

VERKSAMHETSPLAN 2021

Ridföreningen Lunk i kring på Lovö, Drottningholm riktar sig främst till barn och ungdomar i åldrarna 3–21 år med olika typer av funktionsvariationer och rörelsehinder samt även vuxna i mån av plats. Lunk i kringens mål är att fortsätta arbeta i en positiv och utvecklande anda. Där drivkraften är att vår målgrupp ska få tillgång till den fysiska och mentala terapi som ridning och kontakt med hästar har visat sig innebära.

Föreningen planerar att under 2021 genomföra följande;

- Terminsridning 16 tillfällen per termin med start 25 januari tom mitten av december. Totalt 32 ridtillfällen per år och ryttare, 36 ryttare /vecka.
- Lördagsridning 8 tillfällen per termin. Totalt 16 ridtillfällen per år och ryttare, 16 ryttare/vecka
- Onsdagsgruppen 14 tillfällen/termin. Totalt 28 ridtillfällen per år och ryttare, 12 ryttare/vecka
- Pröva på ridning för kö-barn och andra intresserade ca 10–20 tillfällen/termin
- Erbjuder fortsatt samarbete med barnsjukhus/avdelningar vid efterfrågan. Som tidigare Astrid Lindgrens lekterapi då vi erbjöd barn /ungdomar att rida hos oss vid 2 tillfällen som ett led i barnens rehabilitering och tillfrisknande.
- Utskick av medlemsbrev till våra ryttare och medlemmar sker cirka 5 gånger per år.
- Ta emot kunder/klasser från assistansbolag/särskolor/elevhem för en eller flera hästaktivitetsdagar hos oss.
- Samarbete med habiliteringsenheter. Brommaplans habiliteringscenter fortsätter med "sjukgymnastik till häst" en dag/vecka med en egen grupp.
- Erbjuder intensivridning under loven: jul, sport, påsk, höstlov samt dagridläger på sommaren.

- Erbjudna häst och vagnskörning
- Våra temaveckor är nu en permanent del av verksamheten. Vilket förgyller våra ridtillfällen för både ryttare och personal. Vi beräknar ca 8-10 tillfällen per år. Dessa infattar teman som stimulerar människans alla sinnen.
- Medlemsdag med aktiviteter ute på Lunk i kring.
- Arbetsmöten med personalgruppen samt utvecklingsdagar och en dag då vi jobbar med teambuilding.
- Lunk i kring lokaler/ bodar ses över. Då det finns renoveringsbehov.
- Personalmöten varje vecka
- Föreningen planerar årsmöte i april månad.
- Fortsätta kompetensutveckling av personal och ideellt engagerade med kurser samt föreläsningar inom vår genre som t ex teckenkommunikation, körkurs för att uppgradera kunskaper för personal och häst och ridsportförbundets utbildningar.
- Delta i de event som blir möjliga under året för att öka publicitet och visa upp vår verksamhet, vad vi gör och hur viktigt det är.
- Vi planerar fortsatt att erbjuda externa aktiviteter för ryttare och dess familjer, som tex. syskonridning.
- Pilotprojekt stallkompisar har premiär under året. Vi erbjuder en aktivitet där vi fokuserar på gemenskap och samarbete, där barnen kan lära av varandra och kanske också hitta nya vänner.
- Projekt hemmasittande barn. Vi vill erbjuda vårt arbetssätt för att bryta mönster för hemmasittande barn (barn som inte går i skolan pga. psykosociala omständigheter) genom hästrelaterade aktiviteter i en stimulerande och kravlös miljö.
- FaR- Fysisk aktivitet på recept. Lunk i kring personal kommer certifieras under våren för att bli diplomerade och Lunk i kring kan då erbjuda fysisk

aktivitet på recept genom Akademiskt primärvårdscentrum Region Stockholm.

- Föreningen söker aktivt samarbete med särskolor i mångkulturella områden. Vi har fått indikationer/förstått att umgänget med djur och natur inte är lika förekommande i många kulturer därför är detta en betydelsefull och viktig insats.

Coronapandemin: Gällande utbrottet av Coronaviruset och de effekter det orsakar i samhället följer föreningen noga myndigheternas och Parasportförbundets rekommendationer om hur idrottsföreningar ska hantera sina verksamheter under rådande omständigheter.

Lunk i kring är en mycket aktiv och levande förening som med stor entusiasm och lekfullhet skapar en miljö där vår målgrupp kan få utvecklas i sin egen takt och där vi arbetar för att ge våra ryttare en maximal upplevelse. Vi utgår från varje elev, det finns inga rätt eller fel, det vi vill förmedla är att våra elever ska tro på sig själva. Det finns en vilja och lust till utveckling som vi nu kan bejaka i större utsträckning. Vi kan strukturera vår verksamhet på ett mer långsiktigt sätt och det skapar trygghet och stabilitet. Föreningen kan idag erbjuda en mycket högkvalitativ verksamhet där kompetensen är säkrad.

Hos oss får barnen ett stimulerande fritidsintresse, ridträning i små grupper i en fantastisk utomhusmiljö året runt. Barnen får möjlighet till socialt umgänge i en stärkande miljö, vänskapsband knyts och kontakten med hästarna skapar också starka band. Vi möter så mycket glädje i arbetet med barnen och hästarna, det är en stark drivkraft som gör vårt arbete så roligt och stimulerande!

Ridning ger positiva effekter som kan ge ökad livskvalité

Stockholm den 31 december 2020

Ekonomi/utvecklingsansvarig
Lena Hallman

Verksamhetsansvarig
Erika Zacco