

Verksamhetsberättelse för PRO Medelpad 2023.

Förord

PRO Medelpad är en distriktförening för 19 lokalföreningar med cirka 6000 medlemmar. Styrelsen består av nominerade via valberedning från de lokala PRO föreningarna

Vi i PRO Medelpad håller i kontakterna med PRO Riks med vad de vill kommunicera till oss och de lokalföreningarna som finns i Medelpad Distriktet håller i och fördelar ut de rikstäckande PRO

Trippelskrapslotterna

Vi håller även i rikstäckande tävlingar som PRO-vetarna och Boule samt distriktsresor.

Vi i distriktet håller i och hjälper till med gemensamma system som Hemsidor, Medlemssystemet och Microsoft 365. Det av Riks rekommenderade bokföringssystem Fortnox kommer distriktet att stötta både ekonomiskt och med lokal komma-igång support.

Styrelsens sammansättning samt revisorer och förtroendevalda

Ordförande	Bo Gustavsson	Alnö
Vice Ordförande	Staffan Sollén	Liden
Sekreterare	Ulf Häggquist	Timrå
Kassör	Stefan Hägglund	Alby
Studieorganisatör	Ulf Häggquist	Timrå
Ledamöter:	Anita Gradin	Torpshammar
	Anita Lundberg	Ånge
	Ingrid Blomqvist	Attmar
	Vivi-Ann Sjölén	Selånger
	Evert Nederberg	Sköns Södra
Ersättare	Maria AntoniĆ	City
Ersättare	Elisabeth Jonsson	Matfors
Ersättare	Jan Jennehag	Hässjö/Tynderö
IT/Webbredaktör	Ulf Häggquist	Timrå
Resansvarig	Ulf Häggquist	Timrå
Friskvårdsansvarig	Ingrid Blomqvist	Attmar
Trippelskrapet	Stefan Hägglund	Alby
Veteranvetarna	Stefan Hägglund	Alby
Bouleansvarig	Vivi-Anne Sjölén	Selånger

Revisorer	Margareta Edén Margareta Sundsten	Ljustorp City
Revisorsersättare	Ulla Östlund Inge Forslund	Alnö City
Valberedning ordförande	Göran Berg Gunnar Karlsson	City Haverö
Ombud till ABF	Ulf Häggquist Vakant Ingrid Blomqvist Evert Nederberg Kikki Klüwert	Timrå Attmar Sköns Södra Timrå
PRO:s representantskap	Bo Gustavsson Margareta Edén	Alnö Ljustorp
Medlemsansvarig	Bo Gustavsson	Alnö
Medlemsraketen	Ingrid Blomqvist	Attmar
RPR Ordinarie	Stefan Hägglund	Alby
RPR Ordinarie	Maria AntoniĆ	City

Expeditionen:

Distriktets expedition är på Metropol, Universitetsallén 32 Sundsvall. Expeditionen är obemannad. Telefonnumret administreras av Ulf Häggquist och e-posten av Stefan Hägglund

Föreningarna

Svårigheten att besätta alla poster, framför allt ordförande och kassörer, i några föreningsstyrelser har medfört att antalet föreningar i distriktet minskat från 22 till 19 st. Ljungaverk och Fränsta har slagit ihop sina påsar liksom Sköns Södra och Sköns Norra. Föreningen i Stöde har lagts ner. När det gäller samorganisationerna så har Ånge samorg lagts ned då de inte fick till en styrelse och föreningarna bildade då ett samråd i stället. Även Sundsvalls samorg har haft problem med att få ihop en styrelse, vi får avvakta årsmötet för att se om de lyckas.

PRO Sundsvalls samorganisation med följande föreningar:

Alnö, Attmar, City, Holm, Indal, Liden, Matfors, Njurunda, Selånger, Sköns Norra, Sköns Södra, Stöde och Sättna. Under år 2023 har Sköns Norra slagits ihop med Sköns Södra. Stöde har lagts ner

PRO Timrå samråd med följande föreningar:

Hässjö-Tynderö, Ljustorp och Timrå.

PRO Ånge samråd med följande föreningar:

Alby, Fränsta, Haverö, Ljungaverk, Torpshammar och Ånge.

Representation:

Styrelseledamöter och förtroendevalda har deltagit i styrelsekurser och ämnesinformationer som PRO Riks anordnat.

Ekonomi

Året 2023 visar på ett överskott på 209 000 kr, främst beroende på att kontoret varit obemannat, Vi har inte haft någon kanslist att avlöna samt att de tillgångar som PRO Stöde hade vid nedläggningen tillföll distriktet.

