

Verksamhetsberättelse 2023



Verksamhetsberättelse för 2023

Styrelsen för Fritidsföreningen i Härnösand lämnar följande berättelse för verksamhetsåret 2023.

Årsmötet hölls den 22 februari 2023 med Frida Angelöw som ordförande och Idha Wänglund som sekreterare.

Styrelsen 2023:

Ordförande:	Frida Angelöw
Vice ordförande:	Idha Wänglund
Kassör:	Jonas Suokko*
Sekreterare:	Idha Wänglund
Ledamot:	Lisa Nordmark*
Ledamot:	Sandra Högman*
Ledamot:	Susanna Wängdahl*
Suppleant:	Susanna Wängdahl
Suppleant:	Vakant
Revisor:	Anna Emnegard
Revisor:	Erika Andersson
Revisorssuppleant:	Karin Persson
Revisorssuppleant:	Jörgen Nilsson

***Styrelsen har förändrats under året.**

- Vår kassör Jonas Suokko flyttade under hösten till Skåne men har trots detta varit kvar fram till årsmötet, vilket har varit väldigt uppskattat.
- Sandra Högman avslutade sin tjänst på Trafikverket i jan 2024
- Lisa Nordmark gick på föräldraledighet i sep och har ersatts av Annica Nilsson
- Susanna Wängdahl slutade och har ersatts av Christoffer Danielsson.

Arbete i styrelsen

Under året har vi haft ett bra och roligt samarbete både i styrelsen och bland de som arbetat i sektionerna.

I början av året la vi upp en struktur för hur ofta vi skulle ha styrelsemöten, vilka som skulle vara digitala och vilka som skulle vara fysiska. Styrelsen har haft 9 möten under verksamhetsåret 2023. Fysiska styrelsemöten har genomförts både i Sundsvall och i Härnösand. Vi började även med att ha samlade sektionsmöten två veckor före respektive styrelsemöte. Sektionsmöten har varit korta möten för att sprida information om arbete i föreningen, information från förbundet och hjälpas åt med tankar och frågor kring arbete med aktiviteter. Styrelsen har under året sett att det inte riktigt finns underlag för fyra sektioner. I början av januari hölls ett medlemsmöte i Sundsvall och digitalt för att diskutera möjliga alternativ. Inför årsmötet 2024 tog styrelsen beslut om att det framöver ska vara två sektioner:

Kultur & Event (kultur, Trivsel och Familj)

Motion & Hobby (Motion och Hobby)

Styrelsen har under året arbetat med olika stödjande dokument för att tydliggöra arbetssätt. Det handlar om att:

- Beskriva uppgifter under ett år för styrelsen respektive sektioner
- Ta fram en årsklocka för stående möten och aktiviteter inom föreningen
- Uppdatera riktlinje för bidrag och ersättningar inklusive formulär för att enkelt kunna redovisa underlag för resebidrag och ersättningar
- Ta fram ett 7-stepsprogram för hur man genomför en aktivitet
- Förändrat antalet sektioner
- Identifierat föreningens kommunikationskanaler samt satt en plan för hur och var information ska spridas i första och andra hand.
- Startat ett Instagramkonto för föreningen.



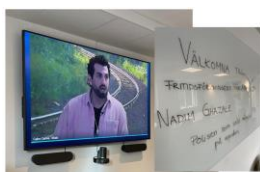
I fritidsförbundet har det tagits beslut om att fritidsföreningarna ska följa samma regionindelning som numera gäller för Trafikverket sedan 2024. Som ett led i detta tog vi kontakt med fritidsföreningen i Östersund för inspiration men också för att klura på om det fanns någon aktivitet vi skulle kunna göra tillsammans. Detta har varit ett roligt samarbete som mynnade ut i att vi genomförde kontorsmästerskap i cornhole tillsammans med totalt 51 deltagare från alla tre kontoren, där Härnösands lag Majestätiska vann och det bjöds på tårtkalas på Härnösandskontoret



Uppsala fritidsförening har erbjudit Yoga via Zoom under både våren och hösten 2023. Det har varit uppskattat och det är flera från vår förening som deltagit i de olika yogapassen.

Vi har även tagit del av tre föreläsningar som arrangerats av förbundet med god uppslutning.

