

2022-01-31

**PRO**  
NJURUNDA

Årsmöte 2022

# VERKSAMHETSBERÄTTELSE

## 2021

KE JH

Styrelsen för PRO Njurunda får härmed avge följande redovisning av verksamheten.

Styrelsens sammansättning samt revisorer

Bernd Magnusson	ordförande
Ann-Sofi Andersson	kassör
Lilly Eriksson	studieorganisatör
Dan Johansson	sekreterare
MajLis Blomqvist	ledamot och vice ordförande
Eva Knutsgård	ledamot
Asta Solander	ledamot
Lena Rex-Strömquist	ledamot
Christer Bohman	ledamot

Revisorer

Sune Hansson  
Kjell Forslund

Medlemmar med uppdrag inom Distrikt Medelpad

Håkan Byberg	Ordförande
MajLis Blomqvist	Vice ordförande

## FÖRORD

Ännu ett verksamhetsår läggs nu till handlingarna och tyvärr är det ingen munter läsning när det gäller aktiviteter.

Orsaken, som alla vet, är den pågående pandemin, som sedan i mars 2020 satte käppar i hjulet. Under hösten 2021 har vi haft en del aktiviteter från september – december detta sammanfattas i verksamhetsberättelsen för år 2021.

## MÖTEN

Styrelsen har haft 9 protokollförda möten samt 4 medlemsmöten med i genomsnitt 70 deltagare.

## MEDLEMMAR

Föreningens totala antal medlemmar uppgick till 797 varav 478 kvinnor och 319 män 32 nya medlemmar har tillkommit under året, 26 medlemmar har avlidit och 38 har begärt utträde. 17 medlemmar blev uteslutna på grund av obetalda avgifter.

### Nya medlemmar

När medlemsansökan kommer till oss, får personen ett välkomstbrev med info om vår verksamhet samt en kaffebiljett att använda vid deltagande i första medlemsmötet. Nya medlemmar inbjudes till träff och vid träffen får han/hon en mer omfattande information om vår verksamhet.

LF SH

## En träffpunkt på Affärgatan

Sundsvalls kommun ansvarar för "Träffpunkten" på Affärgatan 4 B, där vi har vårt kontor och där vi har lokaler för flera av våra aktiviteter till exempel studiecirklar och styrelsemöten. Träffpunkten har en samrådsgrupp där PRO har 3 representanter som i år varit Bernd Magnusson, MajLis Blomqvist och Christer Bohman.

Under år 2021 har träffpunkten varit stängd på grund av pandemin.

## Boenderåd

Syftet med boenderåden är att upprätthålla kontakten med de äldreboenden som finns i Njurunda. Ansvariga på äldreboendena får möjlighet att informera oss om sin verksamhet och vi vill gärna bjuda på underhållning, en tårtbit till midsommar, lussekatter och pepparkakor till jul. Vår egen sångkör Ädelstenarna brukar förgylla tillvaron för de gamla.

Följande personer har varit ansvariga för denna verksamhet:

Tingsta	Inger Andersson, Eva Knutsgård
Skottsundsbacken (ca 100 boende)	Eva Lindahl
Havssundet, Bredsand	Asta Solander

## Uppvaktningar för äldre

Alla medlemmar som fyllt 80, 90 eller 100 år har uppvaktats med PRO:s trippelskrapslotter.

En endagsresa anordnades för de som fyllt 80 eller 90 år, under år 2020 gick resan mot Hälsingland.

Bilden är tagen vid Rönnskär.



## PRO Kontakt

Vi har en grupp som kallas Kontaktgruppen bestående av Asta Solander och Lilly Eriksson. Deras uppgift har varit att ringa medlemmar äldre än 80 år och som kan uppskatta att få prata en stund.

## STUDIEVERKSAMHET

Studieverksamheten har kommit i gång under hösten 2021 friskvården har också haft några olika aktiviteter som varit i gång. Cirkelarna har hållits i olika lokaler, Folkets Hus samt på Värstaborg i Njurunda. För friskvården har vi lokaler på Träffpunkten, Sporthallen och Värstaborg.

Det studiematerial man förbrukar får man betala för – till självkostnadspris. Totalt har vi haft 73 deltagare i våra cirklar. Våra aktiviteter bedrivs i samarbete med ABF. Ansvarig för studieverksamheten har varit Lilly Eriksson, studieverksamheten har bedrivits under tiden sept-dec 2021.

