



Årsberetning for IF Silkesind 2020-2021

IF Silkesinds bestyrelse vil gerne som altid starte denne årsberetning med at TAKKE alle Jer medlemmer, frivillige, instruktører og samarbejdspartnere for opbakningen til vores lille idrætsforening. Tak for et anderledes år, som på godt og ondt og desværre mest det sidste har udfordret vores idrætsfællesskab. Med Covid19 hængende over hovedet, har vi desværre set os nødsaget til at lukke ned for vores forening og aktiviteter i en længere periode. Det beklager vi, for vi ved, at netop disse idrætsfællesskaber kan være med til at give et lille løft i en presset hverdag.

Ovenstående har selvsagt haft stor betydning for indholdet og omfanget af denne Beretning. Aktiviteter og arrangementer er enten blevet aflyst eller udsat og efter en lille opblomstring i efteråret, ja så kom anden bølge så ind over os igen omkring årsskiftet. Vi håber på at den kommende sæson og næste års Beretning bliver med en mere positiv tilgang og med langt flere oplevelser at berette om.

Formål og organisering

Foreningens formål er fortsat at tilbyde idræt og motion til psykisk sårbare borgere gennem et tæt samarbejde med Idræt om Dagen i Silkeborg. 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, deltagelse i forskellige turneringer og andre idrætslige og sociale arrangementer. Det skal være et sted, hvor vi får nogle gode oplevelser og alle trives i fællesskab med hinanden. Vi samler masser af gode oplevelser sammen i vores faste aktiviteter og ved de forskellige arrangementer i løbet af året, og vi har altid plads til flere idrætsudøvere i IF Silkesind.

Vi er sammen om at gøre vores forening til et godt sted at være - medlemmer, instruktører og bestyrelsen - hvor idræt, samvær og højt humør trives. Bestyrelsen søger at skabe så gode rammer og vilkår for idrætten i vores forening, som det er muligt for os. I foreningens underudvalg arbejdes der på bedste vis for, at vores idrætstilbud lever op til foreningens målsætning. Medlemstallet er desværre faldende og er blevet yderligere kritisk efter halvanden år med Covid19. Vores mål er derfor fortsat at arbejde med at få flere aktive medlemmer, 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.

I bestyrelsen har vi en struktur med flere underudvalg, herunder økonomiudvalg, arrangements- og aktivitetsudvalg, PR-udvalg og Frivilligudvalg. I udvalgene er der mange forskellige opgaver – små som store der skal udføres. Har I medlemmer tid og lyst til at påtage jer forskellige opgaver for vores forening, så meld jer hos bestyrelsen, der er altid brug for ekstra hænder.

Til årets Generalforsamling har vores formand Jørgen Olsen desværre efter mange års tro tjeneste og store arbejdsindsats valgt at træde ud af bestyrelse. Et kæmpe tab og Jørgen vil blive savnet, men vi ønsker ham alt held og lykke med sin nye tilværelse i Randers.

Foreningen har igen i år fået tildelt økonomisk støtte fra Silkeborg Kommunes §18-midler og der skal lyde en stor tak herfor. Uden denne opbakning vil IF Silkesind ikke eksistere. I den forbindelse skal der også lyde en stor tak til Sacro Logen for den flotte donation vi modtog sidste år. Den største tak fra bestyrelsen skal dog lyde til vores instruktører og frivillige for jeres store arbejde og engagement, for at vores idrætstilbud altid er det bedst mulige - hver gang!

Aktiviteter i 2020-2021:

Det sidste år har jo selvsagt og som tidligere nævnt været meget præget af situationen med Covid19, ja selv sidste års Generalforsamling blev udsat og afholdt så sent som i september måned. Restriktionerne og Forsamlingsforbuddet betød desværre også at vi måtte aflyse vores årlige Trivsels- og Motionsdag.

Følgende aktiviteter og arrangementer tager derfor udgangspunkt i året og sæsonen fra sidste Generalforsamling og frem til nu. Det skal dog siges, at vi hen over forsommeren og sommeren forsøgte at motivere vores medlemmer med lidt onlineaktiviteter samt gode tips og inspiration over nettet. I juni måned startede vi vores cykelture op i forbindelse med 100 km for Mental Sundhed. Sidst i juni havde vi også en velbesøgt Sommerudflugt i Lunden. I august kunne vi også starte op med enkelte af vores aktiviteter med de gældende restriktioner, der var på det tidspunkt. Bl.a. søsatte vi et tilbud om Skovtræning og var godt repræsenteret på tilbuddet "Fri på Vandet", hvor flere deltagere for første gang kunne stifte bekendtskab med SUP eller Stand Up Paddling. Sidst i august var flere medlemmer også med i Idræt om Dagens Stav- og Gangfestival, hvor man samlede ind til Scleroseforeningen.

