

Innherred Seniorforum

Årsmelding for 2022



Datastue Innherred ble startet opp i 2022 – her fra Skogn.

Historikk

Eldrerådet i samarbeid med Helse- og sosialetaten i Levanger tok i 1995 initiativ til å etablere en Eldrehøyskole. 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 - ORGANISASJON OG STYRET

1.1 Organisasjon

Årsmøtet ble avholdt på Stiklestad Nasjonale Kultursenter 6. april 2022.

Styret for Innherred Seniorforum har i 2022 bestått av:

Leder	Randi Segtnan
Nestleder	Håvard Okkenhaug
Sekretær	Anne Mille Røttereng
Økonomiansvarlig	Reidar Vandvik
Styremedlem	Erik Stai
Varamedlem	Asbjørn Norberg
Varamedlem	Aud Segtnan

I tillegg har utvalgslederne møtt fast i styremøtene:

Seniortreff	Ellen Løvli
Kultur	Solveig Lunde Valbekmo
Trim/Tur	Olav Kvålen
Studie- og aktivitet	Kjetil Vatn
Seniornett Innherred	Roald Bergstrøm

I 2022 er det avholdt seks styremøter og behandlet 35 saker. Møtene ble holdt på Musikkens hus bortsett fra møtet i november som ble gjennomført på Fæby, Verdal. Faste saker på styremøtene har vært ord for dagen, orienteringer fra utvalgene, økonomi og medlemsutvikling. Utvalgslederne og vararepresentantene har vært innkalt til de fleste styremøtene.

Følgende målsetting er nedfelt i vedtektene:

Innherred Seniorforum (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 opplæringsbehov, samt gi tilbud der sosiale, kulturelle og helsemessige forhold blir ivaretatt.

Organisasjonen presenterer seg under mottoet:

”Livsvekst gjennom medvirkning”

Randi Segtnan ble gjenvalgt som leder for Innherred Seniorforum på årsmøtet i april 2022.

ISFo har i de senere år hatt kontor i Musikkens Hus, Levanger. Styremøter, utvalgsmøter og enkelte samlinger er gjennomført på huset. Leieavtalen avsluttes 30.6.23 og fremtidige møter legges til Rinnleiret.

ISFo har samarbeidsavtaler med Verdal og Levanger kommuner. Avtalene evalueres og fornyes hvert år. Avtalepartenes forpliktelser er blant annet at ISFo skal bidra til å informere om kommunenes tiltak overfor våre medlemmer. Kommunene bidrar med økonomiske tilskudd for å støtte opp om ISFo sine aktivitetstilbud til samme målgruppe.

Informasjonsbrosjyre ble redigert og trykket våren 2022.

Innherred Seniorforum hadde egen stand under Sofakampen på Røstad lørdag 27. august. Vi presenterte oss med bildefremvisning, kaffeservering og inviterte til en prat og fikk noen nye medlemmer.

Styret sendte nyhetsbrev til alle medlemmer høsten 2022. Brevet inneholdt status over tilbud og aktiviteter, medlemsutvikling, aldersfordeling blant medlemmene og planer for aktiviteter i ISFo.

Innherred Seniorforum var i oktober vertskap for samling for Namdal, Steinkjer og Stjørdal seniorforum. Dette er et årlig treff for å utveksle erfaringer og gi hverandre tips og ideer. En vellykket dag ble gjennomført på Valberg Slektsgård på Frosta.

1.2 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 ISFo. 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 31.12.2022 hadde vi 1199 medlemmer. Pr. 31.12 2021 var tallet 1176, altså en netto medlemstilgang på 23. Antall nye medlemmer var 60. Det betyr at 37 medlemmer har gått bort eller flyttet.

For de siste årene er de tilsvarende tallene:

År	Brutto tilgang	Netto tilgang
2022	60	23
2021	52	37
2020	53	24
2019	163	143
2018	86	65
2017	63	63
2016	81	62

Vi har ennå ikke kommet opp på en medlemstilgang tilsvarende den vi hadde før pandemien.

Fordelingen mellom kvinner og menn holder seg på ca. 60/40 %.

Om lag 94 % av medlemmene har e-postadresse. De uten e-post får høstens nyhetsbrev tilsendt som vanlig post.

