



Roskilde Ældre Motion

Roskilde Festival 2020

***God musik, sjove opgaver og oplevelser
samt socialt samvær
i perioden fra 27.6. – 6.7.2020***

Send en e-mail til:

raem.festival@gmail.com

**RÆMs Festivalkoordinator
Hanne Bay Christensen**



Roskilde Ældre Motion

***Velkommen til ordinær
generalforsamling
6. marts 2020***



Roskilde Ældre Motion – generalforsamling 6.3.20

Dagsorden:

- 1. Velkomst og valg af dirigent***
- 2. Valg af referent og stemmetællere***
- 3. Bestyrelsens beretning***



Roskilde Ældre Motion – generalforsamling 6.3.20

RÆMs positive udvikling er begrundet i:

- Frivillige engagerede ledere, instruktører og assistenter på alle poster***
- Decentral ledelse, der giver ejerskab og ansvar***
- Stærkt samarbejde med Roskilde Kommune***
- De bedste rekvisitter og maskiner***
- Socialt samvær har høj prioritet***



Roskilde Ældre Motion – generalforsamling 6.3.20

Aktiviteter:

***Badminton, bedstevolley, bordtennis, billard,
bowling, bowls, cirkelspin, cykling, floorball,
gymnastik, kegler, krocket, krolf, line dance,
orientering, petanque, pickleball, pilates,
riffelskydning, selvforsvar, seniorqigong, spinning,
stavgang, stolemotion, styrketræning, swing om,
svømning, tennis, traveture og yoga.***



Roskilde Ældre Motion – generalforsamling 6.3.20

Diverse tal:

- 2.889 medlemmer***

- 40 % mænd – gennemsnitsalder 74 år***
- 60 % kvinder – gennemsnitsalder 73 år***

- 30 aktiviteter, 189 hold og 198 i hele ledergruppen***

- Hvert medlem går til 2,5 aktivitet***
 - 5.000 ældre ude hver uge om vinteren***
 - 2.100 ude hver uge om sommeren***

- Vores yngste er 60 år og den ældste 100 år***



Roskilde Ældre Motion – generalforsamling 6.3.20

Netværk, samarbejdspartnere, projekter, udfordringer:

- PR, presse og information**
- Nye aktivitetscentre – plads til ca. 700 nye hvert år**
- Gentlemanaftale / samarbejde med kommunen**
- La Santa medlemstur**
- Uddannelse og ny inspiration**
- Kildegården som aktivitetscenter**
- DGI, Cafe SMIL, Frivilligcenter Roskilde**
- Københavns Universitet, Professionshøjskolen ABSALON, Roskilde Højskoleforening**
- Røgfrit Roskilde, Ensomme ældre**
- Udvikling af aktiviteter i boligområder**
- Demensvenlig forening**
- Fitness Danmark – Bevæg dig for livet**
- RÆMs forårslotteri**



Roskilde Ældre Motion – generalforsamling 6.3.20

Dagsorden:

