



Årsberetning for IF Silkesind 2017-2018

Så er det blevet forår nok en gang, og tiden er inde til at få årsberetningen ud til alle jer, der er medlemmer, instruktører, støtter og interesserede i IF Silkesinds ve og vel.

Foreningens formål er at tilbyde idræt og motion til psykisk sårbare borgere gennem et tæt samarbejde med Idræt om Dagen.

Foreningens mål er at øge medlemmernes fysiske og psykiske velvære samt skabe et socialt trygt og stabilt miljø ved at tilbyde forskellige idrætsaktiviteter i form af kvalificerede træningsaktiviteter, turneringer/stævner og andre idrætslige og sociale arrangementer. Det skal være et sted, hvor alle trives.

Bestyrelsen søger at skabe så gode vilkår for idrætten i vores forening, som det er muligt. Endvidere arbejdes der også i foreningens underudvalg for, at vores idrætstilbud lever op til foreningens målsætning.

Medlemstallet er for øjeblikket 59 samt 12 passive medlemmer. Nye medlemmer er kommet til, andre har meldt sig ud, så antallet ligger stabilt i forhold til sidste år. Som de fleste foreninger har vi det sådan, at vi gerne vil være endnu flere, som kan have glæde af aktiviteterne i foreningen, ikke mindst da vi jo ved, at idræt og motion er vigtig for det enkelte menneskes fysiske og psykiske velvære.

Aktiviteter i 2017 – 2018:

Idræt om Dagen inviterede d. 6. juni til den årlige Stav- og Gangfestival, hvor 5 medlemmer repræsenterede IF Silkesind i fint vejr, og hvor turene gik gennem Silkeborgs flotte natur med skov og sø. Man gik til fordel for Selvhjælp Silkeborgs Børnesorggruppe.

Sommerudflugten d. 20. juni gik i år til Them Rovfugleshow.

En spændende dag med de imponerende store fugle, hvor man nemt kan komme til at bøje hovedet og gå lidt i knæ, når de kommer susende! Frokosten blev meget passende indtaget i Ugleskoven – for nu at blive ved fugletemaet...

Fra sommerferien besluttedes det at nedlægge IF Silkesinds traveture og i stedet henvise til muligheden for at deltage i Mødestedets traveture 2 gange om ugen, mandag og onsdag.

Den 19. august var IF Silkesind med til at modtage et stort antal cykelryttere i "Cykel for Sagen" på Hotel Scandic. Vores zumbahold med instruktør Flavia i spidsen førte an i en gang zumba, som rytterne var med på til trods for mange km i benene!

Ved samme lejlighed donerede "Cykel for Sagen" 10.000 kr. til IF Silkesind, så stor tak til de friske cykelfolk.

I anledning af Sindets Dag d. 10.10. arrangerede IF Silkesind og Cyklistforbundets lokalafdeling i Silkeborg "Cykeltur i Silkeborg" med 60 deltagere, som cyklede en 10 km tur til Schoubyes Sø og retur.

Faktisk rundede en del af cyklisterne af på "100 km. for Mental Sundhed", som har kørt en

gang om ugen i for- og eftersommeren.

Stemningen var høj til trods for det temmelig våde vejr, og om aftenen kunne vi se os selv i et indslag i TV 2 Øst. Så pump bare cyklerne og vær klar til afgang, når det bliver forår helt for alvor!

Den 29. november afholdtes den traditionelle julefrokost i Mødestedets lokaler. 35 medlemmer havde en hyggelig aften med god stemning, fine planlagte og spontane indslag og dejlig mad.

Den 3. december var IF Silkesinds medlemmer inviteret til fodboldkamp på Silkeborgs nye stadion. Flere så SIF vinde over Randers IF, så det var da lige den rigtige dag at komme til fodbold!

På volleyballsiden har medlemmer af IF Silkesind også sammen med Idræt om Dagen været med til et par volleyball dage i Skovbakken – en gang i efteråret og en gang i foråret – begge gange et par hyggelige arrangementer, hvor vi har vundet flest kampe!

Vores bowlingspillere har traditionen tro været til stævne i Vejle i foråret.

Kirsten Nørskov fra bestyrelsen har været i bostøtteamet Puls for primært yngre borgere for at fortælle om IF Silkesind.

