



VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Riksföreningen Aktiva Synskadade år 2021

Innehåll

Inledning	2
Styrelsens verksamhetsberättelse 2021	2
Medlemmar	3
Mälargårdarna	3
Aktiviteter på gårdarna.....	3
Idrottsverksamhet	5
Goalball	5
Showdown	6
Fäktning.....	6
Simning	6
Statistik deltagare	7

Inledning

Styrelsens verksamhetsberättelse 2021

Sedan starten 1969 har föreningens syfte varit att ge synskadade tillsammans med seende möjlighet till en meningsfull och stimulerande fritidsverksamhet genom utmanande aktiviteter och roliga upplevelser.

Aktiva Synskadades slogan är "Ser möjligheterna". Med det menar vi att allt går, om man får göra det på sitt sätt, med rätt förutsättningar. Vår övertygelse är att vi genom gemensamma aktiviteter ökar deltagarnas förståelse för allas olikheter och styrkor – något som vi alla har glädje och nytta av i livet.

Föreningens funktionärer lägger ner mycket tid och ett stort engagemang helt ideellt. De får bland annat planera inför aktiviteter, handla mat, rekvisita och ansvarar för att ledsagning och transporter fungerar. Flera funktionärer engagerar sig även med att renovera och omhänderta föreningens lägergårdar och fordon. Även detta görs helt ideellt.

Det som är både roligt och lärorikt är att alla deltagare får hjälpas åt tillsammans. Vi försöker lösa ledsagning inom gruppen, de som ser mer får vara en hjälpende hand för de som ser mindre. På det sättet skapar vi en "vi-känsla". Unga får förebilder och äldre får möjlighet att bli självständiga och bidra till föreningens utveckling.

Verksamhetsåret 2021 har inte varit som andra år i föreningens historia. Orsaken till det beror på Covid-19 pandemin. Glädjande börjar pandemin ge med sig och vi har upparbetat goda rutiner och fått erfarenhet om hur vi kan bedriva verksamhet säkert utifrån ett smittperspektiv. Under året genomförde vi helgaktiviteter på våra lägergårdar. Vi kunde även periodvis fortsätta att bedriva våra veckoträningar för goalball, showdown, fäktning och simning, utifrån Folkhälsomyndighetens rekommendationer. Allt detta tack vara stort engagemang från våra funktionärer och tränare. Idrott är något som vi vill satsa ännu mer på, då rörelse är viktigt för alla, speciellt för de med en synnedsättning.

Föreningens helgverksamhet och läger bedrivs på våra lägergårdar – Mälargårdarna – som ligger i Torsviby utanför Enköping. Som riksföreningen har vi medlemmar från hela landet. Vi hämtar upp medlemmar som kommer med flyg, tåg och buss så att alla får en chans att vara med. Vi erbjuder även resebidrag till våra medlemmar.

Sedan lång tid tillbaka har vi haft olika teman på våra helger för att så många som möjligt ska kunna få ut så mycket som möjligt av våra aktiviteter. Mälargårdarna är en mycket bra mötesplats där föreningens alla medlemmar, både gamla som nya kan skapa kontakter och utbyta olika erfarenheter under trevliga former.

Övergripande arbete under året

Efter ordinarie årsstämma 2021 har styrelsen konstituerat sig enligt följande:

- Mattias Sjöberg, ordförande (vald av årsstämman)
- Mattias Carlshamre, vice ordförande
- Fredrik Brolund, sekreterare
- Per Österlund, kassör
- Sam Motazedi
- Per Göran Medin
- Anderz Malgodal

Det är lärorikt och ett stort ansvar och förtroende att få arbeta i Aktiva Synskadades styrelse. Under året har vi haft 13 protokollförda styrelsemöten, både fysiska och via teams digitalt, när så varit nödvändigt. Vi har även haft en styrelsekonferens, där vi hade chansen att fördjupa oss i vissa frågor. Vi har arbetat vidare med översynen av föreningens intäkter och kostnader, med fokus på att utveckla föreningens ekonomi. Anledningen till det är att säkerställa att vi även i fortsättningen kan bedriva meningsfulla aktiviteter för våra medlemmar och då även på lång sikt.

Medlemmar

Under 2021 har vi fått 6 stk nya medlemmar (i jämförelse med 52 nya medlemmar 2020). Det totala medlemsantalet är 546 stk.