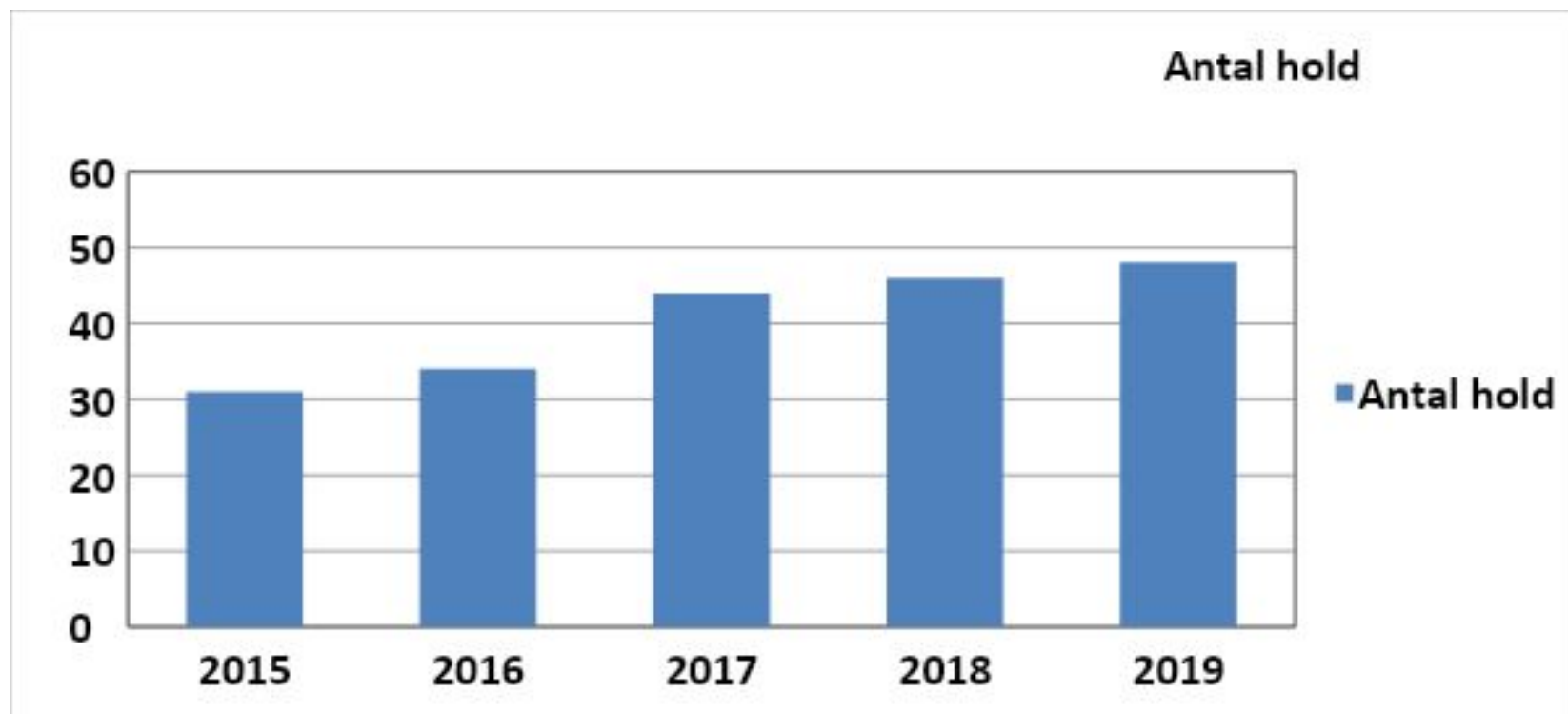
4.

