



# Innherred Seniorforum

## Årsmelding for 2019



*Ole Moen holdt foredrag på Stiklestad 9.1.2019*

Eldrerådet i Levanger tok i 1995 initiativ til å etablere en pensjonistskole. Dette var forløperen til dagens organisasjon Innherred Seniorforum som ble stiftet 17. mars 2011 som en medlemsforening.

Historien omkring etableringen av foreningen er beskrevet i eget hefte som er gjengitt på hjemmesiden ISFo.no

## 1. GENERELT STYRET

Styret for Innherred Seniorforum har i 2019 bestått av:

Leder	Rudolf Holmvik
Nestleder	Anne -Brit Skjetne
Sekretær	Anne Mille Røttereng
Økonomiansvarlig	Reidar Vandvik
Styremedlem	Erik Stai
Varamedlem	Håvard Okkenhaug
Varamedlem	Tor-Finn Granlund

I tillegg har utvalgsledere møtt fast i styremøtene:

Seniortreff	Ellen Løvli
Kultur	Per Steinar Raaen
Trim/Tur	Arvid Vada
Studie- og aktivitet	Kjetil Vatn
Seniornett Innherred	Roald Bergstrøm

I årsmøteperioden er det avholdt åtte styremøter og behandlet 27 saker. De fleste sakene har vært oppe på flere møter. Faste saker på styremøtene har vært ord for dagen, orienteringer fra utvalgene, økonomi og «nytt fra kontoret». Vararepresentantene er innkalt til styremøtene.

Følgende målsetting er nedfelt i vedtektene:

---

*ISFo har som hovedmål å forbedre og berike tilværelsen for seniorgruppen 55+, og bidra til livsvekst for denne gruppen. Foreningen skal ta sikte på å møte seniorgruppens utdannings- og opplæringsbehov, samt gi tilbud der sosiale, kulturelle og helsemessige forhold blir ivaretatt.*

---

Organisasjonen presenterer seg under mottoet:

---

*”Livsvekst gjennom medvirkning”*

---

## Årsmøte 2019.

Årsmøtet ble avholdt Onsdag 13. mars 2019 på Stiklestad Nasjonal Kultursenter.

### Kontor.

ISFo har kontorfellesskap med Frivilligsentralen i gamle byskolen (Kirkegata 11) i Levanger. Der har vi også tilgang til møterom, og de fleste av våre styremøter er avholdt der.

### Vedtekter.

Våre gjeldende vedtekter ble vedtatt på Årsmøtet 02.03.2016.

### Medlemmer.

Alle enkeltpersoner, bedrifter/lag og organisasjoner, hjemmehørende i kommunene Frosta, Inderøy, Levanger og Verdal, og som identifiseres med lagets formål, vedtekter og retningslinjer, kan bli medlemmer i laget. Det samme gjelder offentlige organ. Styret kan godkjenne andre medlemmer.

Kontingenten er et engangsinnskudd på kr 300. Innskuddet gir rett til livslangt medlemskap. På våre kurs, turer, seniortreff, kinoer og andre arrangement i regi av ISFo, har enkeltpersoner blitt invitert til å bli medlemmer.

Pr 31.12.19 hadde vi 1115 medlemmer, etter at vi fikk hele 163 nye medlemmer 2019 (2018: 86). Fordelingen mellom kvinner og menn er ca. 60/40 %. Noen medlemmer har gått bort, slik at årets netto økning er 143 medlemmer (2018: 65). Vi oppfatter den gode medlemstilgangen som en positiv tilbakemelding på vår virksomhet.

Omlag 92 % av medlemmene har e-postadresse. De uten e-post fikk høstens Nyhetsbrev tilsendt som vanlig post.