Nadim Ghazale föreläste om mångfald, **Jakob Wenzer** om att få en ADHD-diagnos som vuxen samt **Malin Fröjmark** om klimakteriet



Trafikverkets Fritidsförbund

...bjuder in medlemmar till fika och föreläsning med

Jakob Wenzer



Malin Fröjmark

Sektioner 2023:

(s) sammankallande

Racket	Håkan Åberg (s) Christer Lantz
Boll	Anders Westlund (s) Jimmy Dahlbom Jan Mattsson
HoJoggåski	Mikael Backebjörk (s) Maria Lundgren
Kultur & Event	Sandra Högman (s) Annette Ekman Christoffer Danielsson Madelen Grannas

Racket

Har inte haft någon verksamhet under året.

HoJoggåski

Deltagare i lopp

Under 2023 deltog föreningens medlemmar i följande lopp: Cykelvasan, Tjejmilen Stockholm och Härnö trail. De tyckte det var kul att representera Fritidsföreningen och uppmanar fler att hänga på nästa år.

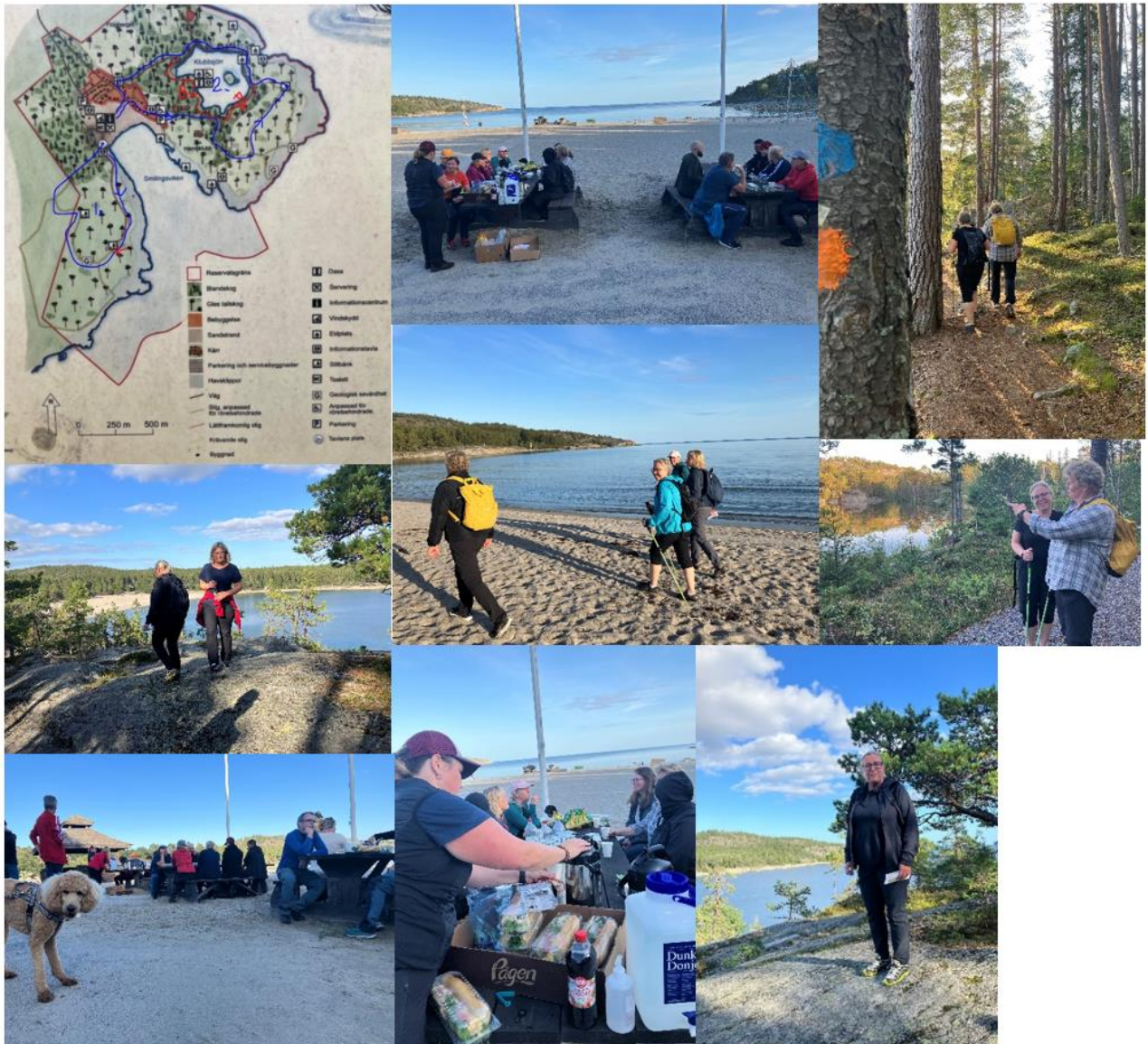


Vandring på Härnös utsida

Den 6 september samlades 30 st. medlemmar med fotriktiga skor utanför kontoret i Härnösand för samåkning till Smitingen. Efter säkerhetsgenomgång om första förband och utrymningsvägar så påbörjades etapp 1. Stigen var knappt 2 km och bitvis något krävande, men det fanns en variant med en vändplats för de som vill gå kortare och mer lättframkomligt. Funktionären som skulle stå vid vändplatsen fuckade dessvärre upp, så alla fick gå hela varvet. Bra jobbat alla (utom funktionären)! Efter fika vid