***Forelæggelse og godkendelse af det
reviderede regnskab 2019 (se
midtersiden)***



Roskilde Ældre Motion – generalforsamling 6.3.20

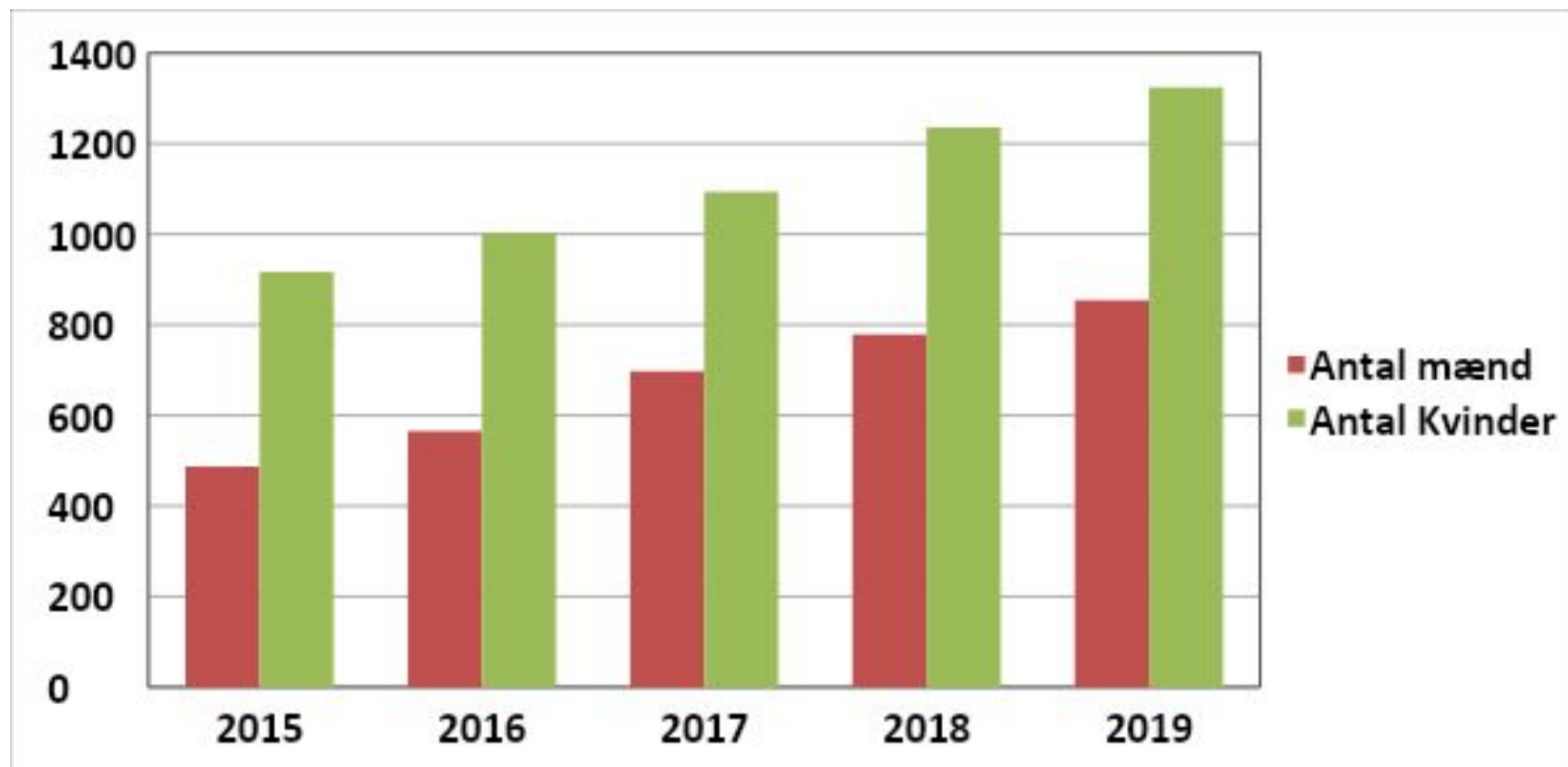
Udvikling i antal hold - Sommeraktiviteter 2015 til 2019