#### Medlemmene fordeles seg slik:

Kommune	Antall	Prosent	Økning
Levanger	713	64	85
Verdal	236	21	41
Inderøy	86	8	14
Frosta	50	4	3
Andre	30	3	
<b>SUM</b>	<b>1115</b>	<b>100</b>	<b>143</b>

#### Nye medlemmer 2019

Kommune	Antall	Prosent	
Levanger	101	62	
Verdal	42	26	
Inderøy	13	8	
Frosta	7	4	
Andre			
<b>SUM</b>	<b>163</b>	<b>100</b>	

### Viktige saker:

#### **SeniorSmart.**

Sammen med foreningen Senior IKT Trondheim fikk vi i 2016 midler fra Helsedirektoratet for å utvikle en app på mobiltelefon for å gjøre det enklere for eldre å møtes. I januar 2017 stiftet vi, sammen med foreningen Senior IKT Trondheim, foreningen SeniorSmart, og fikk denne registrert i frivillighetsregisteret i Brønnøysund. Styret i SeniorSmart består av fire personer, to fra hver av eierne. Fra oss sitter initiativtakeren Roald Bergstrøm og Rudolf Holmvik i styret.

#### **Fellesmøte med andre Seniorforum.**

Det er stiftet seniorforeninger – kanskje inspirert av oss – i Stjørdal, Steinkjer og Namsos. Vi inviterte styrene fra disse tre til et fellesmøte på Stiklestad 12.10.2017. Der møtte gjestene med til sammen 14 personer, og vi med åtte. Hovedtema på møtet var gjensidige presentasjoner, informasjon om SeniorSmart og framtidig samarbeid. Det ble enighet om utveksling av program og gjensidig tilgang på hverandres møter. Oppfølgende fellesmøter ble arrangert på Steinkjer 16.oktober 2018. Og på Stjørdal Også dette møtet ble oppsummert som positivt, og ble fulgt opp med nytt møte på Stjørdal høsten 2019.

## **2. SAMARBEIDSPARTNERE.**

ISFo er avhengig av nære og gode samarbeidspartnere. Det samarbeidet vi har etablert i tidligere år, er blitt videreført.

ISFo har hatt 2 møter med HUNT forskningscenter v/Steinar Krokstad. Hensikten var en mulig oppfølging av seniorundersøkelsen fra 2011 basert på HUNT- data.

Vi har hatt god kontakt med administrativ og politisk ledelse i kommunene, spesielt i Levanger og Verdal. Med disse to har vi samarbeidsavtaler, og de har hver støttet oss med kr. 15.000 fra «Den kulturelle spaserstokken». Den skal «medvirke til at eldre mennesker får et kulturtilbud på høgt nivå i nærmiljøet, gjerne i samarbeid med lokale/regionale kulturaktører». Kommunene er enig med oss i at dette passer godt inn i vårt arbeid, og vi er representert i utvalg som disse kommunene har for dette. Et viktig bidrag fra oss er markedsføring/spredning av informasjon av arrangement som kommunene har ansvar for, eller er medarrangør av.

Kulturskolene i Levanger og Verdal har bidratt med innslag på flere av seniortreffene.

Vi samarbeider nært med Innherred Turlag i planlegging og gjennomføring av «veteranturene».

Vårt store antall medlemmer med e-postadresser har gjort at flere organisasjoner og foreninger har spurt oss om å hjelpe til med markedsføring av deres arrangementer. Vi sier ja til dette når slike arrangementer blir vurdert å være av allmenn interesse for våre medlemmer og våre samarbeidspartnere, og at det ikke ligger kommersielle private interesser bak.

## 3. UTVALGENE

### 3.1 UTVALG FOR SENIORTREFF

Utvalget har hatt 6 styremøter. Hovedsak på møtene har vært arbeid med årsplaner samt forberede treff, skaffe foredragsholdere og evaluere treffene. Alle styremedlemmer deltar i arbeide med å forberede og gjennomføre treffene.

Utvalget har bestått av: Trond Knudsen, Kåre Hynne, Håvard Okkenhaug, Randi Segtnan og Ellen Løvli. Ellen Løvli er leder.

#### **Sted for treffene**

I 2019 ble seks av årets ti treff avholdt på Stiklestad, to på Nord universitet Røstad, ett i Festiviteten Levanger og ett på Øyna på Inderøy.

Vi ser at Stiklestad er et godt sted å ha treffene, fordi det er lett å parkere, god plass og sosialt.

Det er også viktig at det er god lyd og at alle ser, vi ønsker likevel å fordele treffene mellom kommunene som har medlemmer.

