



Januari 2026

Verksamhetsberättelse, för år 2025 Vänner i Väsby, org.nr 802502-0747,

Vänner i Väsby: Vänner i Väsby är en ideell förening vars mål och syfte är att minska ensamhet hos seniorer i kommunen. Verksamheten har funnits i snart 25 år och baseras helt på volontärskap. Det finns ingen anställd utan alla arbetar ideellt. Totalt var det vid årsskiftet 2025/2026 ca 88 volontärer. Dessa är fördelade på 33 personer som arbetar inom Väntjänsten. Där går en volontär hem till en person, som önskar få stöd från oss till att kunna gå promenader, läsa högt, sitta och fika och prata eller vad som önskas av vederbörande. Detta innebär att vi sammanlagt besöker personer drygt 1500 timmar under året. Cirka 55 volontärer är aktiva i vår träffpunkt, Rubinen, där vi serverar kaffe/te och smörgåsar till självkostnadspris. Rubinen är öppen vardagar klockan 10.00-13.00, dock stängt fredagar under juni, juli, augusti och december så att även volontärerna kan få sommar- och julleddigt. Detta innebär att vi har öppet ca 270 dagar om året. Nytt under året är att vi även tagit över en aktivitet för män, Gubbröran. Det började med fyra män i januari för att mot slutet av året vara runt 39 män som deltar.

Varje fredag har vi aktiviteter såsom musik, föredrag, samhällsinformation m.m. Under 2025 var det antecknat 8950 antal besök i Rubinen där de flesta äter en smörgås vilket gör ca 7800 smörgåsar görs under året. Antalet besökare har ökat med drygt 600 besök än 2024. Vi har också sett att det under året har varit en ökning av män som kommer dagligen. Från att tidigare år varit några enstaka män varje dag har det vuxit till att bli 10-15 män dagligen. Varje onsdag har vi också sittgymnastik i en timme som leds av två volontärer. En volontär har också sittgymnastik en gång i veckan vid trygghetsboendet i Odenslunda. Varannan tisdag har vi stickcafé i två timmar som en volontär ansvarar för. Under hösten inledde vi ett samarbete med Väsbyhem så att vi har två volontärer som bidrar med aktiviteter en gång per månad i Odenslunda trygghetsboende. Vi har ibland utbildning för volontärerna och vi deltar på möten och mindre mässor för att marknadsföra verksamheten. Vi säljer också skänkta böcker för 5 kr styck vilket också ger oss en liten inkomst. Medarbetarmöten har skett vid ca 3-4 tillfällen per termin.

Under året har vi fått flera nya volontärer främst genom egna kontakter. Vi har deltagit vid olika evenemang samt i samarbete med PRO och SPF.

Styrelsen har under året haft 9 styrelsemöten samt en planeringsdag. Årsmöte ägde rum den 10 mars. Till ordförande för mötet valdes Maria Fälth. Styrelsen har under året bestått av

Lena Kanström, ordförande, Siv Rosenqvist, sekreterare, Marianne Zachrisson, kassör, Kerstin Wikfeldt, Väntjänsten, Ann-Marie Widlund, stickcafé och sittgymnastik, Margit Lihuvud ledamot samt Ann-Charlotte Tjernberg anhängkonsulent. Till revisorer valdes Björn Lundin och Maria Fälth. En stor förlust i februari var Berith Råsbergs bortgång. Hon har under ett antal år gjort ett fantastiskt arbete inom Väntjänsten och saknaden är stor efter henne.

Genom att söka bidrag från olika verksamheter har vi också kunnat erbjuda större aktiviteter såsom luncher och utflykter för de vi går hem till inom Väntjänsten och de som besöker vår träffpunkt. Vi fick för 2025, 68 000 kr från Socialstyrelsen, 20 000 kr från Väsbyhem. Aktiviteter för våra volontärer finansieras av våra egna inkomster som vi får vid försäljning av smörgåsar och böcker i vår träffpunkt. Aktiviteterna beskrivs närmare nedan.