Roskilde Ældre Motion – generalforsamling 6.3.20

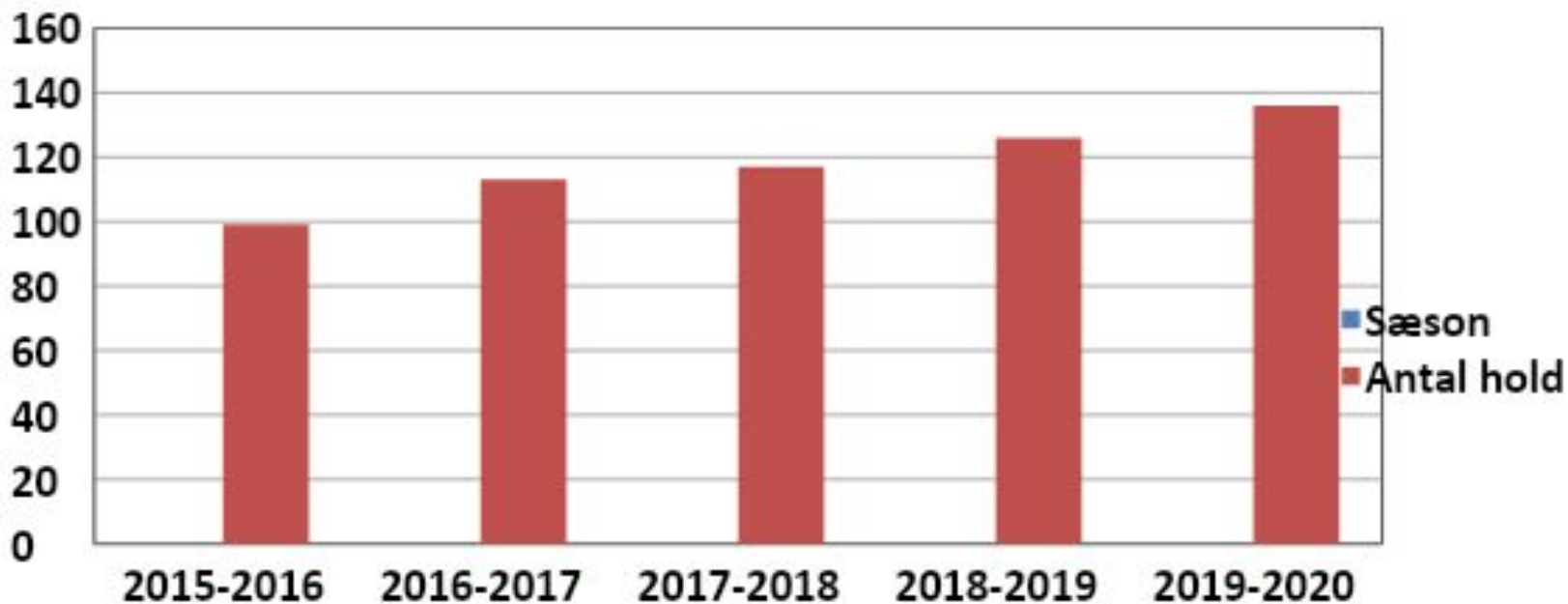
Udvikling i antal mænd/kvinder





