Årsberetning for IF Silkesind 2022-2023

IF Silkesinds Bestyrelse vil gerne starte denne årsberetning med at TAKKE alle Jer medlemmer, frivillige, instruktører og samarbejdspartnere for opbakningen til vores lille idrætsforening. Tak for et år, hvor vi heldigvis ikke havde samme corona udfordringer som i de tidligere par år, men hvor vi alligevel har haft svært ved at få medlemmerne tilbage ind i foreningen.

Opråb: Vi har brug for Jer og vil gerne række ud…

Mere end nogensinde før har vi brug for Jeres opbakning, for det er desværre ikke lykkedes os at få foreningen helt op i gear rent medlemsmæssigt, og vi oplever endnu engang et fald i medlemstallet. Vi vil derfor gerne række ud og bede om hjælp til, at vores forening skal bevares og fortsat kunne tilbyde positive oplevelser og trygge idrætsfællesskaber.

Formål og organisering

Foreningens formål er at tilbyde idræt og motion til psykisk sårbare borgere gennem et tæt samarbejde med bl.a. Idræt om Dagen i Silkeborg. Foreningens mål er at øge medlemmernes fysiske og psykiske velvære, at skabe et socialt trygt og stabilt miljø ved at tilbyde forskellige idrætsaktiviteter med mulighed for deltagelse i forskellige turneringer og andre idrætslige og sociale arrangementer. Det skal være et sted, hvor vi får nogle gode oplevelser i løbet af året, og hvor alle trives i fællesskab med hinanden. Husk 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 bestyrelse - 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. Vores mål er fortsat at arbejde for at få flere aktive medlemmer tilbage i foreningen igen. Vi håber at vores tidligere og nuværende medlemmer vil kunne genskabe glæden ved at deltage i vores aktiviteter, ikke mindst da vi jo ved, at idræt og motion er vigtig for det enkelte menneskes fysiske og psykiske velvære.

Et tilbageblik på året der er gået

I året der er gået, har vi forsøgt at tilbyde en lang række aktiviteter og arrangementer både inde og ude. I naturen har vi netop afsluttet Winterwalking, ligesom vi har haft 100 km for Mental Sundhed, Skovtræning og senest er startet op med Disc Golf på Søhøjlandets Disc Golfpark.
Vi havde en hyggelig Sommerudflugt ved De Små Fisk tilbage i juni med masser af spil og mad over bål, ligesom vi igen i år deltog i Socialudvalgets Outdoordag i Lunden midt i august. Enkelte medlemmer har bakket op om Idræt om Dagens Stav- og Gangfestival (juni), Motionscykelløbet Julsø Rundt (september) og ikke mindst vores ”Psykeltur” i forbindelse med Verdens Mentale Sundhedsdag i oktober. Sidstnævnte blev skudt i gang af borgmester Helle Gade, og var samtidig afslutningen på 100 km for Mental Sundhed, hvor hele 6 seje medlemmer havde nået den milepæl. 100 km for Mental Sundhed var i øvrigt også involveret i Fællesskabsstafetten i løbet af september måned for at vise IFS

flaget og vores lille cykelfællesskab. Gode sociale arrangementer som i december blev krydret med vores traditionsrige julefrokost, ligesom vi i februar 2023 gav medlemmerne mulighed for at være med til tophåndbold med Silkeborg Voel her i Jysk Arena.

I august 2022 var vi så privilegeret at modtage en donation på hele 10.000 kr. fra Cykel for Sagen. Det er vi dybt taknemmelige for, og vi tog da også pænt imod alle deltagerne med dans og underholdning, da rytterne ankom til Hotel Scandic i Silkeborg. Penge som vi nu har øremærket nye aktiviteter og arrangementer.
Et sidste arrangement vi lige vil nævne, er vores workshop omkring "Dét at håndtere angst" og "Den Gode Velkomst" for frivillige og sundhedstovholdere tilbage i januar måned. Et super godt arrangement, hvor vi havde besøg af Camilla Sødequist**,** Psykolog hos Team for OCD og Angst, og hvor vi havde en god dialog omkring angst og den god velkomst. Dette arrangement for frivillige følges op i maj måned, hvor vi tilbyder et kort Hjerteredderkursus.

Samler gerne på gode historier og oplevelser

Med de mange aktiviteter og arrangementer vil vi gerne sprede budskabet og nå ud til endnu flere. Vi har derfor forsøgt at skabe mere aktivitet på vores facebookside, ligesom vi fortsat arbejder på at udvikle nye samarbejder både internt i kommunen med også eksternt. Et af disse er de frivillige Motionsvenner, som i årets løb har ligget stabilt på omkring 40 deltagere. I Mandags var vi en del af arrangementet "Foreningsdating", som viser borgerne i Silkeborg mangfoldigheden af de mange idrætstilbud, der er i kommunen. Vi har fortsat brug for de gode historier, så vi vil gerne endnu engang række ud og få Jer med til at få flere med ind i fællesskabet.

Handleplan 2023-2024

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

- 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 lave endnu en fælles kursusdag og temadag for nuværende og evt. nye frivillige
- at tilbyde flere såkaldte sæsontilbud og på tegnebrættet er ud over det nye Disc Golf, et løbehold og til efterårssæsonen et cirkeltræningshold
- 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 et foredrag eller et andet kulturelt og socialt arrangement i efteråret 2023
- at invitere og afholde den årlige Trivsels- og Motionsdag i 2024
- 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

IF SILKESIND SILKEBORG