För att underlätta inköp och hålla kostnaderna nere görs regelbundet storköp hos Martin&Servera. Tack vare att vi fick en större frys 2023 kan vi också köpa storförpackningar av vissa varor som underlättar för volontärerna. De dagliga inköpen, såsom grönsaker och bröd, görs av de som jobbar den dagen.

I mars månad valde föreningen Gemenskap i Väsby (GiV) att lägga ner sin verksamhet. Genom ett avtal mellan GiV och Vänner i Väsby (ViV) övertog ViV den största delen av GiVs verksamhet liksom de medel som fanns kvar på GiVs konto. Verksamhet som övertogs var Boken kommer, där böcker körs ut en gång i veckan från biblioteket till de personer som beställt dessa, Gubbröran en gemenskap för män att träffas, äta mat eller göra aktiviteter tillsammans. Kompisbordet i Himmel och Pannkaka, där volontärer erbjuder sällskap vid måltider avslutades efter vårterminen men vi genomförde de Grillkvällar som var inbokade under våren. Aktivitetskatalogen togs över redan hösten 2024 inför katalogen våren 2025.

Måltider

Påsklunch:

En gång ingen gång, två gånger en tradition. Så kan vi säga om silllunchen den 11 april veckan före påsk som genomfördes för tredje gången. 50 personer serverades bl.a. sill, gravlax, ost samt kaffe och kaka. Allt detta för ett lågt pris tack vare bidrag från Väsbyhem och Socialstyrelsen. Vi serverade detta mellan 11.00 och 12.30. Vi hade lagt ut en inbjudan med anmälningslista då vi endast kan ta drygt 40 personer samtidigt i lokalen. Dessutom kom ca 20 personer som valde att äta smörgås och dricka kaffe. Så totalt 60-65 personer kom denna dag. Alla silltallrikar gjordes i ordning och serverades av ett antal volontärer som arbetade extra denna dag.

Under våren genomfördes också de två grillmiddagarna på Himmel och pannkaka som GiV hade planerat innan Vänner i Väsby tog över verksamheten. Det kom ca 80 personer till vardera. Förutom att mat serverades var det också underhållning, lotteri och tankenötter att knäcka.

Den 25 november genomfördes en julmiddag på Himmel och Pannkaka för de vi besöker inom Väntjänsten och våra besökare i Rubinen samt Gubbröran. Till denna lunch hade 70

personer anmält sig samt ett antal extra volontärer som fanns på plats för de som behövde hjälp. Av dessa var 28 män.

Vi serverades en tallrik med sill, lax, skinka mm som var kall och därefter fanns en buffé med varma rätter att hämta. Volontärerna hjälpte till att servera den varma maten så att alla fick det de önskade. Ett lotteri genomfördes där vinsterna var inslagna som julklappar. Detta gav också en utökad känsla av att julen var i antågande. Arrangemanget var mycket uppskattat och främst av dem som är ensamma och inte kan laga så mycket mat själva. Allt genomfördes till ett lågt pris tack vare bidrag från Väsbyhem och Socialstyrelsen.

Frivilligdagen den 5 december bjöd kommunen och Vänner i Väsby samtliga volontärer på en middag på Lilla Blå Scandic hotell som ett tack för alla insatser under året. Det var 55 personer som hörsammat inbjudan och kom.

Utflykter

I maj genomfördes en heldagsresa till Nynäshamn, där en lunch intogs. Med på resan var 33 personer. Sju personer kom från Väsentjänsten och hade sina volontärer med, 16 personer kom från Rubinen och med i respektive buss fanns ansvariga volontärer. Drygt 1/3 av deltagarna är boende i Väsbyhems bostäder.

