

# Verksamhetsberättelse 2022

## Innehållsförteckning

<i>Funktionärer</i> .....	2
Styrelse (vald på årsmöte 2022-03-10).....	2
Revisorer .....	2
Övriga funktionärer.....	2
<i>Verksamhetsplan 2022</i> .....	2
<i>Månadsmöten</i> .....	2
<i>Styrelsesammanträden</i> .....	3
<i>Deltagande i externa aktiviteter</i> .....	3
<i>Lokaler</i> .....	3
<i>Utbildning</i> .....	3
<i>Verksamhetsutveckling</i> .....	4
<i>Studiecirklar</i> .....	4
<i>Vandringar</i> .....	4
<i>Lunchträffar</i> .....	5
<i>Kultur</i> .....	5
<i>Resor</i> .....	5
<i>MåBra</i> .....	5
<i>Pubkvällar</i> .....	6
<i>Jullunch</i> .....	6
<i>Prisjämförelse</i> .....	6
<i>Ekonomi</i> .....	6
<i>Medlemsutveckling</i> .....	6
<i>Information till medlemmarna</i> .....	7
Månadsmöten .....	7
Hemsida .....	7
Kallelser till månadsmöten.....	7
Månads-/Program-blad.....	7
<i>Tack</i> .....	7

## Funktionärer

Styrelse (vald på årsmöte 2022-03-10)

Ordförande	Kjäll Järvliden
Kassör	Marie Cederwall
Sekreterare	Anders Åhlfeldt
Ledamot	Bo Pettersson
-"-	Hjördis Mattsson Malm
-"-	Kent Kotte

## Revisorer

Ordinarie	Göran Larsson, Kjell Nilsson
-----------	------------------------------

## Övriga funktionärer

Valberedning	Gunnel Jacobsen
Kallelseansvariga	Kent Kotte, Kjäll Järvliden
Hemsida	Kjäll Järvliden
Medlemsregister	Anders Åhlfeldt
Studiesamordnare	Kjäll Järvliden
Medlemsrekrytering	Monica Hegvall Palm + styrelsen
Kulturgrupp	Hjördis Mattsson Malm, Margareta Sandin, Monica Hegvall Palm
Resegruppen	Anders Åhlfeldt, Bo Pettersson
Mötesvärdar	Ellikka Dyberg, Lena Kotte, Monica Hegvall Palm + styrelsen
Brevduvor	Anne-Marie Sommar, Ellikka Dyberg, Monica Lindström + styrelsen
Lotterier	Hjördis Mattsson Malm
Quiz	Bo Pettersson, Kent Kotte
SAM styrelse	Kjäll Järvliden
Trafikansvarig	-
Konsumentansvarig	-

## Verksamhetsplan 2022

Inför 2022 utarbetade den helt gröna styrelsen en plan med 31 ambitiösa mål. När vi nu ser tillbaka så har vi uppnått 22 av dessa. Styrelsen är väl inte rätt forum att bedöma om detta är bra eller dåligt men vi är rätt nöjda.

## Månadsmöten

Vi har genomfört 8 månadsmöten, 4 på våren och 4 på hösten. Vi ställde in mötena under januari och februari, pga pandemin. Vi testade med ett juni-möte. Deltagarantalet var lägre än normalt men vi testar nog även 2023, eventuellt som en uteaktivitet i Skeppsmyreparken.

Antalet närvarande medlemmar har varierat mellan 35-45. Mötena har hållits i Stuvstakyrkans lokaler. Programmen har varit fullmatade och bl.a. innehållit underhållning, Quiz, ringlotter, intressanta presentationer och som vanligt kaffe med dopp. Vi informerar också alltid om föreningsaktiviteter och aktuella frågor i Huddinge som främst rör oss seniorer.

Genomförda månadsmötena,

<b>Januari</b>	Inställt
<b>Februari</b>	Ordinarie möte inställt, men vi tog en fika i Skeppsmyra.
<b>Mars</b>	Åke Andersson berättade om Dan Andersson samt spelade och sjöng hans visor. Årsmötes-förhandlingar. Quiz med fina vinster.