LF JH



### Läsecirkel

I läsecirkeln läses och diskuteras olika författare. Ibland skrivs egna berättelser som cirkeldeltagarna presenterar och diskuterar i gruppen. I cirkeln har 4 medlemmar deltagit under ledning av Anne-Marie Mäkelä och gruppen har haft sin mötesplats på Sporthallen

### Målarcirkel

Gruppdeltagarna målar i olja och akvarell. Kurslokalen är Träffpunkten och där ställer deltagarna också ut sina verk. 8 kvinnor deltar i cirkeln under ledning av Gun-Britt Johansson.

### Textilgruppen

Textilgruppen har haft sin verksamhet på Folkets hus under hösten. Många av gruppens uppskattade alster har skänkts till föreningens lotterier som vinster. 10 personer har ingått i gruppen och fler medlemmar hälsas välkomna att träffas och handarbeta efter egen lust. Ansvarig för textilgruppen har varit Britt Nordberg.

### Tennrådsslöjd och silvertrådsslöjd och porslinsmålning

I cirkeln, som endast kunde genomföras under perioden okt-dec p.g.a. pandemin, har 12 medlemmar deltagit. De har flätat tennråd och tillverkat armband i läder med tennråd och pärlor liksom också örhängen och halsband. Medlemmarna i silvertrådsslöjd har bland annat tillverkat ringar och halsband av silvertråd. Deltagarna har träffats på Folkets Hus på onsdagar. Ansvarig för tennråds- och silvertrådsslöjden har varit Britt Nordberg och Lilly Eriksson.

### Sånggruppen Ädelstenarna

I sånggruppen ingår 26 sångare och spelmän, ansvarig har varit Lena Lindqvist. Ädelstenarna underhåller framför allt på äldreboenden och PRO:s medlemsträffar och de byter repertoar vår och höst. De sjunger sånger från olika länder men alltid på svenska.

## FRISKVÅRD

### Seniordans

En omtyckt och trevlig motionsform är den s k seniordansen, bra för både kroppen och knoppen. Gruppen dansar ringdanser efter koreografi till både modern musik och till folkdansmusik.

I seniordansen har deltagit 24 medlemmar. Fler medlemmar önskas, särskilt män. Ledare för seniordansen har varit Barbro Modén med Elsy Nyström som hjälpledare vid behov.



LF 8A

## Vattengymnastik



Vattengymnastik är en mycket stor och omtyckt aktivitet i PRO Njurunda – 63 medlemmar deltar - fördelade på två dagar per vecka. Ett vattengympapass, som leds av vår egen medlem Ingela Hedin, är en njutning för hela kroppen med rytmiska övningar till skön musik som väcker alla leder som somnat till på oss pensionärer. Gun-Britt Rask har ansvarat för vattengymnastiken, som har varit i gång under tiden september – december. På grund av pandemin har det varit ungefär 50 % deltagande mot tidigare.

## Seniorgymnastik

Tisdagar kl 10.00 – 11.00 finns lättare gymnastik på Värstaborg som bedrivs av SPF Club Nivréén med Ingela Hedin som ledare. PRO:s medlemmar är inbjudna att delta.



## Cirkelträning



Cirkelträning är populärt. Det var ca 22 personer som deltog regelbundet, och det fanns gym/styrketräning med redskap i kommunens lokaler i Sporthallen. PRO:s medlemmar har träningstid på tisdagar och torsdagar och kan få personlig instruktion av kommunens tränare.

## Boule

Boule spelas varje onsdag på Sporthallen under ledning av Pelle Boija. 20 medlemmar har deltagit.



kr Sff



## Gåbingo

Genomfördes vid Träffpunkten med en slinga runt om centrum av Kvissleby på fredagar under september – december. Det har varit cirka 30 deltagare varje gång.



## INFORMATION TILL MEDLEMMARNA

### Annonsering

För att nå ut till så många medlemmar som möjligt har styrelsen beslutat att annonsera medlemsmöten och kursstarter på Seniorträffens anslagstavla, i Sundsvalls Tidning under föreningsnytt, på PRO Njurundas hemsida, i Face Book-gruppen samt via e-post till de medlemmar som har lämnat sin e-postadress till PRO.

Information om övriga aktiviteter till exempel studiebesök lämnas via Face Book gruppen och hemsidan.