Medlemmene fordeler seg slik mellom kommunene:

Kommune	Antall medlemmer	Prosent av medlemmene	Prosent av innbyggerne
Levanger	765	64	3,8
Verdal	255	21	1,7
Inderøy	92	8	1,4
Frosta	48	4	1,8
Andre	39	3	
SUM	1199	100	

Det som etter hvert ble Innherred Seniorforum i 2011, startet i 1995/97 som Eldrehøgskolen i Levanger. Dette kan være en grunn til at den relative oppslutningen fortsatt er størst i Levanger.

2. SAMARBEIDSPARTNERE

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 som egen juridisk enhet i Enhetsregisteret og Frivillighetsregisteret i Brønnøysund. Styret i SeniorSmart består av fire personer, to fra hver av eierne. Fra oss sitter initiativtakeren Roald Bergstrøm og Randi Segtnan i styret. Fortsatt utvikling, se under pkt 3.4.

Innherred Turlag – DNT Nord-Trøndelag

Vi samarbeider nært med Innherred Turlag – DNT Nord-Trøndelag i planlegging og gjennomføring av «veteranturene».

Andre foreninger og organisasjoner

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 arrangement blir vurdert å være av allmenn interesse for våre medlemmer og våre samarbeidspartnere, og at det ikke ligger kommersielle private interesser bak.

Samarbeid med andre Seniorforum

Det er seniorforeninger i Stjørdal, Steinkjer og Namdal. Vi inviterte styrene fra disse tre til et fellesmøte på Stiklestad 12.10.2017. Siden har dette blitt årlige treff, og som nevnt under pkt 1.1 var vi vertskap for årets samling på Frosta.

3. UTVALGENE

3.1 UTVALG FOR SENIORTREFF

Utvalget har hatt fire møter. Arbeid med årsplaner, forberede treff, skaffe foredragsholdere og evaluere treffene, har vært hovedsaken. Alle medlemmer deltar i arbeidet med å forberede og gjennomføre treffene.

Utvalget har bestått av: Kåre Hynne, Håvard Okkenhaug, Åshild Vang, Ingebjørg Fostad og Ellen Løvli (leder).

Treffene

Januarmøtet måtte utsettes til februar på grunn av mye smitte i samfunnet, men resten av året ble treffene gjennomført uten restriksjoner.

- 3.februar: Steinar Krogstad «Hva har pandemien gjort for folkehelsen?»
- 2.mars: Rolf Terje Krogstad: «Havsvale – verdens minste stormfugl.»
- 6.april: Tone Sofie Aglen «Norsk politikk, Trøndelag og Innherred sett fra Akersgata»
- 4.mai: Christian Wee «Falstad – historie og nåtid møtes gjennom historie om fangeleir, landssvikleir og skolehjem»
- 8.juni: Våravslutning med konsert av «Sølvrvævan»
- 7.september: Heidi Anett Øvergård «Stiklestad mot 1000-årsjubileet»
- 5.oktober: Arild Bye «Augusta Aasen, en livshistorie fra 1878 til 1920 - striden - viljen - reisen»
- 3.november: Gjertrud Holand: Årets bøker 2022
- 6.desember: Hilmar Hagen «Helseplattformen - hvordan går det med innføringa og vil den påvirke oss?»

Oppmøte i 2022 bar litt preg av at mange fremdeles gruet seg for oppmøte i større forsamlinger og ganske mye sykdom.

Totalt hadde vi et oppmøte på 607 deltakere. Gjennomsnittet ble på 67. Dette er vi ikke helt fornøyd med.

3.2 UTVALG FOR KULTUR

Kulturutvalget har i 2022 bestått av Solveig Lunde Valbekmo, leder. Karin Taarneby Jenssen, Brit Norberg og Kari Øfsti har vært medlemmer hele året. Elisabeth Boye Okkenhaug ble medlem i februar.

Utvalget har i 2022 hatt 7 møter på Musikkens Hus.

Teaterturer, konserter m.m.: To ganger planla vi teatertur i 2022. Først ble det bestilt billetter til Amadeus, men for lite påmelding gjorde at det ikke ble noen tur. Til Markens grøde fikk vi for få billetter.

Kulturutvalget er behjelpelig med å informere medlemmer om kulturtilbud og arrangementer fra andre arrangører. I 2022 fikk vi forespørsel fra Levanger Kammerkor og la den ut på nett.

Turer utenlands og innenlands: Vi arrangerte en vellykket tur til Helgeland med avreise 1. juni. Turen var fullbooka. Mange deltakere meldte at det var en trivelig og innholdsrik tur.

Dagsturer i nærområdet: Det ble planlagt tur til Hegra festning, den ble avlyst p.g.a. lite påmelding.