- I september kunne vi så starte lidt flere aktiviteter op heriblandt Naturtræning.
- Sidst i september modtog vi hele 20.000 kr. fra Sacro Logen i Silkeborg – endnu engang en stor tak herfra, men igen har Covid19 desværre sat en stopper for de arrangementer som pengene skulle øremærkes til.
- I starten af oktober afholdte vi årets store Cykeltur 10-10-10 fra Psykiatriens Hus, for at markere World Mental Health Day eller Sindets Dag. Turen var samtidig afslutningen på 100 km for Mental sundhed.
- Sidst i oktober startede vi et nyt og populært motionstilbud med titlen "Dans dig glad". Skønt at opleve, hvor godt i tog imod det selvom det som meget andet måtte slutte før tid.
- Desværre måtte vi aflyse vores årlige julefrokost – vi håber meget på at kunne genoptage traditionen igen i år. I stedet fik alle medlemmer en julehilsen med 2 biografbilletter som julegave.
- Vi forsøgte at starte det nye år op med Winterwalkning, men også dette initiativ måtte lade livet, men blev dog genoptaget i marts måned.

- I stedet fik man muligheden for at komme med på Idræt om Dagens virtuelle vandretur sydpå, som bla. bragte os igennem Tyskland, Østrig, Italien, Frankrig, Portugal og Spanien.
- I den mørke vintertid opfordrede vi alle vores medlemmer til at "række ud" og tage kontakt til nogle i ens netværk, for sammen at komme igennem denne hårde tid.
- I slutningen februar afholdte vi et virtuelt Cafemøde med bankospil og kaffe – super hyggeligt arrangement, når vi nu ikke måtte mødes og tak for opbakningen.
- I starten af marts kunne vi så lidt forsinket starte op på Winterwalking, som så nu strakte sig videre ind i foråret... I samme periode startede Skovtræning også op igen.
- I juni startede vi op med næste omgang af Cykelturene i forbindelse med 100 km for mental sundhed. Disse indgår også i Silkeborg Cykelfestival – et nyt initiativ med fokus på cyklismen.
- I juni var vi også repræsenteret på Idræt om Dagens Stav- og Gangfestival, som i år samlede ind til Kirkernes Sociale arbejde og ydermere satte fokus på "Flere i Fællesskaber"-projektet.
- I slutningen af juni bød vores Sommerudflugt på en ny mulig aktivitet, da vi spillede Disc Golf og hyggede os i det naturskønne område ved Vester Kejlstrup Plantage.
- I forbindelse med sæsonstarten her i august afholdte vi også lige et lille ekstra Sensommerarrangement her sidst i august med spil og hygge om bålet ved De Små Fisk i Sejs.
- I slutningen af august var vi med på Socialafdelingens Outdoordag i Lunden.

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

- Styrkelse af vores kommunikation på hjemmeside og facebookside. Vi opdaterer sidste nyt og samler på Gode Historier – så skriv gerne til os :).
- I den forbindelse, vær opmærksom på at vi også bruger andre kommunikationskanaler, som eksempelvis Mødestedets opslagstavle i garderoben, Caféen i Psykiatriens hus og på akut døgn, Medborgerhuset, Biblioteket og ugeavisen Ekstra Posten.
- IF Silkesind organiserer 45 frivillige motionsvenner, hvoraf der har været 10 forløb med psykisk sårbare borgere, som har fået støtte til motion. Flere af dem tilbyder gåture til borgere med psykisk sårbarhed og støtter op om Winterwalking, cykelture m.m. Knap 100 forskellige borgere i Silkeborg kommune havde en motionsven i 2020, hvoraf de fleste borgere er henvist til ordningen gennem Sundheds- og Omsorgsafdelingen.
- Udvikling af nye idrætstilbud – kom gerne med gode ideer og vi vil arbejde videre på dem...

Handleplan 2021-2022

I bestyrelsen arbejde vi fortsat med følgende visioner for den kommende periode;

- at komme godt ovenpå igen efter nedlukningen med Covid19 og få en nogenlunde normal foreningsaktivitet igen.
- at rekruttere flere medlemmer – i den forbindelse få produceret en video om IF Silkesind, så vi måske kan nå ud til en bredere og måske yngre målgruppe
- at skaffe flere frivillige instruktører

- at have flere såkaldte sæsontilbud, f.eks. Cykelture, Winterwalking, Naturtræning, Skovtræning og minigolf måske også Disc Golf, altså flere udendørs aktiviteter i tråd med, at vi bor i Danmarks Outdoor Hovedstad
- at mindske antallet af aflysninger (hvilket vi desværre var ramt af i hele sidste sæson)
- at udbygge og udvikle samarbejdet med Sundhedstovholderne og på tværs i regionen bl.a. igennem Dansk Arbejder Idræt (DAI).
- at afholde foreningens faste fællesarrangementer såsom Sommerudflugt og Julefrokost
- at lave en danseevent slutningen af 2021
- at lave et foredrag eller et andet kulturelt og socialt arrangement i foråret 2022
- at invitere og afholde den årlige Trivsels- og Motionsdag i 2022
- at støtte op om arrangementer som Verdens Mentale Sundhedsdag, Outdoordag og andre eksterne arrangementer for at udvide vores netværk af samarbejdspartnere.

På bestyrelsens vegne

Kaspar Ginnerup Knudsen

