

**SPF Seniorerna Kongahälla Kungälv**  
**Org. 85 33 00 -6204**

**Verksamhetsberättelse 2023**

Styrelsen för SPF Seniorerna Kongahälla, Kungälv får härmed avge följande berättelse för verksamhetsåret 2023

**Styrelse**

Henry Bäckström, ordförande  
Sven-Arne Rasmussen, kassör  
Marianne Hedkvist, sekreterare  
Lars Nyqvist, ansvar för medlemsregistret och webbredaktör  
Kicki Oschlak, aktivitetansvarig

**Adjungerade**

Gerd Fridh, Sten Berglund och Per Jarenfors

**Revisor**

Leif Bjurmalm

**Styrelsenöten**

Styrelsen har haft åtta protokollförda möten under året. Dessutom ett antal informella möten och samtal.

**Medlemsantal**

253 medlemmar var registrerade den 31 december 2023 (föregående år 263 medlemmar)

**Ekonomi**

Se separat handling som avser resultat och balansräkning per 31 december 2023  
Helminas Redovisning AB har haft uppdraget för den löpande bokföringen samt upprättat resultat och balansräkning.

**Årsmöte**

Föreningens årsmöte genomfördes den 23 februari i Odd Fellow lokalen  
23 medlemmar var närvarande.

**KPR**

Ordinarie ledamot Gunilla Hoff

**Ombud till distriktsstämman 2023**

Sven-Arne Rasmussen, Lars Nyqvist, Kicki Oschlak och Marianne Hedkvist

**Aktiviteter**

Föreningens månadsmöten har genomförts i Odd Fellow lokalen, Kungälv

### **Program vid månadsmötena under våren.**

*Torsdagen den 23 mars.* ”Varför just jag! Om att överleva Auschwitz, Neuengamme och Watenstedt”

Berättare: Stefan Kazikowski, föreläsare, författare och lärare.

*Torsdagen den 20 april.* Distriktsordförande Ann-Christine Baar informera om ”Vad ger mitt medlemskap i SPF Seniorerna”

*Torsdagen 25 maj.* Författare Viveca Österman föreläser kring sina böcker. Vi får följa några familjer från Kungälv eller närmare Nordre älv och Göteborg. Tiden är kring andra halvan av 1800-talet och kring sekelskiftet.

### **Program vid månadsmötena under hösten**

*Torsdagen den 21 september.* Nils Zandher, berättar om sina mer än trettio år som folkhögskolelärare och rektor på Nordiska Folkhögskolan i Kungälv, berättar även om sitt barndomsliv i ljus och mörker.

*Torsdagen 19 oktober.* Per Almqvist pratar om bin och binas betydelse för oss.

*Torsdagen 23 november.* Elisabeth Bylow, föreläser om ”Det gamla Kungälv”

*Torsdagen 14 december* Serverades glögg med tilltugg och så fick man lyssna till en visgrupp från Nordiska Folkhögskolan. Det serverades en julinspirerad landlång.

### **Inbjudan till Ost och vinprovning den 5 oktober kl 18.00**

Rött eller vitt till ost? Vi provar delikatessostar av olika karaktär i kombination med viner av god kvalitet. Kanske en kulinarisk inspiration och ögonöppnare

Provningsledare Leif Bjurmalm

### **Promenader**

Kungälv stad är en av landets äldsta (ca 1000år) med en rik och brokig historia, blir det naturligt att vi börjar med en promenad i stadskärnan och avslutar med en fika.

De var inledningen till den första inbjudan till promenad som genomfördes den 1 september.

Totalt genomfördes 8 st. promenader under hösten 2023.

Promenad ansvarig/ledare: Per Jarenfors

### **Canasta**

Föreningen har sedan tidigare en grupp som spelar canasta under ledningen av Barbro Toss

Gruppen har spelat canasta i biblioteket på Mimers Hus varje tisdag kl.13.30.

### **Folkhälsa**

Under Folkhälsoveckan 8-12 maj fick medlemmarna möjlighet att delta i 3 digitala föreläsningar ”webbinarier” som föreningen genomförde i Vuxenskolans lokaler.

### **Seniorer och diabetes typ 2**

Föreläsare: Kerstin Brismar är välrenommerad författare och professor vid Karolinska institutet.

### **Läkemedel och äldre**

Föreläsare: Thony Björk är legitimerad apotekare med mångårig erfarenhet från den internationella läkemedelsvärlden.

### **Vår stillasittande livsstil- vad betyder den för vår hälsa?**

Föreläsare: Mai-Lis Hellenius är läkare, forskare och professor på Karolinska Institutet i att förebygga hjärt- och kärlsjukdomar med fokus på fysisk aktivitet och mat.

### **Projektmedel från Kungälv kommun**

Föreningen har fått 23 000 kronor för att motverka ensamhet bland äldre.

Föreningen har genomfört följande aktiviteter.

\*Två föreläsningar den 19 januari och 20 november

med den uppskattade naturfotografen och föreläsaren Annelie Utter som tog oss med på inspirerande resor till världens vildmarker där man möter tiger, bergsgorillor och jaguarer.

\*En föreläsning den 2 februari med författaren och filmaren Jan-Olof Nilsson som presenterade sitt program om "Tiden då vi drack kaffesurr och lyssnade på Glenn Miller"

\*Föreningen genomförde i samarbete med SV Väst 3 studiecirkel i ämnet "**Hjälp, var är mina bilder**" samt en 1 studiecirkel i ämnet "**Trygg med dator och mobil**"

### **Statsbidrag, för att motverka ofrivillig ensamhet 2024**

Föreningen har översänt en ansökan den 10 december till Socialstyrelsen för att motverka ofrivillig ensamhet.

Aktiviteter

- Ordnar aktiviteter som bidrar till gemenskap och stimulans
- Skapa mötets platser
- Insatser som gör att fler kan engagera sig ideellt, eller delta i verksamheten som anordnas ideellt

Föreningen har ansökt ett statsbidrag om 94 000 kronor.

Kungälv 2024-01-11

Henry Bäckström

Sven-Arne Rasmussen

Marianne Hedkvist

Kicki Oschlak

Lars Nyqvist