Seniorkino: Vi starta opp igjen 16. mars. Det har vært stor interesse for mange av årets filmer. Vi fikk til en avtale mellom Verdal kino og Seniorforum om kaffeservering før filmene. Medlemmer og andre har satt pris på tilbudet. I høst, da filmen Krigsseileren ble vist, ble det servert 70 kopper kaffe.

StyreWeb: Alle referat fra høsten 2020 og fram til i dag ble lagt i StyreWeb.

Året 2022 var et trivelig år i Kulturutvalget. Vi har planlagt og delvis gjennomført aktiviteter uten at restriksjoner har begrenset oss hele tida.

3.3 UTVALG FOR TRIM/TUROPPLGG

Innherred Turlag Veteranen er et samarbeid mellom Nord-Trøndelag Turistforening og Innherred Seniorforum. Arbeidsgruppen har bestått av turlederne for Veteranen: Kjellrun Skjerve, Jan Heggdal, Ola Alstad, Mathea Alstad, Bodil Karin Sandvik, Nils Undersåker, Bjørg Rindal, Anna Lutdal, Kari Kristiansen, Svein Aurstad, Edvin Lervik, Ole Herstad og Olav Kvålen.

Det har vært få møter grunnet corona, men vi har hatt et møte der planene for neste år ble lagt, dessuten har vi hatt et førstehjelpskurs for turlederene. Alle turene ble avviklet med et snitt på 34,75 sier vi oss fornøyd med i år. Vi hadde en overnattingstur til Bjørneggen med 20 deltakere som er noe vi ikke har prøvd før. Etter den siste turen på Blommen, hadde vi en avslutning i klubbhuset til Stiklestad IL. Der ble det vist bilder fra året sesong og servert bløtkake.



Storkluken Meråker

Turene ble annonsert på vanlig måte gjennom Nord-Trøndelag Turistforening og ved annonse i Trønder-Avisa. For hver tur sendes det en e-post gjennom Innherred Seniorforum.

3.4 SENIORNETT INNHERRED (NETTKLUBBEN)

ISFo er tilstede på flere digitale kanaler

Nettsiden er vår hovedinformasjonskanal. På nettsiden finner du oppdatert informasjon om aktiviteter framover samt også historisk arkiv om tidligere aktiviteter. Siden finner du her:

www.isfo.no

For de som har Facebook har vi også en egen Facebook-side:

<https://www.facebook.com/innherredseniorforum>

På Youtube har vi en egen kanal for seniorer. Her finner du noen av våre foredrag fra Seniorforum samt filmer, teater, musikal og annet som dere kan se på:

<https://www.youtube.com/channel/UCd1h9SgJ1-4gKKt8P5jQRag>

Seniornett Innherred

ISFo er Seniornett Norges samarbeidspartner på Innherred. Seniornett har mange fine tips og triks om data på sine nettsider og de har også en god støttetelefon som du kan ringe for å få hjelp. Vi ser gjerne at så mange som mulig fra ISFo også blir medlemmer av Seniornett Norge. Medlemskapet koster 370 kr pr år og for det får du tilgang til alle ressurser Seniornett har inklusive et ukentlig medlemsbrev på epost samt et Seniornett-magasin med nyttige tips 4 ganger pr år. For å melde deg inn går du til denne nettsiden: <https://www.seniornett.no/> Husk at når du melder deg inn så pass på å velge at du vil bli med i Seniornett Innherred. Da blir også mesteparten du betaler inn som medlemskontingent tilbakeført til ISFo.

SeniorSmart

SeniorSmart er vår egen app som vi har jobbet med i flere år med støtte fra Helsedirektoratet. Appen er nå ferdig og er sikret varig drift og utvikling gjennom et selskap som heter Nyby.

Årsmelding ISFo 2022

Verdal kommune har kjøpt inn appen og skal bruke den for all frivillighet ved at den kobler sammen de som trenger hjelp med noen som kan bidra med hjelp. Over 50 andre kommuner skal også bruke løsningen.

Vi ønsker etter hvert å ta den i bruk i ISFo. Da vil du finne alle våre arrangement i appen i tillegg til at du selv kan legge inn forespørsler om du trenger hjelp til noe, ønsker å gå på tur eller drikke kaffe med noen andre. Nærmere informasjon vil komme etter hvert som vi introduserer appen.