I januar, februar og marts arrangerede vores forening i samarbejde med DAI et nyt tiltag – Winterwalking – hvor man kunne samle gåture på 5 km til Maraton for Mental Sundhed. Hvis man var med på mindst 9 af de 12 ture, og altså havde gået en maraton, var man med i en konkurrence på landsplan om vandrestøvler og jakker. Turene var lagt forskellige steder i skoven, og vejret var med os på de allerfleste ture. Der blev sandelig også holdt fødselsdag med varm kakao på en af turene, som den dag gik til Lillesø!

Mon ikke vi gentager winterwalking i 2019 – naturen er jo faktisk dejligt at komme ud i - også om vinteren.

I året, der er gået, har bestyrelsen endvidere arbejdet med flg.:

- På vores hjemmeside opdaterer vi sidste nyt, som linkes over til vores facebook, følg med og skriv gerne kommentarer til os på facebook.
- IF Silkesind organiserer pt. 30 frivillige motionsvenner i Silkeborg Kommune, og flere borgere med psykisk sårbarhed end tidligere har haft tilknyttet en motionsven i årets løb. Et forløb med en motionsven varer ½ år og tilbydes de borgere, der har svært ved at benytte andre motionstilbud. Det er primært motion i form af gåture i borgers nærmiljø, der efterspørges og tilbydes.
- At få flere medlemmer i foreningen, ikke mindst de unge.

Handleplan 2018 – 2019

at rekruttere flere medlemmer

at skaffe flere frivillige instruktører

at udvikle og tilpasse idræts- og motionstilbud i lokalsamfundet efter behov og ønsker

at udbygge og udvikle samarbejdet med sundhedstovholderne

at arrangere cykelture "100 km for Mental Sundhed" i samarbejde med lokale medlemmer af Cyklistforbundet og understøttet af DAI. Vi starter d. 17. maj, og det er gratis at deltage for alle.

at afholde foreningens sommerudflugt

at afholde julefrokost

at invitere til Idræts- og motionsdag 2019

Bestyrelsen har i det forløbne år arbejdet i den nye struktur, hvor der er oprettet underudvalg, som tager sig af specifikke opgaver, herunder økonomiudvalg, arrangements- og aktivitetsudvalg, PR-udvalg og frivilligudvalg.

I udvalgene er der mange forskellige opgaver – små som store – som skal udføres.

Opgaverne kan f.eks. være at være med til at arrangere julefrokost, tage rundt med nye foldere og plakater.

Har I medlemmer tid og lyst til at påtage jer forskellige opgaver i vores forening, så meld jer hos bestyrelsen, der er altid brug for ekstra hænder!

Vi lever jo i en tid, hvor flere og flere oplysninger kan findes på internettet.

IF Silkesind har en hjemmeside og er på Facebook, hvor mange oplysninger og nyheder kan findes.

Klik endelig ind og læs om os!

Udfordringen i IFSilkesind er bl.a. at skaffe kvalificerede frivillige instruktører til vores idrætstilbud.

Vi vil gerne her sige tak til vores instruktører, som gør et stort arbejde for at I kan få den bedste idræts- og motionsaktivitet hver gang.

Foreningen har i år fået tildelt 45.000 kr. i støtte til årets arbejde af Silkeborg Kommunes §18.

Stor tak til Silkeborg Kommune for denne flotte opbakning til IF Silkesinds arbejde.

Tak til alle vores samarbejdspartnere – og der er mange – se bare på vores hjemmeside!

Bestyrelsen vil gerne her til generalforsamlingen sige tak til alle medlemmerne af vores forening.

Uden jer havde vi ingen forening og dermed heller ingen idrætstilbud eller instruktører.

Vi vil samle på de gode oplevelser ved vores hverdagsaktiviteter og vores forskellige arrangementer sammen med jer, og vi har plads til mange flere idrætsudøvere i IF Silkesind!

Vi skal sørge for at passe godt på hinanden i foreningen – medlemmer, instruktører og bestyrelsen, for det er os, som skaber det gode arbejde, idrætten og det gode humør.

På bestyrelsens vegne

Lene Kamp Kristensen og Annette Azoulay