

Tyresö kommunanställdas personalförening

Tykom

Verksamhetsberättelse 2022



Foto: Eva Pettersson

Årsmöte

Årsmötet 2022 hölls online den 23 mars på grund av osäkerhet kring hur pandemirestriktionerna skulle utveckla sig.

Coronaåret fortsatte under en del av 2022

Eftersom även inledningen av året 2022 präglades av distansarbete och restriktioner på grund av pandemin fortsatte nästan alla verksamheter såsom yoga, kör och andra aktiviteter som innebar fysiska möten att vara nedstängda under våren.

Dock lyckades vi genomföra projektet Vårpepp med Tykom, som var en tävling som pågick under fyra veckor och stimulerade till fysisk aktivitet och till sammanhållning och sociala kontakter. Sammanlagt deltog 272 medarbetare från 24 lag. Genom utmaningen peppade deltagarna varandra mer än 66 000 gånger med likes, kommentarer, foton och videos. Deltagarna motionerade 4,8 pass/vecka (!) i snitt. En undersökning visar att 40 procent av Stockholmarna tränar mindre än 1 pass/vecka och 25 procent tränar aldrig.

Deltagarna ökade motionsnivån med 71 procent i snitt (!!). 92 procent av deltagarna motionerade 2 pass i veckan eller mer. Ökad motionsnivå innebär förbättrad syreupptagningsförmåga och ökad produktivitet

21 procent motionerade 1 pass i veckan eller mindre innan Vårpeppen startade och 1 procent fanns kvar i denna grupp under aktiviteten. Vi lyckades engagera många som annars motionerar lite eller inte alls. Det är viktigt och ett steg för dessa mot en mer hälsosam livsstil.

En kväll på Bio Forellen som innehöll en intressant hälsoföreläsning med Simon Sköld och utdelning av pris till vinnarna avslutade Vårpeppen.

Enkäten

Under perioden juni-september fanns möjligheten att fylla i Tykoms enkät, där vi frågade de anställda vilka aktiviteter de ville delta i. 261 personer svarade på enkäten. Yoga, aktivitetsutmaningar, biokvällar, föreläsningar och växtbytardagar är exempel på aktiviteter som medlemmarna ville delta på.

Rabattbladet

Tykoms rabattblad uppdaterades kontinuerligt under året och publicerades på www.tyreso.se/rabattbladet, åtkomligt för rabattgivande företag.

Aktiviteter

Med utgångspunkt i enkätresultatet arbetade styrelsen fram en planering för hösten. Då kunde vi äntligen köra igång med våra aktiviteter igen: yoga, kör, fotboll, promenader och klädbyttardag stod på programmet. Körträffarna utmynnade i en trevlig sångstund i cafeterian i kommunhuset i mitten av december.

Under året har Tykoms styrelse inlett ett närmare samarbete med HR-avdelningen. HR har regelbundet bjudits in till styrelsens möten, dels för att få information om Tykoms arbete, dels för att föra en dialog om hur vi kan utveckla samarbetsformerna, till exempel hur Tykoms satsningar kan förstärka och komplettera HR:s hälsosatsningar och föreläsningar.

I november medverkade Tykom på introduktionsdagen för nyanställda som anordnades av HR. Tykom hade ett presentationsbord på plats där vi kommunicerade och marknadsförde Tykoms aktiviteter för nyanställda medarbetare. Quizen om Tykom blev en hit och lockade många deltagare att delta och få veta mer om personalföreningen och få chansen att vinna fina Tykompriser.

Styrelsearbetet

Sju ordinarie möten förutom årsmötet och ett konstituerande möte har hållits under verksamhetsåret.

TYKOM-styrelsen:

.....
Ursula Rundin, ordf

.....
Soraya Green, vice ordf

.....
Eva Pettersson, kassör

.....
Johanna Östhem, sekreterare

.....
Abbas Reyhanian, webbredaktör

Ingela Augustsson anslöt i september till styrelsen då ledamoten Frida Ryholt slutade inom kommunen.