För att alla som sitter i rullstol skulle kunna följa med hade vi beställt en buss för 30 personer samt två handikapp-bussar som kunde ta fem personer var fördelat på två permobiler/rullstolar och tre med svårigheter att gå. Resan gick via Tumba, Sorunda och Ösmo till Nynäshamn och via Stockholm på hemresan. Under resan berättade en volontär i varje buss lite om de orter vi passerade, vilket uppskattades mycket. Ett stopp gjordes innan Sorunda på vägen dit där vi kunde servera kaffe med hembakat bröd i bussen som också blev ett roligt inslag. Ett stopp i hamnen var också uppskattat då flera gick och handlade fisk och frukt/grönsaker. Denna resa genomfördes till ett lågt pris tack vare bidrag från Väsbyhem och Socialstyrelsen.

I juni genomfördes en skärgårdstur inklusive lunch för våra volontärer. Här deltog 33 volontärer. Detta anordnades som tack för allt arbete de gör under året.

I september genomfördes en heldagsresa till Älmsta, Norrtälje, där vi serverades en god lunch. Med på resan var 38 personer. Sex personer kom från Väsentjänsten och hade sina volontärer med, 24 personer kom från Rubinen och Gubbröran. Med i respektive buss fanns ansvariga volontärer. Även denna gång var ca 1/3 av deltagarna boende från Väsbyhems bostäder. För att alla som sitter i permobiler/rullstol skulle kunna följa med hade vi beställt en buss för 30 personer samt två handikapp-bussar som kunde ta fem personer vardera. Resan gick via Åkersberga och Södra kustvägen där vi intog förmiddagskaffe vid Wira bruk. Hemresan gick via Norrtälje och gamla Norrtäljevägen via Brottbys och Vallentuna. Under resan berättade en volontär i varje buss lite om de orter vi passerade. Denna resa genomfördes till ett lågt pris tack vare bidrag från Väsbyhem och Socialstyrelsen.

Alla resorna för våra besökare/de vi besöker har uppskattats mycket. Några exempel på kommentarer är: "Så trevligt det är att ni berättar om platserna vi passerar". "Så trevligt matställe som hade devisen gästerna ska vänta på maten och inte tvärt om. Så god och nylagad maten var och vackert upplagd och en god kaka till kaffet.". "Vad roligt det vara att se det nya som byggts i Norrtälje".

Aktiviteter

Gottfrid (en mindre lokal vi även nyttjar) har under året använts till bland annat sammanträden, Mindfulness, Hjärnvägen, som är ett projekt inom kommunen där volontärer från Vänner i Väsby deltar som coacher. Lokalen kan också användas till mindre sammankomster för ca 14-16 personer.

Vår hemsida uppdateras regelbundet. Hemsidan är mycket mer informativ om verksamheten och med en kalender där vi kan lägga upp kommande aktiviteter för en längre tid. Vidare finns sidor som enbart gäller för medarbetarna och styrelsen där vi lägger upp protokoll och inbjudningar till möten och minnesanteckningar m.m. Detta så att alla volontärer när som helst kan gå in och läsa vad som gäller.

Sittgymnastik. Sedan 3,5 år genomförs varje onsdag, med undantag för juli och augusti, sittgymnastik i Rubinen samt på torsdagar i trygghetsboendet i Odenslunda. Vid start kom fyra personer. Nu, efter 3,5 år, är det mellan 15-20 personer som kommer varje gång. Till detta behövs viss utrustning såsom hantlar, gummiband och bollar. Denna utrustning är rätt dyr varför vi vid inköp av utrustning även är tacksamma för de bidrag vi fått från Väsbyhem, Socialstyrelsen och kommunen. Målsättningen är att alla ska kunna gå på gymnastiken även de som har svårt med balansen eller är rullstolsburna. Kommentarer från de deltagarna är "Å vad glad jag är åt denna sittgymnastik som även jag kan gå på som är rullstolsburen". "Tack, så härlig genomgång av kroppen".