Mälargårdarna

Under sommaren bytte vi ut vår brygga mot en stadigare och bättre brygga. Arbetet med renovering av fönster har fortsatt och är snart klart. En ordentlig storstädning både inomhus och utomhus gjordes under sommaren. Föreningens initiativ med att ha getter i hage är fortsatt lyckat och de håller efter lövsly. En utav getterna dog under året.

Aktiviteter på gårdarna

Bokcirkel online, vårterminen

Under våren 2021 anordnades en bokcirkel via mötesappen Teams. Ett tiotal deltagare träffades ett par gånger i månaden för att diskutera olika böcker.

Sommaraktiviteter

Under sommaren 2021 hann vi med två sommaraktiviteter, dels en helg i juni och dels ett lite längre läger i juli. Totalt deltog ett tiotal barn och unga, tillsammans med vuxna ledare och föräldrar – lägren var mycket lyckade med sol, bad och utflykter. I augusti anordnades en helg speciellt dedikerad till båt- och vatten.

Kanotpaddling Djurgården, augusti

Fyra medlemmar från Föreningen för Kanotidrott (FKI) och fyra från vår förening paddlade tillsammans en kulen sensommarkväll i slutet av augusti. Vi träffades på Måsholmen när regnet hängde i luften och hösten kändes nära. Vid FKI fanns tre instruktörer som laddat upp med två och tremanskajaker för kvällens paddling. Lagom när vi satt oss i kanoterna så började det regna, och det ordentligt. En tur in i Djurgårdsbrunnskanalen fick det bli och snart fick regnet lite konkurrens med plaskande från ivriga paddlare. Den yngste deltagaren var 10 år och den äldste över 70 år. När man paddlar tvåmanskajak så spelar vana, ålder eller synförmåga ingen roll. Tillsammans fick vi en fin upplevelse, men det blev till slut lite för blött och vi vände hemåt igen. Väl åter på Måsholmen värmdes några korvar och lite eftersnack upp, de av regn, aningen nedkylda paddlarna.

Hajkhelg, september

Den härliga hajkhelgen blev mycket lyckad, trots en incident där det regnade in i ett tält mitt i natten... Lördagen började med att förbereda pinnbrödsdeg. Alla promenerade sedan iväg ut i skogen där det grillades korv och lektes Norsk kurragömma. Till efterrätt blev det pinnbröd och sylt.

Tillbaka från skogen blev det bak av kanelbullar som på kvällen gräddades över elden vid lägerplatsen inne i skogen. Till middag blev det wook med nudlar som också tillagades i skogen. Vi hade tur med vädret på dagen men på natten kom det ordentligt med regn.

Kampsport, september

En mycket lyckad helg blev det i början av oktober, då Marcus Gustavsson från Jinenkan Hiryo Dojo i Örebro förärade oss ett besök ute på gårdarna. Hiryo Dojo betyder den flygande drakens träningsplats och har funnits i 30 år. Själva tekniken är tusenårig japansk stridskonst utvecklat av samurajer. Du kan inte tävla i den här tekniken, "bara" utveckla dig själv och dina färdigheter.

Under helgen fick deltagarna öva sig att försvara sig med kappen, samt komma ur strypgrepp och andra fasthållningar - mycket lärorikt! Det blev även bullbak och samtal om högt och lågt. Stort tack till alla för en fin helg!

Motorhelg, oktober

En efterlängtd motorhelg hölls i oktober på våra gårdar utanför Enköping. På lördagen samlades 35 glada deltagare vid Salabanen för bankörning med bilar och 4-hjulingar, i härlig höstsol från en nästan helt klarblå himmel. Extra roligt var att två nya familjer var med under helgen och gärna återkommer i vår verksamhet. På lördagskvällen blev det frågesport i lag, med gott resultat. Frågorna kommer ur vårt klassiska "Bosse-Bildoktor-spel". Söndagen ägnades åt flitig fordonsvård där alla hjälptes åt, lärde en del nytt och tog hand om våra bilar och hojjar till nästa gång. Efterfrågan är stor på flera motorrelaterade aktiviteter per termin.

Fäktningshelg & Jogga, gå, lunka-helg, november

I början av november gick "jogga, gå, lunka-helgen" av stapeln. Intresset var stort och deltagarlistan fylldes snabbt upp. Ett 30-tal deltagare kom för att röra sig i eget tempo. I centrum stod inte bara joggning utan också mat. Billy White, kock och pappa till en av deltagarna, bjöd in till matlagning i Mälargårdarnas stora restaurangkök.

