiviteter via mejl regelbundet.

5. SMS-utskick

med information om aktiviteter skickas varje vecka till dem som har bara ett mobilnummer, eftersom de inte går att nå på annat sätt.

Ekonomi

PRO Vantörs största utgift under 2023 var hyran för föreningslokalen som föreningen hyr av HSB Högdalen. Intäkterna från medlemsavgifterna och verksamhetsbidraget från Enskede-Årsta-Vantörs stadsdelsförvaltning gick i sin helhet för att täcka lokalhyran.

Övriga kostnader täcktes av bidrag från ABF, cirkelavgifter, lottförsäljning och intäkterna vid servering.

Föreningen ekonomi är i balans.

Slutord

Vi i styrelsen gläds åt det ökande antalet medlemmar och att allt fler medlemmar deltar i våra aktiviteter.

Vi är öppna för förslag till nya aktiviteter, men behöver fler cirkelansvariga och funktionärer som kan hjälpa till på möten och fester.

Vid årsskiftet 2023/2024

Riffa Hänninen
ordförande

Ralph Isaksson
kassör

Ami Pettersson
sekreterare

Helena Broberg
ledamot

Ulf Gran
ledamot

Lars Wallin
ledamot

Anita Eliasson
ledamot