#### **Seniortreffene**

Årets ti treff hadde i gjennomsnitt et oppmøte på 135 personer mot budsjettert 115.

Treffene ble annonsert i Innherred. Treffet på Inderøy ble i tillegg annonsert også i Inderøyningen

Facebook og hjemmesiden til ISFO blir også benyttet i stadig større grad.

Vi sender forhåndsmtale og referat fra treffene til avisene og som oftest tar de dette inn.

Før treffene sendes det invitasjon til medlemmene. Info legges også ut på

[www.seniorportal.no](http://www.seniorportal.no)

#### Følgende treff ble arrangert i 2019:

<b>Dato</b>	<b>Foredragsholder og tittel</b>	<b>Sted</b>	<b>Antall</b>
<b>9.01</b>	Ole Moen « USA- under en annerledes president»	Stiklestad	232
<b>6.02.</b>	Hilde Gunn Slottemo « Fra rødt amt til grønt fylke. Ei fortelling om Nord-Trøndelag i årene 1919-2019»	Nord U	120
<b>12.03</b>	Anette Groth « BREXIT- hvor går Storbritania nå?»	Stiklestad	143
<b>3.04</b>	Marte Hallem « Fra Styggdal'n til det store lerretet»	Stiklestad	78
<b>8.05</b>	Yngve Kvistad» SICILIA- kulturhistorisk reise: hvordan vikingenes stolte normannerrike ble til en simpel mafiastat»	Nord U	120
<b>5.06</b>	Elveblest « Nocturne i Nord- en hyllest til Trygve Hoff»	Øyna, Inderøy	170
<b>4.09</b>	Merethe Verstad» Allmennkringkastingi Facebookens tidsalder. Hvordan NRK må tilpasse seg et utro publikum»	Stiklestad	75
<b>2.10</b>	Marvin Wiseth» Eldre – en viktig ressurs i samfunnet»	Festiviteten	171
<b>6.11</b>	Øystein Ekroll « Dei gamle steinkyrkjene i Innherred - Norges finaste gruppe»	Stiklestad	112
<b>4.12</b>	Stein Arne Sæther» Veikanthistorier fra gamle riksvei 50 og dagens E-6 – jakten på spennende opplevelser på vei gjennom Trøndelag»	Stiklestad	131

Samlet oppmøte for seniortreffene har vært 1352

År	Oppmøte (snitt)	Oppmøte (maks)
2014	123	230 (Kai L Johansen)
2015	89	168 (Finn Wagle)
2016	95	131 ( Thor Godaas)
2017	102	257 (Gøril Grøntvedt)
2018	105	131 ( Espen Leirset)
2019	132	232 ( Ole Moen)

Som vi ser har oppmøtet økt det siste året. Vi forsøker å få til foredragsholdere som treffer flest mulig, men oppmøtet varierer, noe som er naturlig om vi skal ha bredde på foredragene. Vi ser også at noen foredragsholdere treffer flere kvinner enn menn, mens noen treffer begge kjønn.

### **3.2 UTVALG FOR KULTUR**

Kulturutvalget har i 2019 bestått av Eystein Sundal, leder (til 26. mars), Per Steinar Raaen, ny leder fra 26. mars, Karin Taarneby Jenssen, Brit Norberg, Solveig Lunde Valbekmo og Helge Størseth.

Utvalget har i 2019 hatt 8 møter. Alle møtene ble holdt i Levanger Frivillighetssentrals lokaler.

#### **Teaterturer, konserter m.m.:**

24. april: Teatertur til Trøndelag Teater: "Tordenskjold - en alle tiders trønder".

16. oktober: Teatertur til Trøndelag Teater: «Kristin Lavransdatter!

Begge teaterturene hadde meget stor oppslutning.

I tillegg sender kulturutvalget kontinuerlig ut informasjon på e-post til alle medlemmer om ulike kulturtilbud og arrangementer både lokalt og regionalt.

#### **Turer utenlands og innenlands:**

Årets utenlandstur gikk til Malta. Turens varighet ble 8 dager. Hele 37 personer deltok på turen -en meget opplevelsesrik tur med en ypperlig guide. Eystein Sundal var reiseleder og Brustad var turoperatør.