Det blev promenader, joggning, intervallträning, bastu, tandemcykling, styrkepass och god mat under helgen! Mälardalen bjöd dessutom på solsken och vinterns första frost. En fin helg helt enkelt!

Lilla Julafton & Musikhelg, december

Lilla julafton firades sedanligt med ett dignande julbord. De som ville fick julpyssla och göra julkort medan andra bakade pepparkakshus. En liten kör bildades, vilken övade in några gamla traditionella julsånger som framfördes till middagen. Vädret var bedrövtligt men inne på Lillebo var det både ljus och värme.

Radio- och teknikhelger

På grund av pandemin blev det under 2021 inga teknik- och radiohelger.

Idrottsverksamhet

Goalball

Aktiva Synskadade har under 2021 bedrivit sin goalballverksamhet i samverkan med Hammarby IF Goalball. Även under 2021 har verksamheten varit påverkad av Covid-19 och de restriktioner som varit gällande. Under vårterminen kunde vi bedriva träning för de spelare som var födda 2022 och senare, samt vissa landslagsaktiva som fick ett elitundantag. Ingen tävlingsverksamhet fanns under våren. Under hösten

2021 kunde vi återgå till mer normal verksamhet, om än med fortsatta rutiner för att följa restriktionerna. Även tävlingsverksamheten började återupptas. Vi deltog i en omgång av Elitserien i Göteborg i september. Vi arrangerade även två tävlingar själva. En bredd och ungdomstävling under Stockholm Paragames i november och Svenska Mästerskapen i december. Båda dessa arrangemang genomfördes i samarbete med Hammarby Goalball. Vid SM i Gubbängshallen blev Aktiva Synskadades lag Svenska Mästare! I detta lag spelade Lisa Ly, Mikael Åkerberg, Piotr Lawniczak, Johannes Segersten och Carl Alexander Smedberg, laget coachades av Annika Klingström.

Under året har vi haft 13 personer i som deltagit regelbundet i träning 1-2 gånger i veckan, var av 4 tjejer. Åldern på deltagarna varierar från 14–60 år.

Showdown

Under 2021 har showdownträningen varit sporadisk, men vi ser fram emot 2022 och att det återgår som vanligt. Vi hann ändå med en showdownhelg ute på gårdarna i december, där Mattias Sjöberg var ansvarig ledare för 7 stycken deltagare.

Ett par tre stycken nya spelare har tillkommit under hösten och flera har hört av sig och velat testa, men på grund av pandemin har det varit svårare att få till.

Fäktning

Under 2021 har Aktiva Synskadades fäktare träffats söndagskvällar kl 18-20 i Hjorthagshallens (Bobergshallen) fäktningssal, som vi får låna av Djurgårdens fäktningssällskap. På grund av pandemin sågs vi inte under våren men kom igång under hösten, även om antalet fäktare var lite lägre än förr, (ca 3-4 per gång), varav några är nya. Jorge har varit huvudtränare och Emil hjälptränare. 15–17 november hölls en helg med fäktning på gårdarna och där var Reine Gunnarsson ledare. Två medlemmar tränade och någon mer fick prova.

29–31 oktober deltog två av våra fäktare i en internationell tävling för synskadade fäktare. Den hölls i Pontevedra i Spanien. Jorge var reseledare och tränare på plats. Tävlingen ingick i det ERASMUS-projekt som Aktiva ingår i. I oktober ansvarade Emil och Adrian för fäktningen på SPSM:s idrottsdagar i Eskilstuna. Till vår station kom ett 20-tal intresserade barn och unga.

Simning

Vår samverkan med DBFK har fortsatt under 2021. Vi simmar på fortfarande på söndagar kl 18-20, med linade banor i 25-metersbassäng.

Statistik deltagare

Datum	Aktivitet	Antal deltagare
4 juni	Sommarhelg	8
4 juli	Sommarläger	13
25 aug	Paddling på Djurgården	6
27 aug	Båt- och vattenhelg	11
10 sept	Hajkhelg	16
24 sept	Showdownhelg	14
8 okt	Kampsportshelg	13
22 okt	Motorhelg	34
19 nov	Fäktningshelg	3
19 nov	Löphelg	27
10 dec	Lilla Julafton & Musikhelg	29