Nettgruppen

Nettgruppen består av følgende:

Roald Bergstrøm, leder

Elisabeth Boye Okkenhaug, leder Datastuer Innherred

Gunnar Sørslett

Svein Gunnar Raaen

Elisabeth Ulekleiv

Anne Mille Røttereng

Datastuer Innherred 2022

Oppstart og målgruppe.

Målgruppe er for datastuer er aldersgruppen 65+. Tanken er at seniorer skal hjelpe seniorer, og veiledere er frivillige brukere som tilhører samme aldersgruppe. Datastue er et grunnkurs i data på nivå 1 etter Kompetanse Norge sine kriterier. Det er et samarbeid med Senior Nett Norge, pensjonistlag og Helsedirektoratet.

Roald Bergstrøm informerte om Datastuer på Innherred Seniorforums (ISFo) møte den 6. april på Stiklestad. Flere av seniorenene på møtet var interessert i å være veiledere. Elisabeth Boye Okkenhaug sa seg villig til å være kontaktperson for ordningen.

Styret Datastuer Innherred

Den 31. mai 2022 var det et møte på Musikkens Hus på Levanger hvor flere pensjonistlag var med. Denne dagen ble det skrevet under kontrakt mellom Innherred seniorforum og Skogn pensjonistlag (SPL) og samarbeidsprosjektet «Datastuer Innherred» ble etablert. Datastuer Innherred har Innherred Seniorforums organisasjonsnummer med egen konto. Styret består av leder Randi Segtnan, ISFo, og medlemmer Jon Gjemble og John Skjesol (begge SPL) og Elisabeth Boye Okkenhaug (ISFo). Roald Bergstrøm har tiltrådt styremøtet og vært en ressursperson i arbeidet.

Veiledere

Det var et informasjonsmøte for veiledere den 12. mai, på Musikkens Hus. I alt 22 veiledere hadde meldt seg. Etter hvert stod vi igjen med 18 veiledere. Den 30. august var det opplæring for veiledere ved Morten Bolstad fra Seniornett. 27. september var det samling for alle veiledere med utveksling av informasjon. Veiledere ble inndelt i fire grupper: Kurssted Skogn, kursleder Jon Gjemble, kurssted Levanger sentrum, kursleder Jon K Vongraven,

kurssted Verdal, Karl Arne Melbye og kurssted Inderøy, kursleder Elisabeth Boye Okkenhaug. Verdal og Inderøy har i etterkant supplert sine veiledergrupper.



Datastue Verdal

Kursopplegg

Hver datastue er på 12 timer a 4 dager inkludert kaffepause. Hver deltaker betaler 200 kr. ved kursstart og ved oppmøte på to ganger eller flere overføres etterskuddsvis 500 kr fra Seniornett. Ordningen går i økonomisk balanse.

Gjennomføring av kurs i 2022

Skogn startet 10. oktober på Skogn Helsetun med i alt tre kurs i 2022 og 26 deltakere fullførte med diplom, Levanger sentrum startet 25. oktober med i alt 2 kurs og 16 deltakere som fikk diplom. Verdal og Inderøy ventet med oppstart til 2023. Deltakere gir uttrykk for nytte og glede av kursene.

Pressedekning

Ved oppstart og senere har det vært informasjon og oppslag i lokalaviser om ordningen.

Planer og opplegg for 2023

Vi er godt i gang med kurs på alle fire kurssteder. I tillegg planlegges det ny samling for veiledere for å styrke det faglige innholdet og å opprettholde motivasjon.

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. Tidlig i året kunne vi komme i gang igjen etter pandemien. Utvalget har i 2022 hatt disse arrangementene:

Seniorquiz

Dette har blitt holdt i Levanger Bo- og Aktivitetssenter sine lokaler. Spørsmål og forklaring på svar vises på veggen. Dette gjør at selv helt unyttige fakta kan bli underholdende. Arrangementene har hatt bra oppslutning, noen ganger med over 30 deltakere. Det er gledelig at andelen kvinner fortsatt har økt.

Quizgruppa har bestått av Gerd Leira, Karl Eidsvik (fram til sommeren), Eli Skei, Jarle Langfjæran og Kjetil Vatn. Fra høsten av kom Terje Krogstad og Annfrid Davidsen med for å lage spørsmål. Da Karl Eidsvik gikk ut av gruppa hadde han laget omtrent 1500 spørsmål!

Kurs

Det ble ikke holdt kurs i første halvår. Tidligere har vi hatt kurs med Skatteetaten og Vegvesenet (Bilfører 65+) på denne årstida, men disse har for tiden ingen slik aktivitet.