20. august arrangerte kulturutvalget dagstur til Hatlingsetra i Stod. Der fikk vi underholdning av «Hatlingsetra Knort- og separatorkompani». Middag ble også servert.

#### **Seniorkino:**

Etter at filmtilbudet i Festiviteten ble nedlagt har Innherred Seniorforum inngått samarbeid med Verdal kino. Vi ble godt mottatt av kinosjef Eli Røthe og Verdal kino leverer et solid og godt tilbud til filminteresserte medlemmer av ISFo og til alle andre. Ofte vises det to filmer parallelt slik at det også er valgmuligheter. I forkant av filmvisningene serveres kaffe i foajéen. Seniorkinotilbudet er åpent alle filminteresserte og det er dermed ikke mulig å finne

antall medlemmer som har sett filmene. Rent generelt kan vi imidlertid si at seniorkinotilbudet er meget godt besøkt. Seniorfilmene vises vanligvis hver tredje onsdag i måneden bortsett fra i sommermånedene.

I 2019 ble disse filmene vist:

Januar: «Sonja»

Februar: «Amundsen»

Mars: «Kapernaum»

April: Fire filmer under Kvalitetsfilmfestivalen: «On the basis of sex», «Ut å stjele hester», «Birds of passage» og «Cold War».

Mai: «Green book»

September: «Amazing grace» og «Downton Abbey»

Oktober: «Barn» og «Edie»

November: «Spionen»

Desember: «Yao» og «Håp»

### **3.3 UTVALG FOR TRIM/TUROPPLEGG**

ISFos Utvalg for trim/turopplegg er identisk med Innherred Turlag Veteranen, som er et samarbeid mellom Innherred Turlag og Innherred Seniorforum. Utvalget planlegger og gjennomfører turer for folk i alderen 55+. Turene gjennomføres i kommunene Inderøy, Verdal, Levanger og Frosta.

Deltakerne betaler kr 30 pr tur i fotskatt til dekning av annonseutgifter.

På turene orienterer kjentfolk om severdigheter langs turleia: Fraflyttede boplasser, tidligere gruvedrift, seterdrift, plante- og dyreliv, dyregraver, minnesteiner m.m. På de mange utsiktspunktene tar vi en stans og fått orientering om hva vi ser både på nært hold og i det fjerne.

Halvveis på alle turer har vi en skikkelig rast, på en voll, i en gapahuk eller ei hytte, der kaffe er servert fra svartkjel over bål, og praten har gått livlig om løst og fast.

Turene annonseres i Trønder-Avisa før turstart vår og høst. Dessuten blir det, tre- fire dager før hver tur, sendt påminning ved e-post til ISFo's medlemmer.

Rapportene med bilder fra turene blir alltid inntatt i Innherred og delvis i Inderøyningen og Frostingen.

Utvalget takker alle turlederne, kjentfolk og kaffekokere for hjelpa, og alle deltakerne for gode bidrag til at alle turer har blitt vellykket uansett vær og vind.

## Innherred Seniorforum, Utvalg for trim/turopplegg

### Sammendrag turer 2019

	Dato	Tur til	Turlengde	Ant delt	Fordelt på kjønn		Deltakere fordelt på kommuner				
					Kvinner	Menn	Levanger	Verdal	Frosta	Inderøy	Andre
			km								
1	10.apr	Skitur Branokkhytta	20	24	11	13	20	3			1
2	24.apr	Hestøya	4	96	60	36	80	10	1		5
3	08.mai	Ytterøya	6	30	16	14	19	5		3	1
4	22.mai	Åsen-Slettvollan	10	54	30	24	47	4	1		2
5	12.jun	Verdal Forlandet	7	35	18	17	21	14			
6	26.jun	Inderøy-Mosvik	13	35	18	17	16	13	1	5	
7	28.aug	Vollsvollen, Markabygda	9	27	14	13	21	5	1		
8	11.sep	Hegstadmarka - Raset, Verdal	7	50	27	23	22	23			5
9	25.sep	Guddingskallen og Vukuvollen	10	33	16	17	18	13	1	1	
10	09.okt	Jonasplassen, Trettsve Levanger	8	50	27	23	43	6	1		
11	23.okt	Veresstua, Ørvillhøgda, Vera	6	19	12	7	13	5	1		
12	12.nov	Myra nærmiljøanl. mv Frosta	8	36	17	19	20	3	13		
12 turer		Summert for år 2019	108	489	266	223	340	104	20	9	14