- April** Ronny Lindgren & Co spelar och sjunger. Gunnel spanar och vi kör påsk-Quiz.
- Maj** Richard Vestin berättade om "ängar i staden", Gunnel om Rågsveds naturreservat och Kent Kotte om blomsterparaden i Holland. Vår-Quiz.
- Juni** Kalle Forssell och Kjell Holm underhåller. "Fräken" vad är det ? ... Gunnel spanar. "Min Historia" som barnskådespelare (Christer Liljenberg). Sommar-Quiz
- September** Trubaduren Rolf "Roffe" Ilroth underhåller. "Min Historia" Kjäll berättar om Pilgrimsvandring i Spanien. Ett sommar-Quiz till.
- Oktober** Duon Nina och Roger underhåller, deras motto är "Musik ska byggas av glädje"! Gunnels spaningar om "Peter Dahl". Höst-Quiz.
- November** Tullinge Plantshop binder buketter som sedan lottas ut. Gunnel spanar om "Stuvsta Livs". Så klart att vi har Blomster-Quiz.
- December** Tyvärr blev förskolans Luciataåg inställt 😞. Men vi bjöds på kaffe, lussekatt och pepparkakor. Gunnel spanade om Färghandel och Sybehörsaffär (Stationsvägen 21). QUIZ med blandade frågor i nutid och dåtid.

## Styrelsesammanträden

Styrelsen har haft 12 protokollförda sammanträden under året, inklusive vårt konstituerande möte.

## Deltagande i externa aktiviteter

- SAM styrelse Kjäll Järvliden
- SAM resegrupp Bo Pettersson, Anders Åhlfeldt
- Distriktets årsmöte Kjäll Järvliden
- Distriktets höstmöte Anders Åhlfeldt, Kjäll Järvliden
- Dialogmöte i distriktet Anders Åhlfeldt, Kjäll Järvliden
- Pensionärsrådet (HPR) Bo Petterson
- Kaffekokarresan (27/9) Bo Pettersson, Berit Eriksson, Ellikka Dyberg, Hjördis Mattsson Malm, Hugo Adolfsson och Monica Lindström.
- Huddinges nya boknings- och bidragssystem: Anders Åhlfeldt, Kjäll Järvliden

## Lokaler

**Stuvstatorget 2:** Huga har dragit ventilationskanaler från tandläkarens lokal genom vår lokal. Alla våra prylar är nedpackade i flyttkartonger.

**Stinsens våning (Stinsen 1-3):** Vi har fått en permanent droppe till Stationshuset. Med den kommer vi in i Stationshuset under alla tider på dygnet. Vi har också bokat Stinsen 1-3, 8-17 alla vardagar under våren 2023.

Diskussioner pågår om att flytta ut ur Stuvstatorget 2 och flytta över all vår utrustning och arkiv till Stinsen 1-3. Förutsättningar för detta är att vi får ensamrätt till Stinsen 1-3 och får ett långsiktigt kontrakt (typ 10 år). Vi tar i och med detta också på oss städningen i Stinsen 1-3.

Föreningen äger 2 fina EWK litografier. Vi har ramat in dessa och kommer att sätta upp dem i Stinsen 1-3 när avtalet är klart.

## Utbildning

Inga utbildningar har genomförts varken för medlemmarna i styrelsen eller för övriga funktionärer.

## Verksamhetsutveckling

För att få underlag till utveckling av vår verksamhet har vi genomfört 2 aktiviteter. Syftet med dessa är att samla in medlemmarnas syn på det vi gör idag och få indata till förbättring/förnyelse.

- enkätundersökning under januari
- brainstorming övning i grupper på månadsmötet i oktober

Aktivitetserna resulterade i många intressanta förslag. Några är redan införda/genomförda och andra är på gång att läggas in i vårt ordinarie program/utbud.

## Studiecirklar

Vi blev lite sena i starten pga pandemin men alla cirklar var igång under loppet av februari.