Siste høst hadde vi følgende kurs:

- Bevaring av gamle bilder v/ Hogne Heir
- Fotobok v/ Kjetil Vatn
- Juss for seniorer v/Nils Håkon Risberg. Over 40 deltakere.



Seniorquiz på Levanger Bo- og Aktivitetssenter

4. ØKONOMI OG REGNSKAP

Foreningens aktivitet har i 2022 økt nå når samfunnet ble gjenåpnet etter koronapandemien. Dette har gitt et positivt utslag på inntektene i årets regnskap. Men vi får fortsatt ikke balanse i regnskapet. Dette skyldes flere forhold, bl.a tidligere avtale om leie av faste møtelokaler, vertskapsutgifter med et fellesarrangement for styrene i seniorforum i Nord-Trøndelag, samt underskudd ved våre seniortreff. Styret har satt fokus på tiltak for å oppnå balanse i driften.

Regnskapet blir presentert både etter regnskapslovens mønster og i en note etter aktivitetsområder. Regnskapet for aktivitetsområdene i Note 1 viser fordeling av inntekter og utgifter på arrangement hvor ISFo er økonomisk ansvarlig for aktivitetens tiltak. 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. I 2022 ga resultatet et underskudd på kr. 37.599.

Regnskapets hovedtall er følgende:

INTEKTER	2022		2021	
Sum inntekter	231 509	100 %	142 415	100 %
Sum kostnader	<u>272 511</u>	118 %	<u>196 800</u>	138 %
Driftsresultat	-41 002	-18 %	-54 384	-38 %
Netto finansinntekter	<u>3 403</u>	1 %	<u>4 230</u>	3 %
Årsresultat	<u>-37 599</u>	-16 %	<u>-50 155</u>	-35 %
 Sum Eiendeler	 <u>496 374</u>	 100 %	 <u>539 325</u>	 100 %
 Sum egenkapital	 486 416	 98 %	 524 015	 97 %
Gjeld	<u>9 958</u>	2 %	<u>15 310</u>	3 %
Sum egenkapital og gjeld	<u>496 374</u>	100 %	<u>539 325</u>	100 %

Årets regnskap med resultatet for 2022 og status pr 31.12.2022, 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.

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

5. STYRETS KONKLUSJON.

Aktivitetene i 2022 ble i starten noe redusert fordi vi måtte ta hensyn til covid-restriksjoner. Etter hvert ble det «normale» tider, men det viste seg at det tok litt tid før medlemmene igjen ble aktive.

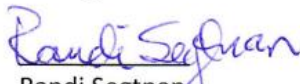
Innherred Seniorforum har drevet med underskudd i 2022. Det arbeides med å redusere kostnader, blant annet ved å se etter andre kontorlokaler.

Utover året var det godt å se at vi kunne ta opp igjen de aktivitetene vi hadde før pandemien. Quiz, kino, seniortreff, trim, reise og ulike kurs engasjerte igjen medlemmene våre. Vi oppfordret dere til å gjøre noe Hodebra – og det har dere gjort gjennom å være med på aktivitetene.

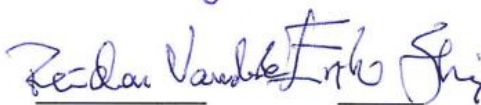
Innherred Seniorforum skolerte våren 2022 over 20 dataveiledere til Datastuer Innherred. I samarbeid med pensjonistlagene inviterte vi deretter til kurs i bruk av eget datautstyr. Ved utgangen av 2022 hadde 42 deltakere fullført kurset på Skogn og Levanger. På Inderøy og Verdal startet kursene på nyåret 2023 samtidig med at nye kurs kom i gang på Skogn og i Levanger. Det er tydelig et stort behov for hjelp til å bli mer digital. Det blir interessant å se hvor mange vi klarer å hjelpe med dette tilbudet. Gode veiledere står på og beviser at eldre er gode veiledere for eldre.

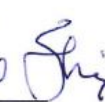
Det legges ned utrolig mange dugnadstimer for å legge til rette aktiviteter for medlemmene i Innherred Seniorforum. En stor takk til alle som bidrar – og samtidig oppfordrer vi flere til å si ja til å bli med.

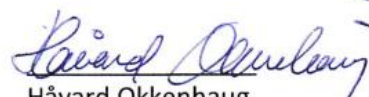
Levanger 7. mars 2023


Randi Segtnan


Anne Mille Røttereng


Reidar Vandvik


Erik Stai


Håvard Okkenhaug