Snitt deltakere pr tur:	41	Etter 12 turer.
Største deltakertall på en tur:	96	24. april til Hestøya
Minste deltakertall på en tur:	19	12. november til Vera/Ørvillhøgda

### **3.4 SENIORNETT INNHERRED (NETTKLUBBEN)**

*Nettgruppen hjelper seniorer med å komme på nett og bruke digitale medier.*

#### **Nettkafé.**

På nettkafeene kan alle som ønsker det kan komme med sine problemer og få hjelp. Like viktig som å få hjelp fra instruktører er å kunne møtes for å utveksle erfaringer fra hverandre. Ikke noe problem er for lite eller for stort. Dersom det er noe du lurer på så bare ta med deg mobilen, nettbrettet eller PC på nettkafe. Nettkafeen er et sosialt treffpunkt slik at det blir alltid tid til en kaffe og en samtale.

Nettkafeene arrangeres i samarbeid med ungdommer fra ungdomsskole eller videregående skole, hvor ungdommene er med som instruktører. Det er alltid med minst en fra nettgruppa i Innherred Seniorforum og ved spesielle problemstillinger kan vi ha med andre eksterne instruktører. Vi har nettkafe i alle kommunen, oftest i samarbeid med bibliotekene.



Deltakelsen kan være varierende, men vi tar gjerne imot flere på nettkafeene våre. I tillegg til generelle spørsmål arrangerer vi ofte temabaserte møter som f.eks. om epost, arkivering, nettbank, mobilbank, VIPs, Altibox og digital TV og andre aktuelle saker. Dersom du har et spesielt problem som du gjerne ville ha hatt hjelp til så ta det opp med de som driver nettkafeene. Høsten 2019 hadde vi ikke nettkafe på Verdal fordi vi ikke hadde skoleelever som kunne hjelpe til. Nå er vi i gang igjen i Verdal med elever fra Levanger videregående. Dersom det er noen seniorer som kan tenke seg å hjelpe til så er det fint om dere tar kontakt.

*De som er ansvarlige for nettkafeene er:*

Inderøy: Gunnar Sørslet

Verdal: Svein Gunnar Råen/Johannes Sollid

Levanger: Elisabeth Ulekleiv/Randi Furunes

Frosta: Anne Mille Røttereng

Du kan sende spørsmål eller henvendelser til nettgruppen til denne epostadressen:  
[nettgruppe@innherredseniorforum.no](mailto:nettgruppe@innherredseniorforum.no)

### **Seniornett**

Vi oppfordrer våre medlemmer til også å melde seg inn i Seniornett Norge. Det er en landsomfattende organisasjon som hjelper seniorer på nett. De har mye nyttig informasjon på sine nettsider samt at du får tilsendt et månedlig magasin med nyttig stoff. Medlemskapet koster kr 300 pr år og det meste av denne kontingenten går tilbake til ISFo som lokallag. Husk å skrive inn at du er medlem av ISFo – Innherred Seniorforum når du melder deg inn i Seniornett Norge. Nærmere informasjon og påmelding finner du ved å gå til denne linken: <https://www.seniornett.no/>

### **Hjemmesiden.**

Hjemmesiden vår finner du på [www.innherredseniorforum.no](http://www.innherredseniorforum.no). Vanligvis er det nok å skrive [www.isfo.no](http://www.isfo.no) i nettvindu på mobil, nettbrett eller PC og så kommer du til hjemmesiden. Hjemmesiden skal til enhver tid være oppdatert med informasjon om kommende arrangementer og du finner også historisk stoff. Du kan nå også legge inn hjemmesiden som en app på mobilen din. Oppskrift på hvordan du gjør det finner du på nettsida vår.