Under året har vi kört följande cirklar,

- Aktier, Göran Larsson
- Bokcirkel, Britt-Marie Bodén
- Boule, Ingrid Björklund
- Canasta, Hjördis Mattsson
- Engelska, Inger Nilsson
- Fågel- och naturskådning, Ilse Borgström
- Husbil/Husvagn, Kent Kotte
- MåBra, Kerstin Bretton
- Målarskola, Emad El-Tai
- Släktforskning, Bernt Lövgren
- Yoga, Hjördis Mattsson
- Vinprovning, Göran Larsson

Målarskolan är ny på programmet. Emad är konstnär och erfaren bildlärare som vill ge dig chansen att testa målning/teckning och att ge dig möjlighet att utveckla din teknik om du redan är igång.

Husbil/Husvagn är också en nykomling som körts några gånger under hösten och avslutas med mässan "Husbil 2023" (31/3 – 2/4).

Yogan har återuppstått, hurra!

Vi har jobbat hårt för att få igång "Snickeriet" igen tillsammans med övriga PRO-föreningar i Huddinge och SPF. En nyöppning bör kunna ske under 2023 ... håll tummarna!

Cirkelavslutningsmöten med information, diskussion och lunch genomfördes i juni resp. december.

## Vandringar

Vi fick inspiration av riksorganisationens satsning på en Friluftsdag (22/9) och genomförde 3 mycket uppskattade vandringar under hösten. Här kommer listan över de vandringar som genomfördes,

- Älvsjöskogen den 22/9 - Vi gick spåret i Älvsjöskogen ca 4 km för att undersöka hur intresset för vandring såg ut. Det fanns då önskemål om vandring i skogsterräng och lite längre turer. Antal deltagare: 6
- Ornlångens naturreservat den 12/10, ca 10 km. - En härlig vandring i både skog och kulturmarker, med historia, naturupplevelser och lunch vid Ornlången. Antal deltagare: 11
- Paradisets naturreservat den 16/11, ca 10 km. - En vandring i de fina hällmarkerna runt Paradisets torp, avslutades med utsikt från Tornberget, Södertörns högsta berg. Antal deltagare: 12

## Lunchträffar

I samband med att pandemin ebbade ut i slutet av februari introducerade Margareta Sandin lunchträffar på Casa Buongiorno (Sjödalsvägen 16). Många var sugna på att komma ut och träffas.

## Kultur

Äntligen vågade vi oss ut ur stugorna och suget efter kultur var ganska stort. Här kommer listan över de aktiviteter som genomfördes,

- Liljevalchs vårsalong den 14/2 - Mycket trevligt besök som avslutades med gemensam lunch på Blå Porten. Antal deltagare: 8
- Tumba Bruk den 30/3 - Även detta var ett lyckat besök i strålande vårsol. Vi fick en guidad visning i bruksmuseet och avslutade med goda smörgåsar på caféet. Antal deltagare: 11
- Kung Lear, soppteatern den 6/5 - En mycket speciell föreställning med ett överraskande slut som uppskattades av deltagarna. Antal deltagare: 8
- Små Fantasmer, soppteatern 23/9 – Ett sång- och berättarnummer om livets olika aspekter. Antal deltagare: 8
- Litografiska museet Sundby den 6/10 – Här bjöds på en lärorik förevisning i litografins konst, vi avslutade med lunch som följdes av en fin promenad i det vackra spåret. Antal deltagare: 11
- Siri ett liv, soppteater den 25/11 - En spännande berättelse om att vara cirkusartist. Antal deltagare: 8

## Resor

SAM-resegruppen planerade ett stort antal resor för våren, sommaren och hösten 2022. Alla resor har lagts ut på vår hemsida, annonserats i kallelser och presenterats på våra månadsmöten. Tyvärr kunde endast ett fåtal resor genomföras under året, på grund av att för få anmälda deltagare.

Här kommer listan över de resor som genomfördes,

- Kryssningsresa Bornholm-Visby med Viking Cinderella, SAM-arrangemang (14/8) – Underbar rundresa, först till Bornholm där vi tillbringade dag 1 och sedan vidare till Visby dag 2. Antal deltagare från oss: 1
- Nynäshamns skärgård och Trosa T/R med M/S Flora, Segeltorp+Stuvsta arrangemang (15/8) – En båtutture med kanonväder med M/S Flora som tog oss genom Dragets kanal och ut i Nynäshamns skärgård. Antal deltagare från Stuvsta: 9
- Nostalgifest hos World of Classics, ett eget arrangemang (4/10) – Här skådade vi in alla bilar vi en gång drömt om att få äga och köra. Antal deltagare: 5
- Julbordskryssning med M/S Rosella, SAM-arrangemang (5/12) – Svenska kocklandslaget dukade upp ett härligt julbord även 2022. Antal deltagare från oss: 12

## MåBra

MåBra verksamheten bedrivs i ett samarbete mellan RPG, SPF och PRO, och är öppen för alla oberoende av föreningstillhörighet.

