



LUNK I KRING - *Ideell ridförening för barn och ungdomar med funktionsvariation.
Fritid hästar och natur för barn och unga som behöver extra stöd.*

Föreningens verksamhetsberättelse för år 2024

Den nuvarande styrelsen konstituerade sig efter årsmötet den 21 april 2024 och bestod av följande: Cecilia Norlander ordförande; Sofia Ehn ledamot; Malin Lindelöw kassör; David Sundberg ledamot; Johnny Melander ledamot; Josefin Eberg suppleant; Madeleine Wahlberg sekreterare. Styrelsen har under året haft 4 protokollförda möten, 1 årsmöte och 1 konstituerande styrelsemöte.

Isabella Hägg var verksamhetsansvarig fram till 1/10 därefter tog Anna Rebermark över ansvaret. Lena Hallman är ekonomiansvarig och Maria Lönn är arbetsledare. Personalgruppen har regelbundet under året haft personalmöten samt flera arbetsmöten.

Syfte: Är att bedriva ridning i form av ridträning och/eller fritidsridning för barn och unga med funktionsvariation som har både psykiska och fysiska utmaningar som neuropsykiatriska diagnoser där många är flerdiagnostiserade. Exempel på diagnoser är cp skador, ryggmärgsbräck, rörelsehinder, syn och hörselnedsättningar, olika syndrom och sjukdomar, hjärnskadade barn av olycksfall eller sjukdom.

Även deras familjer och vuxna personer med funktionsvariationer får ta del av verksamheten i mån av möjlighet.

Årets verksamhet och aktiviteter: Föreningen hade 404 medlemmar per den 31/12 2024. Vårterminen startade den 24 januari och höstterminen den 12 augusti med 60–70 ryttare i veckan alla bosatta i Stockholmsregionen, många i Stockholm stad.

Vi har erbjudit och genomfört terminsridning med spännande temaveckor*, stallkompisar, mixad grupp, hästskötarprogrammet-psykisk ohälsa, lovridning, dagridläger, syskonridning, hästaktivitetsdagar för barn från anpassad skola, sommar och vinter i stallet, privatlektioner, fysisk aktivitet på recept, tagit emot externa grupper, tagit emot praktikanter med NPF.

Lov/dagridläger: Under sommaren 2024 kunde vi erbjuda flera roliga olika aktiviteter som ritt i skogen med skattkarta och kluriga frågor i brevlådor som ledde till den gyllene dörren med skattkista, ridläger med WE bana som tema (working equitation) ridläger med dressyrkurs och programridning, sommar i stallet och långritter i skogen.

** 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.*

Lunk i kring's arbetssätt: Vi individanpassar fysisk aktivitet i en prestigelös miljö tillsammans med våra fantastiska hästar. Med stor entusiasm och lekfullhet har vi skapat en trygg 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. Vi rider utomhus året runt eller på vår ridbana omgivet av åkrar, skog och ett behagligt lugn på vackra Lovön Drottningholm sen 2001. Hos oss rider våra ryttare i mindre grupper då vi eftersträvar att vår målgrupp maximalt ska kunna tillgodogöra sig rid stunden hos oss. Varje deltagare har en egen personal som leder hästen och vi anpassar aktiviteten med stor hänsyn till varje individ och minst en assistent/anhörig går vid sidan om. Vårt säkerhetstänkande ställer höga krav på våra medarbetare.

Hästar och ridningens positiva effekter: På Lunk i kring möts barn, ungdomar, familjer och anhöriga i en gemenskap kring hästen. Med visionen att alla människor har rätt till en god fysisk och psykisk hälsa har Lunk i kring skapat en inkluderande plats där varje individ ges möjlighet att växa kravlöst utifrån sina egna förmågor och behov. Någon vill träna sin kropp eller knopp, någon vill lära sig nya rid kunskaper, någon lånar hästens ben för att ta sig fram i skog och mark dit rullstolen aldrig skulle nå, någon annan pausar vardagsstressen och andas in hästens dofter, någon övervinner rädslor och någon annan skapar minnen och vänner för livet. På Lunk i kring är allt detta och mycket mer möjligt. Vi vill se Lunk i kring som möjligheternas plats. Lunk i kring är en stabil och välutvecklad verksamhet som grundas på empati, inkludering, gemenskap, trygga välmående hästar och med en erfaren och engagerad personal.

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.

Speciellt under 2024: Reportage i tidningen Mitt i som löd: "på Lunk i kring bygger unga mod på hästryggen". Lunk i kring deltog i maj på Ekerö centrums sommarfest med ponnyridning och lotteri, smycka din egen hästsko och annat skoj. I september bidrog Lunk i kring med ponnyridning på Rörby Gårds höstmarknad på Lovön. I november kunde föreningen köpa in hästen Silas tack vare sponsring från Dina Försäkringar. Under stora delar av året har vi erbjudit prova på ridning utan kostnad.

På stallbacken: Medlemsdagen den 21 april med tema "att mötas" blev som vanligt en fin och rolig dag på stallbacken och tillsammans med över 70 medlemmar lekte, pysslade, fixade, fikade och umgicks vi i några timmar. Vi fick besök av Pippi Långstrump, prussiluskan och kling& klang till allas förtjusning. Vi hade även under eftermiddagen öppet hus med prova på ridning och avslutade sedan med årsmöte. Terminen avslutades i mitten av juni med sommarmiddag för personal, volontärer, styrelsen och övriga engagerade med ca 20 närvarande, också på stallbacken.

