



## Medlemsbrev för Frigörande Dans Föreningen mars 2023

Hej,

Hoppas att det här året har börjat med dans för dig på något sätt. Det är fantastiskt att se alla inlägg i vår Facebook grupp och att vårt kalendarium på hemsidan har flera danstillfällen runt om i Sverige.

Den 5 mars hade **föreningen årsmöte** och jag (Lisa Hjulström) tackar för förtroende att få fortsätta som ordförande för föreningen. Något jag är glad och tacksam för.

**Samarbete med danskollegor**, kan vara ett bra sätt att gemensamt sprida dansen. Är man flera kollegor i närområdet kan man göra ett samarbete så som Carina R Nilsson berättar om i detta medlemsbrev. Har du inte någon kollega i närheten, kanske du kan kontakta en kollega på annan ort och se om ni kan göra ett evenemang tillsammans. Jag och Ingrid Thorngren, har i flera år haft en dansdag tillsammans där vi delar upp dagen.

Mer i detta medlemsbrev

- Årsmötet 5 mars 2023
- Pågående och kommande aktiviteter
- Inspirationsdag i Stockholm 15 april
- Dansens dag 29 april

Du är alltid välkommen att höra av dig till någon av oss i styrelsen, med förslag på aktiviteter eller om du har några funderingar eller förslag till styrelsen och medlemmarna. Våra mejladresser hittar du längst ner i detta brev.

### **Årsmötet 5 mars 2023**

Årsmötet ägde rum via Zoom. Vi var 10 deltagare. Protokoll och övriga handlingar kommer skickas ut när det är undertecknat.

Det togs beslut om att ta in offerter på ny hemsida. Vår nuvarande leverantör av hemsidan har upphört med sin verksamhet, då passar det bra med en ny plattform för hemsidan som är enkel att administrera för styrelsen.

Mötet beslöt att hyresbidrag för danslokal på Dansstämman även kommer gälla för 2023.

Bidraget är till dig som arrangerar dans och har prova-på tillfälle gäller även 2023. En möjlighet för dig som vill komma igång med dans och nå nya deltagare. Ersättning som

betalas ut, är 500kr/person och vid ett tillfälle under året. Kontakta styrelsen på [info@frigorandedans.net](mailto:info@frigorandedans.net) för att ansöka om bidrag.

På mötet togs en motion från styrelsen upp, mötet godkände att gå vidare med förslaget. Då det är en ändring av stadgarna, kommer vi kalla till ett extra möte i maj. Förslaget gäller medlemsavgift för nya medlemmar. Informationen om motion och datum för extra mötet kommer skickas ut separat.

Styrelse och övriga ledamöter för kommande år

|                    |                   |           |               |
|--------------------|-------------------|-----------|---------------|
| Lisa Hjulström     | Ordförande        | Omvald på | 1 år          |
| Åsa Löfström       | Vice ordförande   | Omvald på | 2 år          |
| Gunilla Löfberg    | Kassör            | Vald 2022 | 1 år kvarstår |
| Carina R Nilsson   | Sekreterare       | Vald 2022 | 1 år kvarstår |
| Madeléne Blyckertz | Ordinarie ledamot | Vald 2022 | 1 år kvarstår |
| Marika Hansson     | Ordinarie ledamot | Vald 2022 | 1 år kvarstår |
| Mette af Ekenstam  | Ordinarie ledamot | Omvald på | 2 år          |
| Kristin Wärme      | Suppleant         | Omvald på | 1 år          |
| Minna Gustafsson   | Suppleant         | Omvald på | 1 år          |

**Har du frågor, information att dela, förslag eller något du vill bolla - kontakta gärna någon i styrelsen.** Styrelsens mejladresser finner du längst ner i detta medlemsbrev.

Revisor:

Helena Bergman, omvald på 1 år

Valberedning för 2024:

Frida Grundel och Anne Grundel

#### **Pågående styrelse aktiviteter i föreningen – just nu**

- Ta beslut om ny hemsida
- Inspirationsdag 15 april
- Dansstämma 2023

#### **Inspirationsdag 15 april i Stockholm**

Separat inbjudan har skickats ut till den dagen. Det finns fortfarande möjlighet att anmäla sig! Vi hoppas att detta kan bli ett återkommande evenemang för att träffas och utbyta erfarenheter. Styrelsen plan är att vi arrangerar en inspirationsdag även i höst, gärna då på en annan ort i Sverige. Har du förslag så återkom gärna till någon i styrelsen.

#### **Dansstämma**

Dansstämman kommer att äga rum i slutet av september. Vi håller på och undersöker plats och beslut för datum. Så fort det är klart, skickar vi ut information, så att du kan boka in det i din kalender.

### **Dansens dag är lördag 29 april**

Ett tillfälle att marknadsföra frigörande dansen på din ort. Se om din kommun har något du kan vara delaktig i.

Berätta gärna om du gör en aktivitet, lägg upp det i vår Facebook grupp, vill du ha hjälp, kontakta marknadsföringsgruppen.