MåBra har jobbat på under hela 2022. Fram till mitten av mars var verksamheten begränsad till promenader. Därefter öppnade vi upp för soppa/kaffe och styrketräning. Från 6 september körde vi igång med hela programmet, dvs det var underhållning/föredrag varannan tisdag.

Vi har samlats varje tisdag 11.00 under hela vår- och höstterminen för en timmes promenad i 2-3 olika grupper beroende på kondition, allt ifrån att gå med hjälp av rullator till tämligen rask stavgång. Antalet promenaddeltagare har varit lite lägre (8-10 st) än under ett " normalt " år och antalet sopp-

ätar-gästerna har succesivt ökat under året till ca 30 st under hösten.

Promenadåret avslutades med ett Luciatåg med förskolan Stjärnorna och lunch i Stuvstakyrkan. Vi var 34 st som trivdes och Mådde Bra!

Under hösten har vi jobbat aktivt med rekrytering av nya medlemmar. Vi har fått bidrag (7.500 kr) från Huddinge kommun i ett projektet som har som mål att förhindra ofrivillig ensamhet. Pengarna har använts till en annons i Mitti Huddinge (1/4 sida), affischer på anslagstavlor i området och att ta fram ett programblad av högre kvalitet än vanligt (papper och tryck).

## Pubkvällar

Inga pubkvällar har organiserats under året ... men nu vi kör igång med PUB-kvällar igen, med start onsdagen 19/4, 17.00 i Stationshusets Väntsal (entréplan).

## Jullunch

Vi var 19 st hungriga seniorer som träffades på Sågbäcks restaurangskola 14/12. Vi åt en fantastisk julbuffé och hade trevligt tillsammans.

## Prisjämförelse

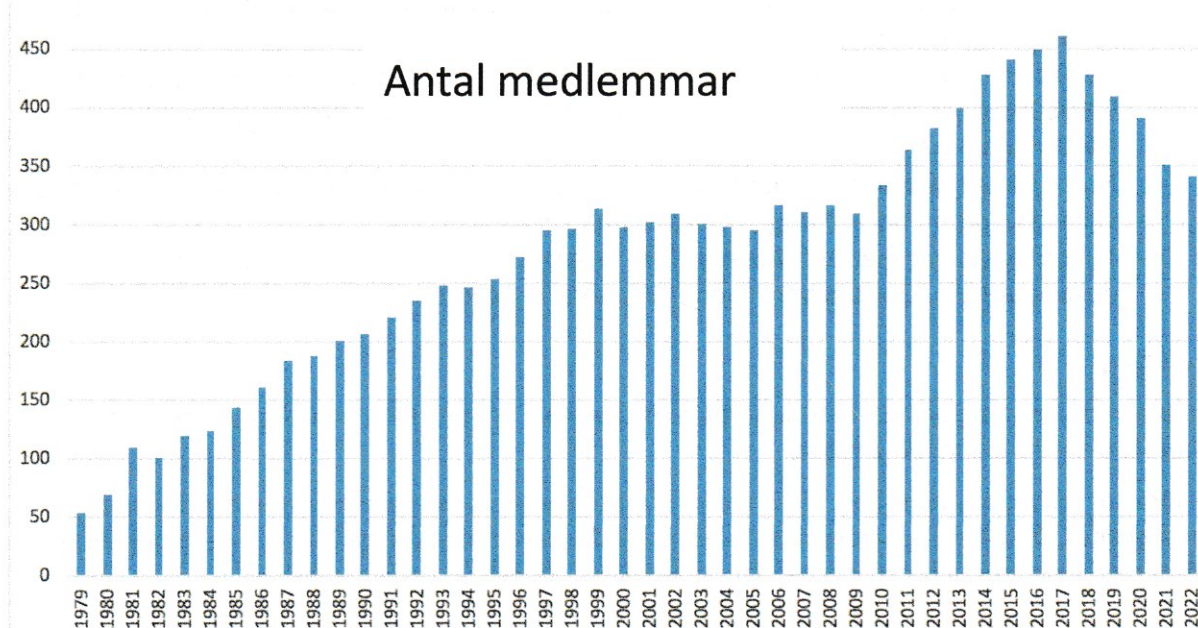
Under hösten genomförde våra kontrollanter en prisjämförelse mellan de mest populära dagligvarubutikerna i området och rapporterade in till Riksorganisationen. Resultatet finns på vår hemsida.