### **Facebook**

Innherred Seniorforum har en egen Facebookgruppe som du finner her: <https://www.facebook.com/innherredseniorforum/> På Facebooksiden finner du ofte bilder og informasjon om kommende arrangementer. Det er en tett integrasjon mellom hjemmesiden og Facebooksiden, slik at saker som blir skrevet på vår Facebookside automatisk kommer opp i høyre stolpe på hjemmesiden.

### **Motta E-post fra oss**

Vi ønsker at mest mulig av vår kommunikasjon med medlemmene kan foregå på e-post. Dette er enklest og absolutt rimeligst for oss. Dersom vi skal sende ut brev eller SMS-er til

over 1100 medlemmer av Innherred Seniorforum så koster det oss mange tusen kroner pr gang mens epost er nesten gratis.

Omlag 10 % av medlemmene har ikke epost. Vi har fått et nytt system slik at vi sender ut informasjon på epost til de som har en epostadresse og på SMS til de som ikke har epost.

Dersom du ikke mottar epost fra oss, men har epost, så ber vi deg gå til hjemmesiden. Under fanen **Medlem** finner dere et skjema som dere kan fylle ut med navn og adresse samt epostadresse slik at vi har oppdatert informasjon om deg.

Vi gir ikke ut epostadressen til noen utenforstående og dere vil bare få eposter som har sammenheng med Innherred Seniorforum.

Hvert år ved årsmøtetider sender vi en epost og SMS til alle medlemmer og ber de oppdatere sine kontaktinformasjoner. Det kan være mange endringer gjennom året i adresse, telefonnummer eller epost. Dersom du har endringer så bare følg instruksjonen du får i meldingen og så vil opplysningene bli oppdatert automatisk. Dersom det ikke er noen endring behøver du ikke gjøre noe.

### **Sende epost til oss**

Vår offisielle epostadresse er [post@innherredseniorforum.no](mailto:post@innherredseniorforum.no). Vennligst bruk denne ved en henvendelse til oss. Merk at du ikke kan sende epost til oss ved å svare på epost du har fått fra oss om arrangement e.l. da vi bruker et eget system for denne type informasjon.

Du kan også sende epost til den enkelte i styret eller utvalgslederne. De viktigste adressene er:

[leder@innherredseniorforum.no](mailto:leder@innherredseniorforum.no)

[kultur@innherredseniorforum.no](mailto:kultur@innherredseniorforum.no)

[seniortreff@innherredseniorforum.no](mailto:seniortreff@innherredseniorforum.no)

[studie@innherredseniorforum.no](mailto:studie@innherredseniorforum.no)

[trimtur@innherredseniorforum.no](mailto:trimtur@innherredseniorforum.no)

### **SeniorSmart.**

Sammen med foreningen Senior IKT Trondheim har vi fra Helsedirektoratet fått midler til å utvikle en app på mobiltelefon som holder oversikt over arrangementer i kommunene slik at de skal være lettere å finne og delta på. Appen utvikles i et samarbeid med studenter fra NTNU.

Appen er nå kommet langt i utviklingen og vi er i gang med en større utprøving i Trondheim og Innherred. For å kunne bruke den må du laste den ned og registrere deg som bruker. Det eneste du trenger å gjøre er å gå til app-butikken på din mobiltelefon. Dersom du har en Samsung eller annen Androide-telefon går du til Google Play og dersom du har en Apple Ipone går du til AppStore. Let etter SeniorSmart og last den ned på din telefon. Første gangen må du registrere deg med navn, telefonnummer og epostadresse samt et passord

som du må huske. Første gangen får du også tilsendt en lenke til din epost. Du må åpne eposten og trykke på en lenke for å bekrefte hvem du er.

Etter at du har installert SeniorSmart og registrert deg så kan du bare trykke på bilde av appen på telefonen og velge aktiviteter og så er du i gang. Dersom du får problemer så er det lurt å ta med mobilen på nettkafe og få hjelp.