Medlemmar

Distriktet fortsätter vi att tappa medlemmar även om raset har bromsats in. De 5 föreningarna som är kvar i Ånge samråd har ökat medlemsantalet med 22 st. trots att Ljungaverk gått ihop med Fränsta och att inte alla medlemmar följde med till Fränsta, Timrå samråd har tappat 15 medlemmar. Sundsvalls samorg har haft det tyngre, Ett tapp på 145 medlemmar till största delen beroende på att Stöde har lagts ned och att Sköns norra och södra slagit ihop. Man lyckades tyvärr inte fånga upp alla Stödes medlemmar. Totalt har antalet huvudmedlemmar minskat från 6060 1 januari till 5922 vid årets slut, Antalet sekundära medlemskap ligger i princip still på 670 st

IT verksamhet:

PRO:s system Harald och hemsidan har nu varit i drift ett tag och distriktet har hållit ett antal utbildningar. Många föreningar har fått till det men fortfarande är inte alla föreningar på banan. Distriktet jobbar vidare med support och utbildningar.

Eftersom vi inte har en kanslist har distriktet fått behörighet i medlemsregistret för Medelpad och kan göra betydligt mycket mer i Harald

Studier 2023.

Föreningarna har fått möjligheten att utbilda sina medlemsansvariga i PRO:s nya medlemssystem "Harald". En uppföljning av denna utbildning har även genomförts.

En hemsidesutbildning har dessutom genomförts samt en uppföljning på denna.

För att föreningarna skall ha möjlighet att genomföra sina styrelsemöten har distriktet även arrangerat en utbildning i "Microsoft Teams".

Riks har erbjudit utbildningar för kassörer. ABF har utbildningar för förtroendevalde, men än så länge har föreningarna inte varit med på så många utbildningar.

Försäkringar

Ingen aktivitet under 2023

Nya medlemmar får fortfarande olycksfallsförsäkringen utan kostnad de tre första månaderna.

Trafik

Året 2023 blev av diverse orsaker utan sammandragning av trafikansvariga från föreningarna.

Ansträngningar gjordes för att få tag i någon lämplig att hålla föredrag om trafik utan att det lyckades.

Margareta Edén deltog i sammanträden och träffar anordnade av NTF och en sammandragning av deltagare från både NTF äldrerådet och MHF i Valbo där nästan hela Norrland var representerat. Efter den träffen bytte rådet namn till Seniorrådet

FRISKVÅRD 2023 PRO Distrikt Medelpad

Nationella friluftsdagen 21 augusti 2023.

Vi höll till på Attmar Hembygdsgård. Vi bjöd in alla PROare i distriktet till denna dag.

GIF Sundsvall testade gåfotboll med oss, en kul sportgren.

Vi kastade pil, vi hade balansträning, vi kastade boll, styrkeprov.

Alla medlemmar bjöds på en lättare lunch och kaffe med dopp.

Träff friskvårdsansvariga 5 december 2023. Vi höll till i Selånger.

Vi var fyra föreningar som deltog. Intresset inte på topp bland föreningarna.

Vi pratade om vikten att röra på sig. Det är viktigt att vi tränar våra kroppar och håller i gång, det är det som är friskvård. Gymnastik är färskvara. Vi kom fram till att vi ska göra gymnastik på våra möten/träffar. Det är alldeles för mycket sittande. Vi testade olika rörelser, som är bra/lätta att utföra. Vi testade övningar med hantlar och de som deltog fick två hantlar var. Fikade såklart.

Ute i föreningarna har det bland annat erbjudits qigong, yoga, förebyggande fallolyckor, boule, gymnastik, simning, gåbingo.

Avslutningsvis ser vi framåt och hoppas att alla gör någon form av gymnastik på sina möten/träffar.

Trippelskrapet

Inför 2023-års Trippelskrapsförsäljning beslutade distriktsstyrelsen att dela med sig av distriktets provision och premiera de föreningar som ökade sin försäljning. En ökning med 20% skulle ge föreningen 9 Kr per såld lott och en ökning med 40% skulle ge föreningen en provision om hela 10 Kr per lott. Glädjande är att 11 föreningar lyckades öka försäljningen med mer än 40%. Försäljningen av trippelskrapslotter 2023

visar därför en ökning med hela 46% jämfört med 2022. 2022 nådde vi 11 729 sålda lotter medan 2023-årsförsäljning landade på 17 129 st. En ökning med 5 400 sålda lotter. Provisionen till föreningarna blev 2023 hela 165 229 Kr, en ökning med 71 397 Kr.

PROvetarna

2023 gick distriktsfinalen av stapeln den 20 juli i Bergsåker.

