



Några rader från ordförande

Jag har skrivit en debattartikel till "Mitt i" tidningen. Jag hoppas dom tar in den.

Det handlar om olika uttalanden som politiker och andra gjort om insatser för att minska ensamhet. Folkhälsomyndigheten har också tagit en nationell strategi 2025-2029 som syftar till att minska ofrivillig ensamhet och främja sociala relationer.

Jag skriver en fråga till styrande i Stockholm stad om dom menar allvar när dom säger sig jobba för att minska äldres ensamhet när dom skär ner på stödet till oss.

Jag hoppas att tidningen tar in debattartikeln och att det kan bli någon form av reaktion.

Anders Konradsson



Snart vår...

Årsstämma

Tänk vad ett år går snabbt! Så har vi nu haft vår årsstämma för 2026. Den 10 mars träffades vi som så många gånger förr uppe på Utsikten. Vi var 26 anmälda till mötet där vi inledningsvis som vanligtvis bjöds på laxbakelser och lite sött på det.

Under mötet presenterades och togs beslut om verksamhetsberättelse 2025, ekonomiska handlingar 2025, budget 2026 samt revisionsberättelse.

Sedan valdes en ny och tre gamla förtroendevalda in i styrelsen, alla tre i valberedningen blev omvalda samt två revisorer varav en var på nyval.

Efter mötet avtackades också presidiet bestående av Elsemarie Bjellqvist och Margareta Kull. Därtill av-



tackade vi revisorn Carin Holmquist samt även den avgående kassören i styrelsen Erling Södergren som efter många år tyvärr lämnar oss. Alla avtackades med en bukett tulpaner.

Hedersmedlem

Efter att ha återinfört hedersmedlemskapet igen 2024, så var det för tredje året dags att presentera 2026 års utnämning av hedersmedlemmar vid årsstämman.

Hedersmedlemmarna som utsågs var de två medlemmarna Annette och Gun som tackades med diplom och en tulpanbukett.

De är två medlemmar som arbetat som volontärer med olika uppgifter i FV under många år och varit högt uppskattade både



både av de hjälpsökande, föreningen och av oss på kontoret.

Volontärträff



2026 års första volontärträff hölls den 12 februari på Utsikten konferens och vi gästades av Stefan Fors, forskare vid KI. Han visade diagram från forskning om hur hälsa och livsvillkor ser ut i vår alltmer åldrande be-

folkning, hur det har förändrats över tid samt hur det skiljer sig mellan män och kvinnor i olika åldrar. Vi har fördubblat livslängden och de som föds idag beräknas bli 100 år eller mer. Höginkomsttagare lever längre och kvinnor lever längre än män.

Stefan berörde också ensamhet, t.ex. social, emotionell och existentiell ensamhet samt hur det ser ut i olika åldrar – ensamhet förekommer mest bland unga vuxna + bland de allra äldsta. Insatser mot ensamhet är t.ex. att främja sociala kontakter, att förändra beteende/levnadsvanor, erbjuda hjälpmedel/utbildning.

En mycket intressant föreläsning, många engagerade volontärer deltog på träffen och det ställdes en hel del frågor till Stefan Fors.

Volontärutbildning - Osteoporos

Tisdag den 21 april kommer vi att hålla vårens första volontärutbildning uppe på Utsikten. Vi får fördjupa oss i ämnet osteoporos.

Inbjudan har ni fått i förra utskicket.
Varmt välkomna!

Volontärutbildning - Första hjälpen

Vårens andra volontärutbildning går av stapeln bara en vecka senare, tisdag den 28 april, också den uppe på Utsikten.



Ämnet för dagen är första hjälpen och hjärt- och lungräddning. Alla som inte gått den förut passa på nu ni bör gå. Ni andra som gjort det för tre år sedan eller mer bör också passa på att uppdatera den.

Se mer i bifogad inbjudan!

Vårutflykt

Tiden går och snart är det vår och värme igen! Det brukar bl.a. betyda att det är dags för vår årliga och mycket uppskattade vårutflykt. Denna gång far vi en liten bit norrut och besöker Uppsala. Ett utflyktsmål som ni är många som önskat.



Lördag den 30 maj kommer vi att inleda dagen på Linnes Hammarby med guidning mm och sedan far vi in till Uppsala för lunch och egen tid på stan.

Se mer i bifogad inbjudan!
Varmt välkomna!

Digitalt utskick

Vi vill passa på att skänka ett stort tack till alla er som har anmält ert intresse av att från och med nu få de flesta av våra utskick i digitalform.

Detta gör att vi kan spara in många slantar som vi nu inte behöver lägga på porto och Postnord.

Kommande aktiviteter

- Volontärutbildning, 21/4
- Volontärutbildning, 28/4
- Vårutflykt, 30/4

Källa bilder:

Snart vår – <https://www.gee-tee.co.uk/product/galanthus-nivalis-single>

Årsstämma – privat bild

Hedersmedlem – Ann Panzar

Volontärträff - https://en.wikipedia.org/wiki/Toffs_and_Toughs

Volontärutbildning – <https://mockelnforeningarna.se/events/event/kurs-i-forsta-hjalpen-och-hlr-for-vuxna/>

Vårutflykt - <https://destination uppsala.se/guider-inspiration/uppsalas-guldkorn/>

FRIVILLIG VÄNTJÄNST

Skebokvarnsvägen 370, 3 tr

124 50 BANDHAGEN

info@frivilligvantjanst.se

www.frivilligvantjanst.se

08 – 659 95 59

PG 60 87 75 - 3, BG 359 – 8166

Redaktör: Helena Malmqvist