Roskilde Ældre Motion – generalforsamling 6.3.20

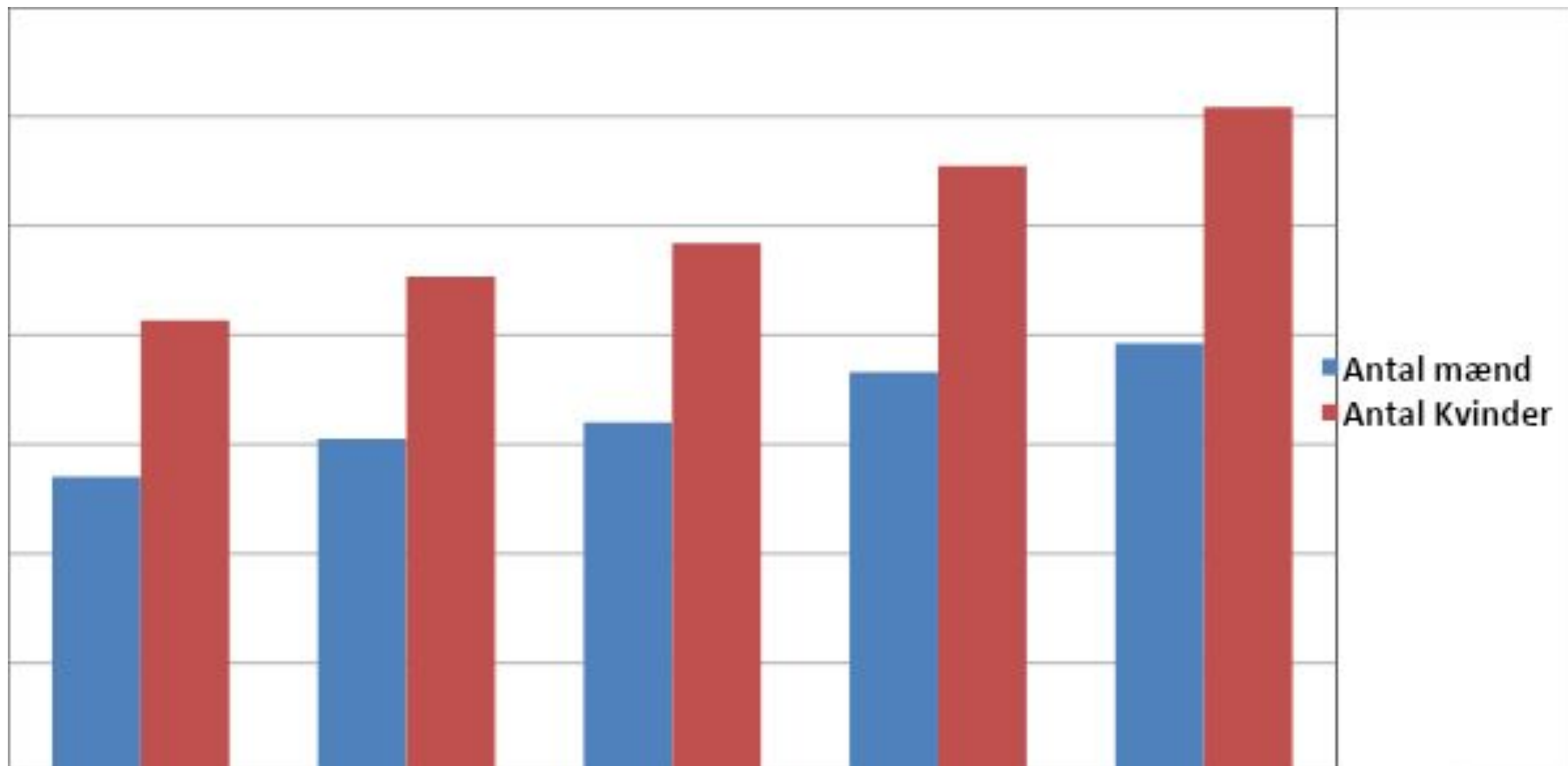
Udvikling i antal hold - Vinteraktiviteter 2015 til 2019