stranden väntade etapp 2 för de som ville gå lite längre. Stigen var 4 km och bitvis något krävande, men även här fanns kortare och mer lättframkomliga varianter. Den här gången var funktionären hyfsat vid sina sinnes fulla bruk och ledde några på en av genvägarna, medan några gick hela varvet.

Äventyret avslutades med bad för vissa och blängsylta för andra. Alla kom hem i ordning och inga rapporter om bestående men har kommit in, så arrangörsstaben är helnöjd.

Kom ihåg till nästa gång: välj samma väder. Tack ni som kom!



Boll

Fotboll:

Under vårsäsongen kickade vi boll i Franzenhallen och under höstsäsongen i Gerestaskolans sporthall och lika som tidigare år har tiden varit fredagar mellan 16 och 17. Intresset har varit ganska bra med 6 till 10 spelare per tillfälle där ca hälften av deltagarna varit trafikverkare. Nya och gamla spelare hälsas varmt välkomna att delta i årets bollkickingande i Gerestahallen under samma tid som tidigare.



Innebandy:

Vi provade att starta upp innebandyn igen under våren-23 då vi liksom tidigare reserverat lokal på Härnösands simhall. Tyvärr var intresset mycket lågt och vi lyckades inte få ihop tillräckligt med spelare för att genomföra ett enda pass. Vi siktar på att skicka ut ny intresseanmälan under 2024 för att se om intresset kommit tillbaka och som vanligt är då både gamla och nya spelare varmt välkomna.