Hästar och dess välfärd: Vi har under en tid gjort ett omfattande arbete och skapat dokument för att säkerställa föreningens arbete med att trygga välfärden hos Lunk i kringens hästpark. Föreningen äger 5 hästar och hyr en fjording från Taffsnäs gård samt har haft tillgång till en lånehäst. Hästarnas skötsel, vård och omsorg står alltid i fokus.

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 avslutad kurstillfälle.

Vi som arbetat praktiskt och administrativt 2024 med Lunk i kring är Maria Lönn, Lena Hallman, Erika Zacco, Pirjo Holappa, Isabella Hägg, Natalia Holmberg, Sofia Ehn, Frida Kindström, Ida Ek, Mitra Sundberg och Anna Rebermark. Utöver detta tillkommer styrelsen. I personalgruppen finns det en bred yrkeskompetens som etolog, förskolepedagogik, 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, 3 deltidsanställda, 5 timanställda medarbetare. Personalgruppen omräknat i heltid bestod av ca 4,5 tjänster.

Föreningen har 11 volontärer som på olika sätt hjälper till där det behövs. Våra volontärer är en mycket värdefull del av vår förening och underlättar för föreningen att skapa en långsiktigt hållbar verksamhet.

Våra volontärer erbjuds ett roligt sammanhang, gemenskap, en sund miljö, att få umgås med hästar och arbeta fysiskt. Som volontär hos oss bidrar man till att skapa mening och värde för andra. Flertalet av våra volontärer har bidragit med sina insatser i flera år.

Beviljade Bidrag 2024

Carlsson stiftelse	70 000
Jerring fonden	30 000
Stiftelsen konung Oscar den II och Drottning	
Sophias guldbrylllopsminne	50 000
Kronprinsessan Victorias fond	222 500
Byggnadsstiftelsen St: Erik.	60 000
Lagervalls stiftelse	30 000
Bernströms Barnfond	600 000
Kronprinsessan Margaretas minnesfond	40 000
Stiftelsen Frimurare barnhuset i Sthlm	60 000
Pro Patria	30 000
Prins Carl Gustaf stiftelse	20 000
Lindhes Advokatbyrå	25 000
Privat donation	100 000
Odd Fellow	30 000
Socialtjänstförvaltningen	332 000
Idrottsförvaltningen	350 000
Hälso och sjukvårdsförvaltningen	175 000
Aktivitetsbidrag	14 510
Kulturförvaltningen	338 654
Parasportförbundet LOK-stöd	12 000

Dina Försäkringar	50 000
Ax:son Johnson Stiftelse	45 000
Privat donation	29 250
Gålostiftelsen	50 000

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

Bidrag som har eller ska sökas 2025:

Socialtjänstförvaltningen	332 000
Idrottsförvaltningen	350 000
Landstinget	165 000
Aktivitetsbidrag	13 355
Kulturförvaltningen	326 000
Parasportförbundet LOK-stöd	10 000
Kronprinsessan Victorias fond	222 500
Carlsson stiftelse	80 000
Privat donation	30 000
Jerringfonden	30 000
Stiftelsen konung Oscar den II och Drottning Sophias guldbröllopsminne	50 000
Norrbacka Eugenia	40 000
Byggnadsstiftelsen ST: Erik	60 000
Lagervalls stiftelse	30 000
Bernströms Barnfond	600 000
Kronprinsessan Margaretas minnesfond	40 000
Stiftelsen Frimurare barnhuset i Sthlm	60 000
Lindhes Advokatbyrå	35 000
Prins Carl Gustaf stiftelse	35 000
Pro Patria	50 000

Lunk i kring framåt: Föreningen startade för 33 år sedan och med den mångåriga erfarenheten har Lunk i kring en stabil och genuin grund att stå på. Verksamheten har varit belägen på Berga Gård i 24 år och sen dess 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 tillvarata det vi gör bra. Stort fokus läggs på vår målgrupp och deras efterfrågan och en trivsamt arbetsmiljö. 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 funktionsvariation att få tillgång till den fysiska och mentala terapi som ridning och kontakt med hästar har visat sig innebära.

Ekonomiansvarig
Lena Hallman

För styrelsen

Ordförande

Kassör

Suppleant

Sekreterare

Ledamot

Ledamot

Ledamot

Detta är ett elektroniskt undertecknat dokument

Underskrifterna i detta dokument uppfyller kraven för Avancerad Elektronisk Underskrift enligt definitionen i eIDAS (EU:s förordning 910/2014).

Äktheten kan kontrolleras i alla tjänster som kan validera underskrifter som godkänts av Myndigheten för digital förvaltning (DIGG). Använd till exempel valideringstjänsten [Signport](#). För validering med Adobe Acrobat Reader, [läs mer här](#).

Notera, om dokumentet skrivs ut på papper följer de elektroniska underskrifterna inte med och kan därför inte valideras.

Följande personer har genom sin elektroniska underskrift godkänt innehållet i detta dokument samt försäkrat att angivna uppgifter är korrekta.