### Informationsbroschyr

Vi har ett fyrsidigt häfte som innehåller information om föreningen, styrelsen, aktiviteter och aktivitetsansvariga samt kontaktuppgifter. Broschyren delas ut till nya medlemmar men finns också på Träffpunkten.

### Hemsida

Ansvarig för uppdateringar av hemsidan är Ann-Sofi Andersson.

### Face Book grupp

Gruppen hade 250 medlemmar under 2021, en ökning med 44 medlemmar från föregående år. Ansvarig är Lena Rex-Strömqvist.

KF SH



## E-postutskick

Via e-post skickar vi ut information om aktiviteter till de medlemmar som lämnat e-postadress till PRO. Cirka 340 personer får information den vägen.

## Medlemsregister "Harald"

Medlemsansvarig är Asta Solander och ersättare är Ann-Sofi Andersson. Uppdatering av medlemsuppgifter sker flera gånger per år. Den som inte får medlemsinformation via e-post kan skicka sin e-postadress till [njurunda@pro.se](mailto:njurunda@pro.se) så kan vi korrigera felen i Harald.

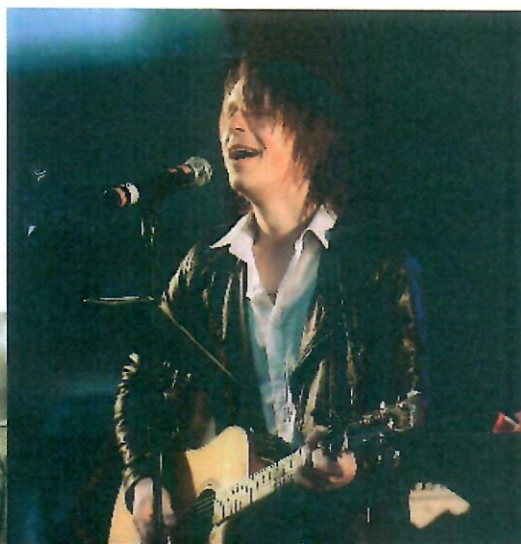
## Medlemsmöten

Den fjärde torsdagen i månaden arrangeras medlemsträffar i Folkets Hus i Kvissleby, dock inte under juni - augusti. Vi har en programgrupp som ansvarar för att fylla träffarna med temainformation och underhållning. Det är Christer Bohman, Irene Bjelke Pettersson och Lena Rex-Strömqvist som arbetat med detta med Christer Bohman som ansvarig.

## Årsmöte

26 aug

Årsmötesförhandlingar på Opalen med underhållning av Klas Norberg.



KF SH



## 28 oktober Medlemsmöte med modevisning

Den 28 oktober samlades ca 100 medlemmar till vårt månadsmöte på Folkets Hus i Kvissleby. Mötet startade med en färgsprakande palett av våra egna mannekänger som visade kläder från Kattis Herrkläder och Justinas Mode. Kattis Melander höll "i spakarna" och informerade om priser, kvaliteterna mm. Mycket uppskattat.

Träffen fortsatte med kaffe och fina landgångar som "kökspersonalen" fixat med bravur.

Ordförande lämnade information om vad som hänt och vad som händer i föreningen.

Reseledaren informerade om kommande resor.

Träffen avslutades med sedvanlig dragning av lotteriet.



## 25 november Höstmöte

Medlemsträff på Folkets Hus höstmöte med budget och verksamhetsplan för 2022 presenterades

## 16 december Medlemsmöte på Folkets Hus med jultallrik

Mötet öppnades av ordförande Bernd Magnusson som hälsade alla välkomna.

Ädelstenarna inledde med att sjunga ett potpurri av kända julsånger.

Därefter var det vår gäst Niklas Säwén från Sundsvalls Kommun som pratade om Äldreomsorgen och om träffpunkterna i kommunen. Medlemmarna hade tillfälle att ställa frågor till Niklas både om hemtjänst, demensvård och naturligtvis om träffpunkten i Kvissleby. Efter Niklas anförande så var det dags att hugga in på jultallriken.



Det var cirka 70 medlemmar som deltog i mötet.

