

## LUNK I KRING - Ideell ridförening för barn och ungdomar med funktionsvariationer

### Föreningens verksamhetsberättelse för år 2021

Den nuvarande styrelsen konstituerade sig efter årsmötet den 19 april 2021. och bestod av följande: Cecilia Norlander ordförande; Josefin Eberg ledamot; Malin Lindelöw kassör; David Sundberg ledamot; Anna Ryberg ledamot; Jeanette Nelson suppleant; Madeleine Wahlberg sekreterare.

Maria Lönn är arbetsledare. Erika Zacco är verksamhetsansvarig och personalansvarig. Lena Hallman är ekonomiansvarig. Isabella Hägg vikarierade delvis för Erika t om 15 november då Erika kom tillbaka efter föräldraledighet.

Styrelsen har under året haft 5 protokollförda möten, 1 årsmöte och 1 konstituerande styrelsemöte. Personalgruppen har regelbundet under året haft personalmöten samt flera arbetsmöten.

#### Syfte:

Lunk i kringens syfte är att bedriva ridning i form av ridträning och/eller fritidsridning relaterat till hälsa (rehabiliteringsträning, habilitering, hälsovård) för främst barn och ungdomar med funktionsvariationer. Även deras familjer och vuxna personer med funktionsvariationer får ta del av verksamheten i mån av möjlighet.

#### Föreningens verksamhet:

**Lunk i kringens** verksamhet riktar sig till barn och unga med olika utmaningar och erbjuder aktiviteter som ger glädje, motivation och samhörighet där träningen kommer med på köpet! Med stor entusiasm och lekfullhet har vi skapat en trygg miljö som är välkomnande och inkluderande och 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.

**På Lunk i kring** individanpassar vi fysisk aktivitet i en prestigelös miljö tillsammans med våra fantastiska hästar. Vi rider/kör utomhus året om i skog och mark eller på vår ridbana omgivet av åkrar, skog och ett behagligt lugn på vackra Lovön Drottningholm. Föreningens verksamhet sträcker sig året runt och inkluderar terminsridning, prova på ridning, intensivridning på alla lov, dagridläger, häst och vagnskörning samt hästaktivitetsdagar. Vi har idag ca 65 barn som rider varje vecka, mellan 8–16 ridtillfällen per termin. Övriga aktiviteter genererar 100-tals ridtillfällen/år.

**Hos oss rider** våra ryttare i mindre grupper då vi eftersträvar att vår målgrupp maximalt ska kunna tillgodogöra sig ridstunden hos oss. Varje deltagare har en egen personal som leder hästen och vi anpassar aktiviteten med stor hänsyn till varje individ minst en assistent/anhörig går också vid sidan om. Vårt säkerhetstänkande ställer höga krav på våra medarbetare.

**Drivkraft:** Ridning är en mycket skonsam men effektiv träningsform. När man sitter på hästen överförs flerdimensionella rörelseimpulser som bland annat ger positiva effekter på balans, bålstabilitet, andning, magtarmkanalsystemet, koordination, rörlighet. Att umgås

med hästar skapar dessutom sociala och emotionella band mellan människan och hästen som har setts förbättra bland annat självkänsla, motivation, empati, självförtroende, mod och känslan av samhörighet.

Hästen och ridningen öppnar bevisligen upp och gör oss mer mottagliga för kommunikation och social samvaro. Vår målgrupp har tyvärr lättare att hamna i isolering och i ett ofrivilligt utanförskap men med hjälp av hästen och vårt sätt att arbeta kan vi inspirera och skapa utrymme där barnet och anhöriga kan få ett nytt intresse, träning, nya vänner. I en enastående utemiljö och med hjälp av hästen får barn/ungdomar som annars inte kanske har möjlighet att komma ut i naturen chansen att få uppleva detta fantastiska djur, känna värmen från hästen och vinden fläkta mot ansiktet. Detta väcker upp ryttarens sinnen. Frisk luft och att vara utomhus, i skogen, är i sig själv en härlig upplevelse med allt det kan innebära av möten med andra djur, dofter, årstids och väderskiftningar.

### **Årets verksamhet:**

Föreningen hade 351 medlemmar 2021.

Vårterminen startade den 25 januari och hösten den 16 augusti med drygt 65 ryttare i veckan alla bosatta i Stockholmsregionen, många i Stockholm stad.

Efterfrågan har ökat under pandemin och vi maximerade vår lovverksamhet för att kunna ta emot fler barn. Vi har erbjudit intensivridning på alla lov, sommarridning för 38 ryttare med långritter, 2-dagars ridning med utmaningar i skogen och på ridbanan, skattkista, tipspromenad och andra hästrelaterade aktiviteter. Temaveckor kontinuerligt under året där barnen fått jobba med att utmana sig själva och sina sinnen genom bild, form, minne, medkänsla och olika utmaningar som hinderbanor och allt med hästen i fokus.