Kombattanterna var PRO Attmar och PRO Hässjö-Tynderö, Det blev tyvärr bara två lag i distriktsfinalen, då Ånge inte lyckats vaska fram något lag 2023 heller. I början höll lagen jämna steg, men från fråga 4 började Hässjö-Tynderö dra ifrån och trots en nolla på fråga 12 lyckades laget få ihop 22 poäng vilket gav en klar seger. Det vinnande laget bestod av Dag Jonzon, Kerstin Jormelin och Karl-Göran Jormelin, alla från Söråker. Regionfinalen hölls i Umeå, PRO Torvalla gick vidare till riksfinalen i Stockholm där man även där gick segrande ur striden.

Konsument

Under verksamhetsåret har Distrikt Medelpad inte utsett någon konsumentansvarig

Boule

Den 9 augusti spelades distriktsfinalen i Boule på boulebanan i Skönsberg. Evenemanget startade med att distriktet bjöd deltagande lag och domare på en uppskattad lunch hos "Spisa hos Liza".

Tyvärr var det bara 4 lag som ställde upp i år. City Sundsvall, Sköns södra lag 1, Timrå och Ljustorp. Utomhusbanorna hade torkat upp efter ett par dagars ihållande regn och solen sken. Allt kändes perfekt.

Kl 12:10 startade de första matcherna, 12:12 vräkte regnet ner. Det var bara att packa ihop och flytta tävlingen inomhus. De första matcherna var jämna och tog närmare timmen att slutföra, resultaten i de matcherna blev 13 - 12 och 13 - 11, klotskillnaderna blev betydligt större i den andra omgången. Därefter blev det paus i spelandet för en fikastund.

Inför den avslutande omgången kunde vi konstatera att tre lag hade chansen att ta hem slutsegern. När de sista kloten hade rullat färdigt såg resultatlistan ut så här. Segrare blev Sköns södra lag 1.

Laget bestod av Ulla Humla, Sven-Erik Sjöberg och Esko Kankainen som den 9 - 10 september försvarade Medelpads färger i Gysinge.

Reseverksamhet.

PRO distriktets reseverksamhet inskränker sig till en SPA-resa till Estland och en dansresa "Hela Medelpad dansar och ler". Dansresan lockade 300 medlemmar i 6 bussar.

Föreningarna har kommit i gång med resor och det har börjats att samarbetats alltmer. Dyrare och längre resor kan distriktet hjälpa till med.

Under hösten har distriktet haft en reseledarutbildning med Lönns Buss på Cinderella. Hälften av föreningarna var representerade. Vi lärde ut bussäkerhet, försäkringar och diskuterade samarbetet mellan föreningarna. Mycket uppskattat och vi kommer att ha en uppföljande utbildning våren 2024 på hemmaplan.

RPR.

Det regionala pensionärsrådet har tyvärr gått i stå, Vi har inte haft ett enda riktigt möte med pensionärsrådet under 2023. Regionstyrelsen kallade i april till ett möte för att presentera regionens nytänk om hur man skulle utveckla en breddad och stärkt samverkan med civilsamhället.

Man har från regionen tänkt sig att slå ihop pensionärsrådet med Hälsosam Y. Anledningen verkar vara att drastiskt minska antalet möten med råden från tidigare fyra möten med vardera pensionärsrådet och hälsosam Y till två per år med de båda organisationerna tillsammans. I oktober blev vi kallade till ett nytt möte i Härnösand, där vi kom överens om att få regionens förslag till den nya organisationen på remiss senast i december, vilket vi också fick. Ser inte lovande ut, men vi jobbar vidare.

Möten och sammanträden.

Styrelsen har träffats sex gånger under året. AU har träffats fem gånger fysiskt på vårt kontor.

Årsmötet hölls i Söråker och var välbesökt. Ordförande för mötet var Jan Jennehag.

Slutord.

Under verksamhetsåret har distriktet tillsammans med föreningar haft friluftsdag tillsammans

Under 2023 har distriktet fortfarande en nergående trend på medlemsantalet, men vi jobbar för att bryta trenden och att öka vårt medlemsantal

Vi fortsätter med våra utbildningar och arbetet med ett gemensamt bokföringssystem

Styrelsen vill tacka alla som på olika sätt hjälpt att aktivera våra medlemmar

Vi ser fram emot nya verksamhetsåret där vi kommer att fortsätta med trevliga aktiviteter för våra medlemmar

Bo Gustavsson

Sundsvall 2024-03-01

Bo Gustavsson

Stefan Hägglund

Ulf Häggquist

Evert Nederberg

Anita Lundberg

Anita Gradin

Vivi-Ann Sjölén

Ingrid Blomqvist