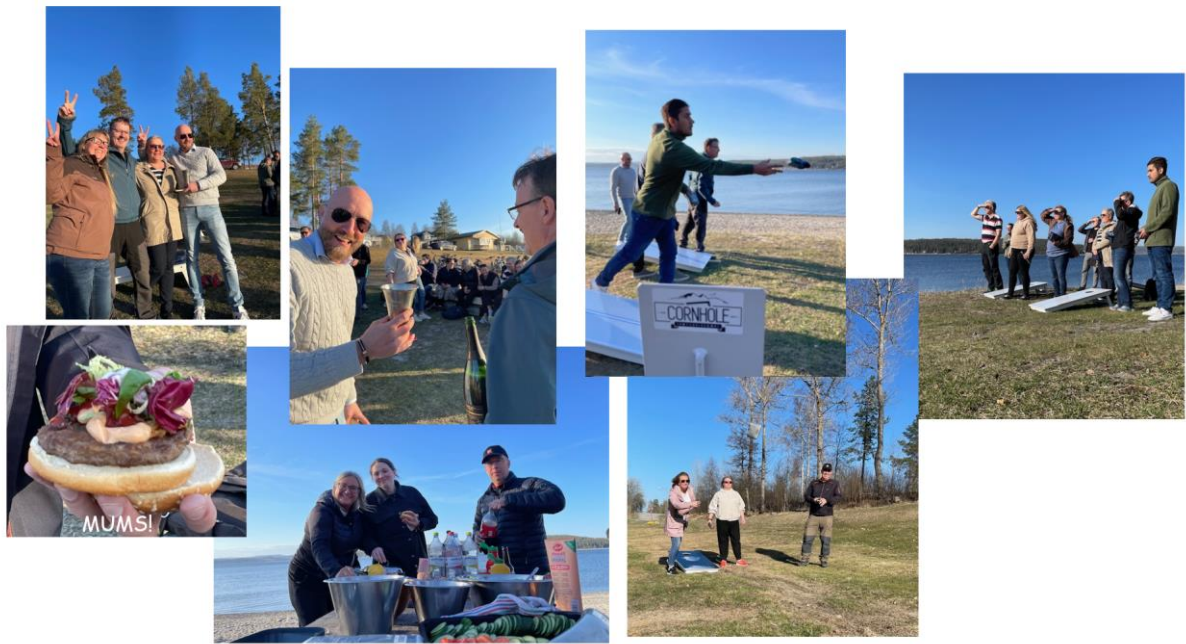


Kultur & Event

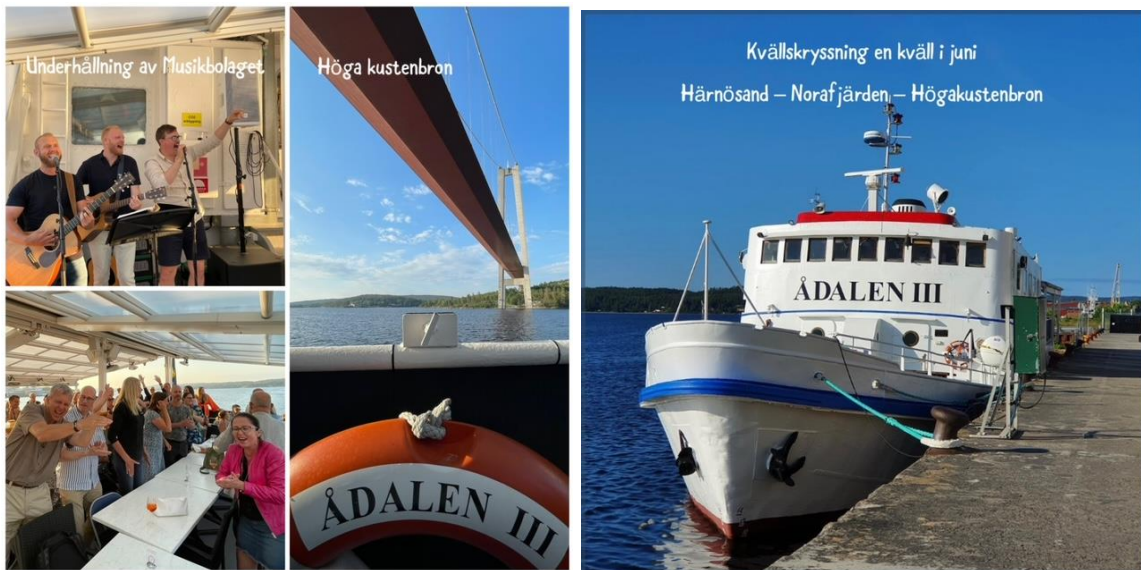
Kultur och Event har under verksamhetsåret 2023 planerat och genomfört via både sektion och medlemmar totalt fyra aktiviteter.

Först ut var en AW på Sälsten i mitten på Maj, väl där bjöds det på en rafflande cornhole turnering med slumpvalda lag, grillade hamburgare och ett härligt väder. Extra roligt var att det var en bra uppslutning med 25 deltagare och glada miner kvällen igenom.

I Sundsvall ordnades en likadan AW med cornhole turnering och 12 deltagare.



Näst på tur har vi den mer eller mindre stående båtturen med Ådalen III i mitten av juni och vilken succé det blev i år. Vädret vänder dryga timmen innan avgång från duggregn till strålande sol och väl ombord möts 42 medlemmar av en härlig buffé och fantastisk underhållning.



Julfesten gick i år av stapeln den 7 december och denna gång i Hernö Hantverksöls lokal i Härnösand.

Detta blev även den aktivitet som drog flest medlemmar av samtliga då vi blev hela 63 stycken vilket är fantastiskt roligt. Hör bjöds på ett litet quiz som en av våra sektionsmedlemmar knåpat ihop innan trubaduren Patrik Törnsten tog över.



Den sista aktiviteten som genomförts var att 25 medlemmar gick på Engströms för att kolla på surströmmingsderbyt Timrå-Modo, avnjuta en god buffé och varandras sällskap. Många visade stolt upp sin lagtillhörighet och några fastnade även på bild då Tidningen Ångermanland var på plats.

Bilder från Tidningen Ångermanland



Denna aktivitet är ett gott exempel på hur vi önskar att det fungerar mellan styrelse, sektion och medlemmar. Vill man göra en särskild aktivitet så behöver det inte alltid vara styrelse eller sektion som drar i det utan att man själv som medlem kan genomföra något. Detta blev grunden för 7-stepsprogrammet som styrelsen tagit fram. Så ett extra tack, och guldstjärna i kanten till Mia Törnberg som tog initiativ till hockeykvällen.

RÄKNAR VI SAMMAN ALLA DELTAGARE I ALLA AKTIVITETER BLIR DET 800 för 2023!!!

Styrelsen tackar för året som varit och ser fram emot ett nytt härligt år med fler aktiviteter, fler medlemmar och många trevliga stunder tillsammans!