## Ekonomi

Föreningen har god och stabil ekonomi. Enligt plan gjorde vi en förlust på ca 20.000 kr.

## Medlemsutveckling

Medlemsutvecklingen har varit negativ de senaste 5 åren. Vid innevarande årsskifte (2022-12-31) hade föreningen 340 medlemmar (61% kvinnor) att jämföra med 351 vid föregående årsskifte (2020-12-31).



Under hösten började det dyka upp en och annan ny medlem. Ett möte för nytillkomna medlemmar är inplanerat till 1/3 2023. Vi har kallat alla som blivit medlemmar under 2019 eller senare, totalt drygt 60 personer. Anledningen till detta långa uppehåll är först och främst pandemin men också organisationsproblem under 2019.

Under hösten (t.o.m. januari 2023) har vi jobbat aktivt med rekrytering av nya medlemmar. Vi har fått bidrag (10.500 kr) från Huddinge kommun i ett projektet som har som mål att förhindra ofrivillig ensamhet. Pengarna har använts till att annonsera i Mitti Huddinge (1/4 sida) och utskick av personliga brev till alla 70-75 åringar som bor i vårt område, totalt ca 650 personer. Vi har redan sett resultat av dessa aktiviteter 😊.

## Information till medlemmarna

### Månadsmöten

Se Månadsmöten ovan.

### Hemsida

Vi har börjat bli varma i kläderna och PRO:s hemsidesplattform känns rätt OK. Support och hjälpsidor är bra. Vi bygger fortfarande successivt på med nya huvudmenyer, så som "Information" och "Arkiv/Nyheter". Just nu är det bara en (1) person som administrerar hemsidan.

### Kallelser till månadsmöten

Under 2022 har vi fortsatt med kallelserna i samma stil som vi införde under hösten 2021, dvs de omfattar 4 faktaspäckade A4-sidor. Förutom själva kallelse finns en "krönika" från ordförande, beskrivning av förändringsarbete, annonsering av kommande aktiviteter såsom studiecirkel, resor, kultur och friskvård.

Vi har jobbat på att minimera kostnaden för distributionen, drygt 75% distribueras med e-post, mindre än 10% med Postnord (ca 30 st) och resten med "Brevduvor". Trots portohöjningar har vi lyckats begränsa kostnaden till ca 4.500 kr på årsbasis.

### Månads-/Program-blad

Inget Månads-/Program-blad har skickats ut under året. Kallelserna till månadsmötena har ersatt dessa.

## Tack

Ett stort tack till föreningens eldsjälar som organiserar kulturaktiviteter, studiecirkel, resor, friskvård och ordnar kaffe med dopp på våra möten, underhållning och quiz med mera. Vi ser med spänning fram emot det kommande året och nya gemensamma upplevelser.

Vi är övertygade om att det finns många fler medlemmar som både vill och kan engagera sig och delta i föreningsarbetet, komma med nya friska idéer och bidra till ytterligare aktiviteter. Upplev glädjen och gemenskapen i att göra vår verksamhet rikare. Vi välkomnar alla nya krafter.

Vi vill också tacka ABF, politiker och tjänstemän inom Kultur och Fritid samt Social- och Äldreomsorgen för ett mycket positivt och givande samarbete.

**Glöm inte att vår förening blir vad vi medlemmar gemensamt gör den till.**

  
Kjäll Järvliden

  
Marie Cederwall

  
Anders Åhlfeldt

Bo Pettersson  


Hjördis Mattsson Malm  


Kent Kotte  