KCF SJA



## RESOR OCH STUDIEBESÖK OCH ANDRA AKTIVITETER

### Resor

Resansvariga under året har varit Lena Rex-Strömqvist och Ulla Wallner

2 augusti	Resa till Höga Kusten med Lönn's Buss
12 augusti	Mittrevyn. Inställd p.g.a. för få anmälningar
15–16 september	Cinderellakryssning
12–13 oktober	Demonstrationsresa till Mynttorget tillsammans med övriga föreningar i Distriktet, avslutades med en Cinderellakryssning
28–29 november	Konsert i Blå hallen och julkryssning med Cinderella



Demonstration på Mynttorget den 12 oktober 2021

KR R H



**Aktiviteter 2021****22 september Friluftsdag på Dyket med ett antal aktiviteter och korvgrillning**

Den 22 september var det dags för PRO:s nationella friluftsdag, det var ett stort antal pensionärer som samlades för att njuta av frisk luft och att se solen titta fram. Många valde gå-bingo, några valde att prova på boule eller bara att umgås med varandra. Krister, Britt och Kalle kokade kaffe och grillade korv. Lotteriförsäljning med priser som delades ut både till bingovinnare och lottvinnare. En mycket trevlig dag.

**18 november Höstmys på Folkets Hus med vin och ost.**

Vilken trevlig kväll vi hade på Folkets Hus, härlig stämning och med gott tilltugg och med fantastisk underhållning av ALEX o MEPEN som till och med fick publiken att uppträda. Känns som vi får göra om detta vid annat tillfälle.

**24 november**

Träff med nya medlemmar det bjöds på soppa och bröd. MajLis informerade om PRO organisationen,

KF SAH



## SLUTORD

Ännu ett verksamhetsår är till ända. Den första halvan var tyvärr allt nedstängt och det har drabbat oss alla med alla dessa restriktioner som pandemin medfört. Det blev inte förrän en bit in i hösten som kommunen släppte till och öppnade upp Träffpunkten i Kvissleby så att vi kunde starta upp våra kurser och verksamheter. Tyvärr med inskränkningar på lokalytor då kommunen återtagit den största delen i byggnaden för att bedriva annan verksamhet. Vi har fixat och trixat en hel del för att få det att fungera. En del kurser har vi kunnat genomföra i den del som vi numera kallar, SENIORTRÄFFEN där vi tillsammans med SPF ordnat så att det skall kunna fungera. Ett nytt café har vi inrett i andra ändan av huset och det bemannades i december tre dagar varje vecka. Det var efterlängtat av våra medlemmar. För övrigt har vi haft en fin friluftsdag på Dyket där man fick lära sig mer om boulespelet utav proffs. En tipsrunda var utsatt och jag tror nog att alla uppskattade det som bjöds på vid den stora grillen. Pro hade även ett tält uppsatt där man kunde ta del av information och skriva in sig som medlem i föreningen. Då vi kommer till festligheter så anordnades en myskväll med ost och vin vilken var välbesökt och omtyckt. En del resor kunde också genomföras med populära båten Cinderella där vi i en av dom, mellanlandade på Mynttorget för att protestera för tandhälsan och pensionerna. Årsmötet hölls på Opalen, ganska sent, nämligen den 26 augusti pga. pandemirestriktionerna. Klas Norberg underhöll oss och spelade, sjöng och drog historier. Ett par månadsmöten kunde vi också genomföra där det den sista för året, i december, bjöds på en fin och god jultallrik. Jag måste också framhäva vår jättepopulära gåbingo som vi hållit i gång så ofta vi kunnat på fredagarna. Det märks att vi har många eldsjälur i föreningen. Jag vill med detta säga ett stort tack till alla i styrelsen, valberedningen och till revisorerna för gott utfört arbete, men också till övriga såsom cirkelledare, medhjälpare och köksgruppen för utan er har vi ingenting, ni är guld värda då medlemmarna är beroende av oss alla. Det har varit ett kämpigt år med många omprioriteringar men kanske får vi se ljuset i tunneln snart.

En stor kram till alla. Fortsätt vara försiktiga, håll avstånd och sköt om er så ses vi igen.

Njurunda i januari 2022  
Bernd Magnusson  
Ordförande


KF SH

Kvissleby i februari 2022

  
Bernd Magnusson, ordförande


  
Ann-Sofi Andersson, kassör

  
Dan Johansson, sekreterare

  
Lilly Eriksson, studieorganisatör

  
MajLis Blomqvist, ledamot

  
Eva Knutsgård, ledamot

  
Asta Solander, ledamot

  
Christer Bohman, ledamot

  
Lena Rex-Strömquist, ledamot

KF SA