I Stockholm är vi några som undersöker om vi kan göra en gemensam aktivitet på en utedansbana. Separat information kommer skickas ut om det blir aktuellt.

### **Facebook & Föreningens hemsida**

Facebook gruppen – Frigörande dans i Sverige växer. Där läggs dansevent upp, tips på låtar och andra inlägg som har med dans att göra. Det gör att vi syns och att vi är en aktiv förening. Tack för att du gör inlägg där.

Kalendariet på hemsidan, fylls på kontinuerligt, det syns att vi är aktiva på flera orter.

Behöver du hjälp med inlägg på FB och/eller till hemsidan, skicka det till

[info@frigorandedans.net](mailto:info@frigorandedans.net)

### **Nätverksmöten**

Styrelsen vill gärna uppmuntra till att vi fortsätter med nätverksträffar. Tveka inte att kontakta oss i styrelsen om du har något ämne/tema som du vill att vi tar upp, eller som du vill dela med dig av.

### **Samarbete med kollegor**

Frigörande dans i Gamla Stan

Hösten 2021 startade samarbetet mellan fyra dansinspiratörer för att hålla dans i Gamla Stan. Det är Pia Lindgren, Ann Sjöling, Anne Järvi och Carina R Nilsson som turas om att leda dansen på söndagar kl 14.00-16.00 på Mäster Olofsgården. Pia hade tidigare lett dans där och Anne och Carina hade dansat för henne. Så vi tog kontakt och det visade sig att Ann precis flyttat upp till Stockholm igen från Mundekulla och också var intresserad av att leda dans. Ann och Pia gick ledarutbildningen samtidigt och Anne och Carina var kurskamrater. Ingen av oss hade möjlighet att leda dans varje vecka och på detta sätt kan vi erbjuda deltagarna regelbundna danstillfällen.

När vi startade var det med begränsat antal deltagarantal eftersom det var corona restriktioner. Nu har vi satt maxantalet till 12 för att alla ska få utrymme i lokalen. Några gånger har vi haft väntelista och några gånger knappt fyllt salen så deltagarantalet varierar över tid. Vi ser också att en del kommer regelbundet medan det också kommer nya som hittar till oss, oftast genom att googla.

Vårt samarbete innebär att vi gör ett schema för respektive termin och delar upp söndagarna. Var och en bjuder in till sin söndag och tar emot anmälningar och betalning. Vi hjälper förstås också varandra att sprida informationen och marknadsför oss i sociala media med Frigörande Dans i Gamla Stan, mun till mun metoden i olika sammanhang och nätverk vi deltar i och på föreningens kalendarium förstås. Mäster Olofsgården har en hemsida där vi också finns med. De arrangerade Kulturnatten förra året då vi deltog och höll ett danspass och fick några nya deltagare. Vi försöker också gå på varandras danspass och hjälper den som leder med förberedelser av lokalen – som att lägga ut schalar/filtar etc.

Efter varje söndag återkopplar vi via mail till varandra kring antal deltagare, hur det var i lokalen ev frågor och nya som vill finnas med på våra respektive inbjudningslistor.

Det är ett givande samarbete då det alltid finns någon att bolla frågor med, få inspiration av varandra och träffas. Deltagarna får också variation i dansen då vi leder lite olika men ändå har samma grundkoncept. //Carina R Nilsson



Anne, Pia, Ann och Carina som leder dans i Gamla stan

### Styrelsens mejladresser.

|                    |  |                                |
|--------------------|--|--------------------------------|
| Lisa Hjulström     | <a href="mailto:lisa@wheelstream.se">lisa@wheelstream.se</a>                   |                                |
| Åsa Löfström       | <a href="mailto:asa.lofstrom@hotmail.com">asa.lofstrom@hotmail.com</a>         |                                |
| Gunilla Löfberg    | <a href="mailto:gunillalofberg@yahoo.com">gunillalofberg@yahoo.com</a>         |                                |
| Carina R Nilsson   | <a href="mailto:info@carinarnilsson.se">info@carinarnilsson.se</a>             | ingår i marknadsföringsgruppen |
| Madeléne Blyckertz | <a href="mailto:madelene.blyckertz@gmail.com">madelene.blyckertz@gmail.com</a> |                                |
| Marika Hansson     | <a href="mailto:marika@marikas.se">marika@marikas.se</a>                       | ingår i marknadsföringsgruppen |
| Mette af Ekenstam  | <a href="mailto:mette.ekenstam@gmail.com">mette.ekenstam@gmail.com</a>         |                                |
| Kristin Wärme      | <a href="mailto:eklund_kristin@hotmail.com">eklund_kristin@hotmail.com</a>     | ingår i marknadsföringsgruppen |
| Minna Gustafsson   | <a href="mailto:gustafssonmima@gmail.com">gustafssonmima@gmail.com</a>         |                                |

Vid pennan

*Lisa Hjulström och Carina R Nilsson*

**GLAD PÅSK !** önskas från styrelsen.