Roskilde Ældre Motion – generalforsamling 6.3.20

Udvikling i antal mænd/kvinder Vinteraktiviteter 2015 til 2019



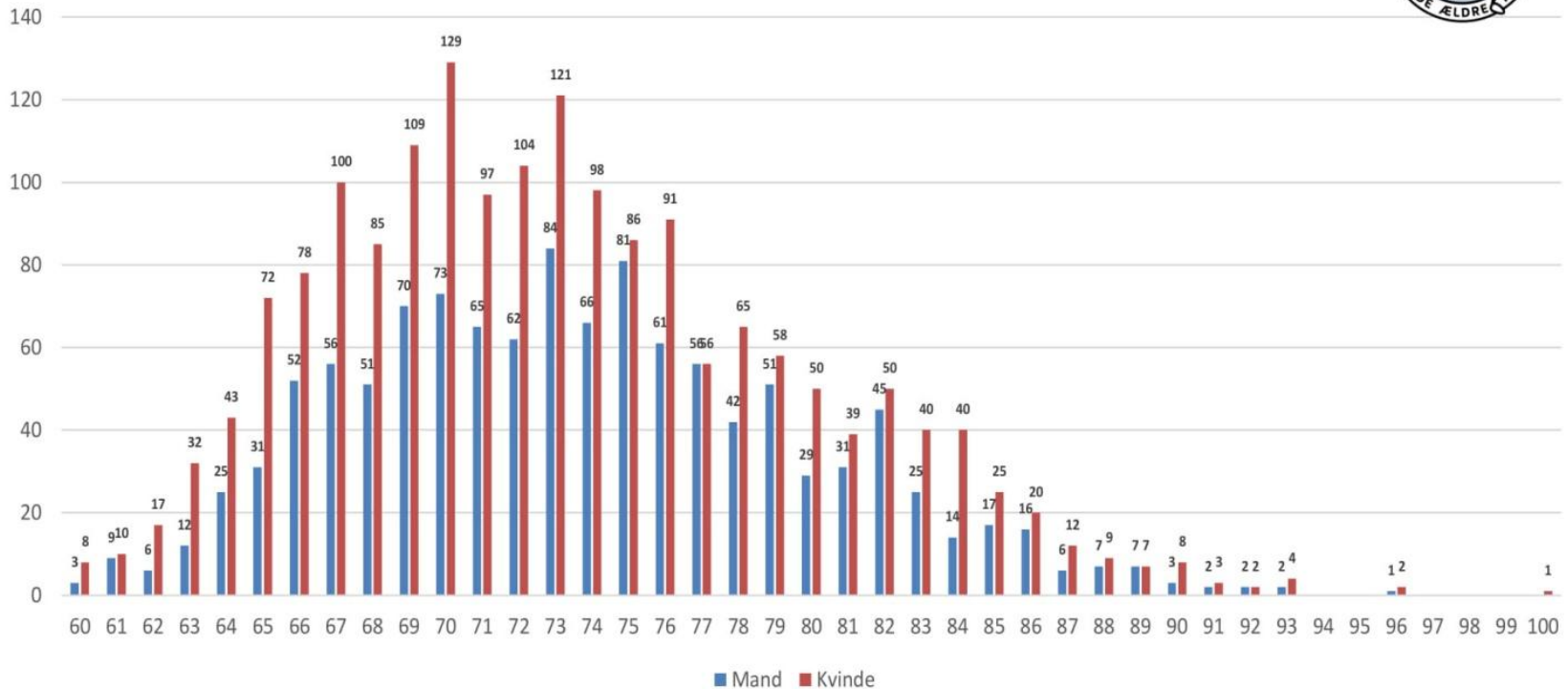


Roskilde Ældre Motion – generalforsamling 6.3.20

RÆM Alders statistik fra 60 - 100+ år

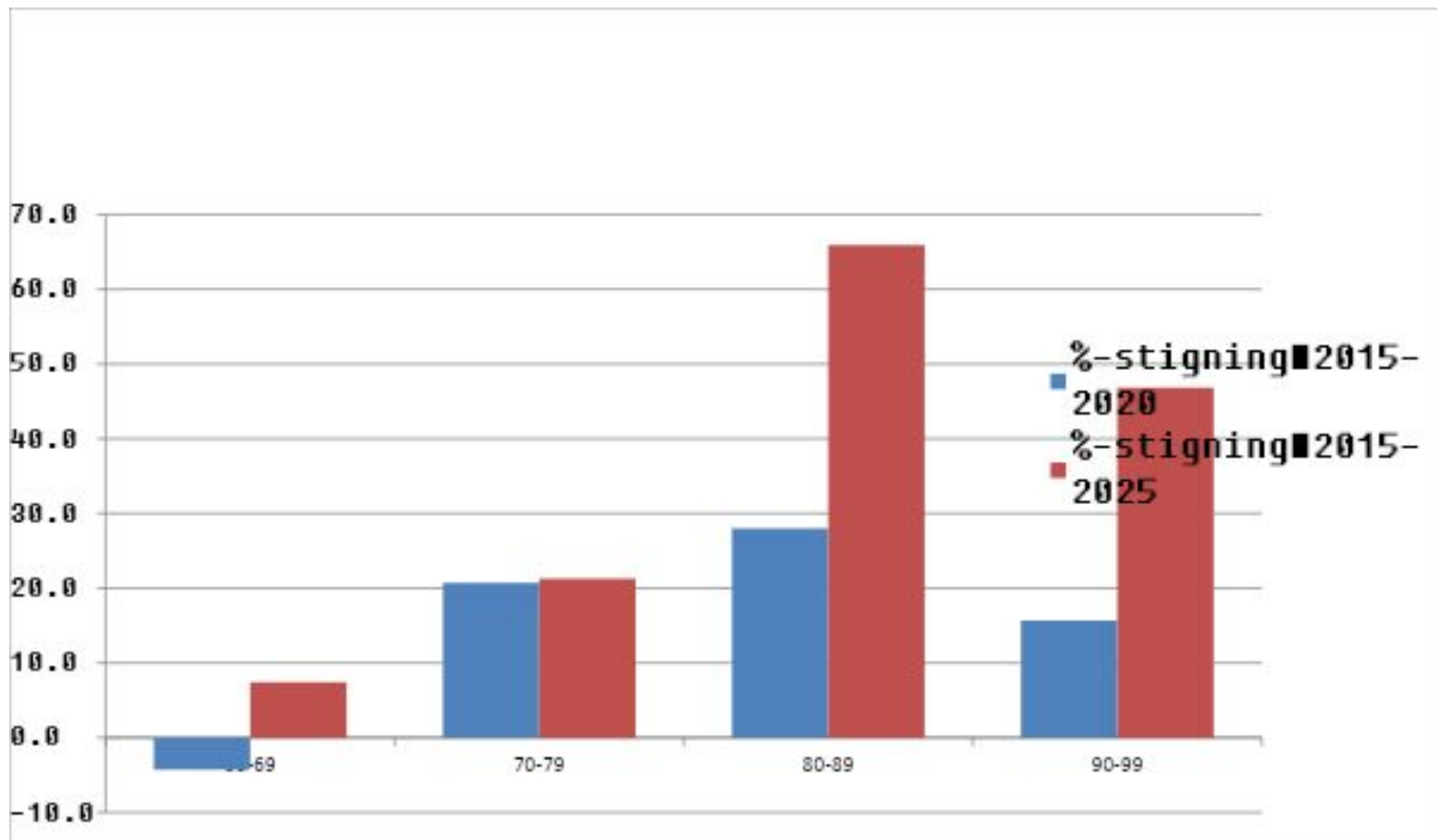
Genereret den 24. januar 2020

Mænd ialt: 1163 Kvinder ialt: 1773 Medlemmer ialt: 2936





Roskilde Ældre Motion – generalforsamling 6.3.20





Roskilde Ældre Motion – generalforsamling 6.3.20

Forslag

5. Behandling af indkomne forslag



Roskilde Ældre Motion – generalforsamling 6.3.20

Dagsorden:

***6. Forelæggelse af budget for 2020 (se
midtersiden)***

***7. Fastsættelse af kontingent:
Bestyrelsen foreslår uændret
kontingent på 600 kr. om året***



Roskilde Ældre Motion – generalforsamling 6.3.20

Den nære fremtid

Medlemmer:

- Flere ældre – flere medlemmer***
- Øget behov for aktiviteter / lokaler***
- Flere erhvervsaktive medlemmer 60+ - pensionsalder (67 – 72)***
- Øget behov for aktiviteter / lokaler ml. kl. 17 og 22***

Faciliteter/ udstyr/ lokaler:

- Dialog med Roskilde Kommune om fysiske rammer på sygehusområdet***
- Egenkapital til investering i nyt udstyr / faciliteter***



Roskilde Ældre Motion – generalforsamling 6.3.20

Dagsorden:

8. Valg

- A. Valg af bestyrelsesmedlemmer**
- B. Valg af to bestyrelsessuppleanter**
- C. Valg af revisor**
- D. Valg af revisorsuppleant**

9. Eventuelt



Roskilde Ældre Motion – generalforsamling 6.3.20

***Hvad sker der med hjernen, når vi ældes
– og hvorfor er træning godt?***

v/hjerneforsker Troels M. Kjær



***Roskilde Ældre Motion –
generalforsamling 6.3.20***

HUSK !

***Sjov motion, leg og socialt samvær
giver livskvalitet 😊***

Tak for i dag – god weekend!