



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 2025

Den nuvarande styrelsen konstituerade sig efter årsmötet den 27 april 2025 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.

Anna Rebermark var verksamhetsansvarig fram till 31/3, därefter tog Lena Hallman och Cecilia Norlander över ansvaret som t.f. verksamhetsansvariga. Lena Hallman är ekonomiansvarig och Maria Lönn är arbetsledare. Personalgruppen har regelbundet under året haft personalmöten samt flera arbetsmöten. Från den 1/8 har vi infört ett nytt arbetssätt som innebär att vi arbetar som ett verksamhetsteam där hela arbetsgruppen delar på arbetsuppgifter som tidigare låg utpekade på verksamhetsansvarig. Detta har skapat stor arbetsglädje.

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, ryggmärgsbråck, 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 364 medlemmar per den 31/12 2025.

Vårterminen startade den 27 januari med 60-70 ryttare i terminsridning och under höstterminen som startade den 11 augusti hade vi 80 ryttare i terminsridning under veckorna, alla bosatta i Stockholmsregionen, många i Stockholm stad.

Vi har erbjudit och genomfört terminsridning med spännande temaveckor*, stallkompisar, mixad grupp, hästskötarprogrammet-psykisk ohälsa, lovridding, 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 2025 kunde vi erbjuda flera roliga olika aktiviteter som dagridläger med ritt i skogen och på bana, hästspa samt barbackaridning. Ridläger med WE bana som tema (working equitation), 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 arbetsätt: 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 2025 Vi har haft många prova-på ryttare och under september erbjöd vi kostnadsfri prova-på. I november besökte vi Hovstallet tillsammans med 30st av våra medlemmar. En mycket uppskattad aktivitet. Under året har inkörning av häst samt utbildning av kusk (i personalen) pågått. Vi har också beställt och fått levererat en specialbyggd vagn så vi i framtiden återigen kan erbjuda häst och vagn som ett alternativ till ridning.

På stallbacken: Medlemsdagen den 27 april, det blev som vanligt en fin och rolig dag på stallbacken och tillsammans med över 70 medlemmar lekte, pysslade, fixade och umgicks vi i några timmar. Vi fick besök av Lunkelina, vår nya maskot som barnen tyckte var roligt att träffa. Vi grillade korv och fikade tillsammans 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 sedan en tid en genomarbetad och dokumenterad process för att säkerställa föreningens arbete med att trygga välfärden hos Lunk i kring's hästpark. Föreningen äger 5 hästar och hyr en fjording från Taffsnäs gård. 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 avslutat kurstillfälle.

Vi som arbetat praktiskt och administrativt 2025 med Lunk i kring är Maria Lönn, Lena Hallman, Erika Zacco, Pirjo Holappa, Frida Kindström, Ida Ek, Jennifer Erkström, Jenny Johansson Berggren och Anna Rebermark. Utöver detta tillkommer styrelsen.

I personalgruppen finns det en bred yrkeskompetens som, 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. Personalgruppen omräknat i heltid bestod av ca 4,5 tjänster.

Föreningen har i snitt 10 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 långsiktig 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 2025

Socialtjänstförvaltningen	332 000
Idrottsförvaltningen	350 000
Häso och landstingsförvaltningen	165 000
Aktivitetsbidrag	13 355
Kulturförvaltningen	333 800
Kronprinsessan Victorias fond	222 500
Carlssons stifelse	80 000
Jerringfonden	30 000
Stiftelsen Konung Oscar II och Drottning Sophias guldrölopsminne	60 000
Norrbacka – Eugenia stiftelsen	30 000
Byggnadsstiftelsen S:t Erik	60 000
Lagervalls	45 000
Bernströms Barnfond	800 000
Kronprinsessan Margaretas minnesfond	40 000
Frimurare Barnhuset i Stockholm	60 000
Lindhes Advokatbyrå	25 000
Prins Carl Gustaf stiftelse	35 000
Pro Patria	30 000
Privata donationer	30 000

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 2026

Socialtjänstförvaltningen	332 000
Idrottsförvaltningen	350 000
Häso och landstingsförvaltningen	180 000
Aktivitetsbidrag Idrottsförvaltningen	14 000
Kulturförvaltningen	330 000
Parasportförbundet LOKstöd	20 000
Kronprinsessan Victorias fond	250 000

Linnea och Josef Carlsson stiftelse	80 000
Gålostiftelsen	50 000
Jerringfonden	30 000
Stiftelsen konung Oscar den II och Drottning Sophias guldbryllupsminne	50 000
Byggnadsstiftelsen St Erik.	60 000
Lagervalls stiftelse	30 000
Bernströms Barnfond	800 000
Kronprinsessan Margaretas minnesfond	40 000
Stiftelsen Frimurare barnhuset i Sthlm	60 000
Lindhes Advokatbyrå	25 000
Prins Carl Gustaf stiftelse	30 000
Pro Patria	30 000
Ax:son Johnson stiftelse	50 000

Lunk i kring framåt: Föreningen startade för 34 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 25 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 trivsam 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	T.f. Verksamhetsansvarig	Arbetsledare
Lena Hallman	Cecilia Norlander	Maria Lönn

För styrelsen		
Ordförande	Kassör	Suppleant

Sekreterare	Ledamot
-------------	---------

Ledamot	Ledamot
---------	---------