Leder for nettgruppen er Roald Bergstrøm

### **3.5 STUDIE- OG AKTIVITETSUTVALGET**

Studie- og aktivitetsutvalget gjennomfører kurs og aktiviteter selv eller i samarbeid med andre parter. Kurs og aktiviteter er kunngjort på ISFos hjemmeside og direkte til alle medlemmer som har e-postadresse. Utvalget har i 2019 arbeidet med disse arrangementene:

#### **Seniorquiz**

I perioden august til mai, med unntak av desember, er det quiz siste mandag i måneden på Levanger Bo- og Aktivitetssenter, Levanger:

Quizgruppa har bestått av Gerd Leira Asphaug, Karl Eidsvik, Solbjørg Holme, Eli Skei, Jarle Langfjæran og Kjetil Vatn. Med unntak av gode utedager på tidlig sommer og høst har oppslutningen vært bra, med 25-30 deltakere. Særlig gledelig er det at andelen kvinner fortsatt har økt.

#### **Kurs**

**Bilfører 65+, i regi av Statens Vegvesen.** Kurset, med diskusjoner i gruppen, gikk i uke 10 og 11, med to grupper. Interessen var formidabel, i alt 74 påmeldte.

**Seniorskatt.** 11. april. Kortkurs i samarbeid med Skatt Midt-Norge.

Kommunestyresalen, Rådhuset i Levanger. Tema var selvangivelse og nye regler for pensjonister. I alt 35 deltakere.

**Fotobokkurs.** Det var to kurs: 28.2. – 14.3. og 5.10. – 14.10., hver med 4 dager á 3 timer.

Kursholder Johannes Sollid. Deltakerne skal være i stand til å lage egne bøker/album. I alt 24 deltakere.

**Tenniskurs,** hvor vi distribuerte invitasjon fra en tredjepart. Juni.

**Fotokurs** i regi av Levanger Fotomuseum, med vekt på berging, lagring og restaurering av gamle bilder. Det var to grupper, 1. og 3.10., i alt 11 deltakere.

**Mens vi venter på ambulansen,** 3.10. Kort førstehjelpskurs med kursholder fra ambulansetjenesten (Per Jarle Skjei). 21 deltakere.

## 4. ØKONOMI OG REGNSKAP

Den store aktiviteten foreningen har hatt i 2019 har gitt en betydelig økning i både inntekter og utgifter.

Regnskapet blir presentert både etter regnskapslovens mønster og i en note etter aktivitetsområder. Regnskapet for aktivitetsområdene viser hvor ISFO er økonomisk ansvarlig for aktivitetens tiltak. Utgifter og inntekter til reiser i regi av turoperatør er ikke inkludert i vårt regnskap, og betaling skjer direkte fra våre medlemmer til turoperatør. Styrets målsetting er at de enkelte aktivitetsområdene skal gå i balanse. Men styret er innforstått med at denne målsettingen kan variere fra år til annet, og at dette gir resultatvariasjoner for enkelte aktivitetsområder. Regnskapets hovedtall er følgende:

	2019	2018
Sum driftsinntekter	470 073	315 845
Sum driftsutgifter	426 520	377 446
Netto finansinntekter	4 491	6 739
Årsresultat (+overskudd/-underskudd)	48 044	-54 862
Egenkapital	564 933	516 890

Årets regnskap med resultatet for 2019 og status pr 31.12.2019, samt en presentasjon av resultatet for aktivitetsområdene følger sammen med årsmeldingen. ISFO har minimalt med gjeld ved årsskiftet, og balansen viser god likviditet og en solid egenkapital. Vår økonomi gir et godt grunnlag for fortsatt drift framover.

Vi viser for øvrig til styrets budsjett for 2020 som fremlegges til orientering på årsmøtet.

ISFO's regnskapsfører er Sigurd Børsting, og økonomiansvarlig Reidar Vandvik. Revisor er Terje Krogstad.

## 5. STYRETS KONKLUSJON.

Styret har fulgt handlingsplanen og er fornøyd med at medlemmenes oppslutning om de ulike arrangement er økende. Dette understreker ISFos betydning, og styret mener vi kan være tilfreds med aktiviteten i driftsåret 2019.

Vi vil gjennom handlingsplanen for 2020 fortsatt bestrebe oss på å oppfylle vår målsetting om

**«å forbedre og berike tilværelsen for seniorgruppen 55+»**

Levanger 18. februar 2019

---

Rudolf Holmvik, leder

---

Anne – Brit Skjetne

---

Reidar Vandvik

---

Anne Mille Røttereng

---

Erik Stai