Hästaktivitetsdagar för barn från särskolor och syskonridning. Året avslutades med glögg, varm saft och pepparkaka och i kastanjeträdet hängde julklapparna och väntade.

Vi har lyckats genomföra stora utvecklingsdelar som \*hästskötprogrammet, börjat ta emot förmiddagsryttare, fortsatt utveckla temaveckorna, 2 nya timanställda, utökat medryttarschemat, utvecklingsdagar och teambuildning.

**\*Projektet hemmasittande barn och hästskötprogrammet:**

Det finns ett stort behov att få barn med problematisk skolfrånvaro att bryta mönster och hitta en väg till en meningsfull vardag. Även barn som fungerar i skolan men med psykosomatisk problematik är inkluderade i detta projekt.

**Speciellt under 2021:** Vi har gjort allt för att hålla föreningen öppen och varit extremt lösningsfokuserade och kreativa för att kunna ta emot så många som möjligt ur vår målgrupp som också varit extra utsatt under pandemin vilket gjort oss ännu mer medvetna om hur värdefull vår verksamhet är och dess syfte. Det har visat sig att värdet av att jobba utomhus året om och vårt arbetssätt uppskattas mer än någonsin.

Den positiva respons som vi fått från våra ryttare med familjer och andra instanser har varit överväldigande och gjort oss ännu mer motiverade.

Barnen och anhöriga har uttryckt: *"Så skönt att vara här, så friskt och normalt, något att hålla fast i, här känner vi oss genuint trygga, att få komma ut och andas frisk luft, att göra något roligt tillsammans trots isolering och restriktioner, veckans höjdpunkt "en häst vet ju inte om att det är Corona!"*

## **Samarbete**

**Sjukgymnastik till häst:** med hjälp av personal från Lunk i kring jobbar en sjukgymnast från Habiliteringsenheten i Bromma med en egen barngrupp en förmiddag i veckan. Flera av dessa elever har valt att fortsätta rida på Lunk i kring efter avslutat kurstillfälle.

**Rehab:** Lunk i kring har erbjudit barn och ungdomar via lekterapi på Astrid Lindgrens barnsjukhus att rida vid minst 2 tillfällen som ett led i barnets rehabilitering. Både dessa samarbeten fortsätter under 2022

## **Beviljade Bidrag 2021**

### **Fonder, stiftelser och företag**

Kronprinsessan Victorias fond	175 000
Carlsson stiftelse	50 000
Gålostiftelsen	50 000
Jerring fonden	20 000
Stiftelsen konung Oscar den II och Drottning Sophias guldbrällöpsminne	30 000
Norrbacka Eugenia	15 000
Byggnadsstiftelsen St. Erik.	25 000
Lagervalls stiftelse	30 000
Bernströms Barnfond	<b>500 000</b>
Kronprinsessan Margaretas minnesfond	20 000
Stiftelsen Frimurare barnhuset i Sthlm	40 000
Pro Patria	50 000
Prins Carl Gustaf stiftelse	30 000
Lindhes Advokatbyrå	25 000
Patriam Julgåva	10 000
ATG Drömfond	100 000
Hugos Stiftelse	10 000
Socialtjänstförvaltningen	332 000
Idrottsförvaltningen	300 000
Landstinget	180 000
Aktivitetsbidrag	12 000
studiefrämjandet	3 500
kulturförvaltningen	326 000
Parasportförbundet LOK-stöd	14 000

Tack vare det stöd Lunk i kring får kan föreningen erbjuda en högkvalitativ, aktiv och levande verksamhet där kompetensen är säkrad. Stort tack till ovanstående bidragsgivare som gör detta möjligt!

### **Bidrag som har eller ska sökas 2022:**

Socialtjänstförvaltningen	<b>332 000</b>
Idrottsförvaltningen	300 000
Landstinget	<b>180 000</b>

Aktivitetsbidrag	12 000
kulturförvaltningen	326 000
Parasportförbundet LOKstöd	15 000
Kronprinsessan Victorias fond	175 000
Carlsson stiftelse	50 000
Gålöstiftelsen	50 000
Jerringfonden	30 000
Stiftelsen konung Oscar den II och Drottning Sophias guldbryllopsminne	40 000
Norrbacka Eugenia	15 000
Byggnadsstiftelsen St Erik..	25 000
Lagervalls stiftelse	30 000
Bernströms Barnfond	<b>400 000</b>
Kronprinsessan Margaretas minnesfond	30 000
Stiftelsen Frimurare barnhuset i Sthlm	40 000
Lindhes Advokatbyrå	25 000
Prins Carl Gustaf stiftelse	30 000
Pro Patria	50 000
Ax:son Johnson stiftelse	50 000
Prins Gustaf Adolf och Sibyllas minnesfond	20 000

**Hästar:** Våra hästar är lugna och erfarna och våra ryttare guidas hela tiden av vår personal som har stor förståelse för varje individs olika förutsättningar och behov. Våra fyra islandshästar och fjordhästarna Lanzo och Enzo som vi hyr från Taffsnäs Gård är unika och kompletterar varandra och gör ett fantastiskt jobb för föreningen. Hästarnas skötsel, vård och omsorg står i fokus.