Stickcafé. Sedan flera år tillbaka har vi ett stickcafé varannan tisdag mellan kl. 13-15. Antalet som brukar komma är mellan 8-12 personer vid varje tillfälle. Caféets målsättning är att ge människor gemenskap under trevliga och skapande former.

Fredagsaktiviteter. Varje fredag som Rubinen håller öppet har vi någon form av aktivitet. Under året har det varit minst en gång per månad med musik, för övrigt har det varit ett antal föredrag med temat samhällsinformation, om ålderism, livsberättelser, lokalhistoria och om kyrkovalet.

Aktiviteter i Trygghetsboendet i Odenslunda. Vårt samarbete med Väsbyhem utökades under året med att två volontärer ordnar aktivitet en gång i månaden på boendet.

Gubbröran, är en grupp för herrar över 65 år som startades under våren och vars syfte är att ses och umgås. Ett antal evenemang anordnades under året så som utflykter, kulturaktiviteter och matevent. Även boule och bowling blev ett omtyckt inslag i aktiviteterna under sommaren och hösten. Ett 40-tal män deltar i de olika aktiviteterna.

Boken kommer tog vi över från Gemenskap i Väsby. Det är en tjänst till de som bor i Upplands Väsby där de kan få hemleverans tack vare bibliotekets samarbete med oss. Tjänsten är gratis och riktar sig till pensionärer och andra som inte själva kan komma till biblioteket. Här är det sex volontärer som kör hem böcker från biblioteket. Totalt har det varit 60 antal leveranser under årets alla veckor med några få undantag.

Aktivitetskatalog för seniorer. Från och med katalogen inför våren 2025, dvs arbetet påbörjades 2024, har Vänner i Väsby tagit över framställningen av katalogen från Gemenskap i Väsby. Arbetet med höstens katalog 2025 påbörjades i juli för vårens 2026 påbörjades i november 2025. Höstkatalogen var klar för att sändas till tryckeri i början på september och vårens 2026 i början på januari.

Seniormässan ägde rum vecka 9. Vi deltog med två informationsbord, ett om verksamheten i stort och ett om stickcaféet. Vidare hade vi också en tävling som skulle locka besökare till oss. Ett stort antal seniorer besökte mässan och vi fick möjlighet att informera om verksamheten.

Den 22 maj och 18 september deltog vi när kommunen hade ett öppet medborgarmöte i Sigma respektive Smedby under tre timmar på eftermiddagen. Vi visade vid dessa tillfällen upp vår verksamhet för boende i området.

Senior i centrum ägde rum den 18 november. Vi deltog med utställning dels i utställningslokalen och dels i ett av våra rum. En tipspromenad genomfördes som innebar 12 frågor vid ett antal butiker. Vänner i Väsby skänkte tio presentkort på kaffe och smörgåsar för två personer som vinner. Vi hade ett antal besök i Gottfrid så vi kunde berätta om verksamheten.

Samarbete med Väsbyskolan där Vänner i Väsby blev tillfrågade om vi ville vara med på ett försök där elever från klass 3 kommer och högläser för de som önskar delta av vår besökare och volontärer. Detta var planerat till 15 december men blev inställt på grund av sjukdom men vi hoppas vi kan genomföra det under 2026.

Vid olika tillfällen där vi berättar om verksamheten bär vi våra rosa fina T-shirts med vår logga och namn på så vi ska synas väl.

Våra kvarter är en tidning som Väsbyhem delar ut till alla hyreslägenheter som är drygt 4900 stycken. En artikel har under hösten beskrivit Vänner i Väsby verksamheter såsom Väntjänsten, Boken kommer och Gubbröran.

Upplands Väsby den januari 2026

Lena Kanström

Margit Lihuvud

Siv Rosenqvist

Ann-Marie Widlund

Kerstin Wikfeldt

Marianne Zachrisson

Ann-Charlotte Tjernberg