**Häst och vagnskörning:** Lunk i kring har 2 vagnar för körning, en rullstolsanpassad och en enklare sulky.

**Personal:**

De sista åren har varit utmanande men den fina gemenskap vi har i gruppen har hjälpt oss att kämpa på trots pandemin och allt vad det inneburit. Vi som jobbar med Lunk i kring delar samma glädje och vision för det vi gör. Kompetensen är mycket hög, kreativ och seriös. Vi tycker om att utmana oss själva och att hitta lösningar för att varje enskilt barn ska kunna få ut så mycket som möjligt av att rida hos oss.

**Vi som arbetat praktiskt och administrativt under 2021** med Lunk i kring är Maria Lönn, Lena Hallman, Erika Zacco, Pirjo Holappa, Isabella Hägg, Rebecca Holmström, Sarah Blome´, Janine Larkman, Natalia Holmberg, Helena Gustawson. Utöver detta tillkommer styrelsen. I personalgruppen finns det en bred yrkeskompetens som etolog, arbetsterapeut, rid terapeut, hästskötare, Rehab instruktör, PT och holistisk coach, hälsocoach, och teckenkommunikation utbildade. En stor del av personalen har gått Ridsportförbundets ledarutbildning funktionsnedsättning och delaktighet i olika steg. Föreningen hade 2 heltidsanställda, 4 deltidsanställda, 4 timanställda medarbetare och 1 volontär. Personalgruppen omräknat i heltid består av ca 5 tjänster.

### Annat positivt under året!

Lunk i kring blev vinnare av ATG drömfond med reportage och film i TV4, vi fick en fin utmärkelse av Hugos Stiftelse, Islandshästtidningen gjorde ett reportage om oss, nominering till Svenska Hjältar med reportage och film i Aftonbladet, julgåva från företaget Patriam.

Vi genomförde en FaR certifiering, fysisk aktivitet på recept, av personal och vår verksamhet. Flera utbildningsdagar i tömkörning för personalgruppen.

Lena och Isabella genomförde distanskurs genom hästnäringen i Sverige HUI 1. Kartläggning, 2. Forskning och Evidens 3. Samverkan.

Det blev en fin avslutning med personal, styrelse, volontärer på stallbacken i juni. Den 2/10 genomförde vi en medlemsdag med temat möten, lek och aktiviteter i stallmiljö, det var 40 medlemmar som kom och vi hade en härlig dag tillsammans. Vi bjöd på korv med bröd och fika.

### Lunk i kring framåt:

Föreningen startade för 30 år sedan och med den mångåriga erfarenheten har Lunk i kring en stabil och genuin grund att stå på, verksamheten har varit belägen i 23 år på Berga Gård och i samma regi. Det finns mycket goda förutsättningar att Lunk i kring kan fortsätta den positiva utveckling som vi sett under många år. Det är viktigt att fortsätta arbetet med att säkra kompetenser och tillvarata det vi gör bra. Det finns alla förutsättningar för en gynnsam framtid.

Vår intention är att föreningen i många år till kommer att fortsätta arbeta i samma kvalitativa och utvecklande anda med att erbjuda barn och ungdomar med funktionsvariationer att få tillgång till den fysiska och mentala terapi som ridning och kontakt med hästar har visat sig innebära.

25/3 2022

Ekonomiansvarig

Lena Hallman



Verksamhetsansvarig

Erika Zacco



För styrelsen

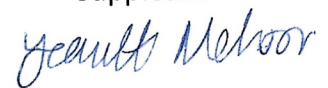


Ordförande



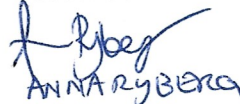
Kassör

Suppleant



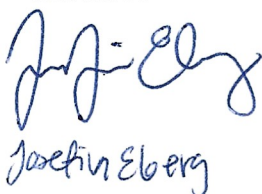
Sekreterare

Ledamot



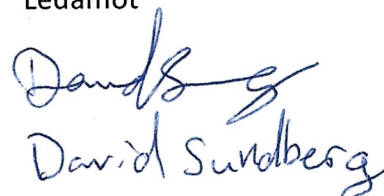
ANNA RYBERG

Ledamot



Josefin Eberg

Ledamot



David Sundberg