

Verksamhetsplan 2026 för Sollentuna Halliwickklubb Vikingen

Sollentuna Halliwickklubb är en ideell förening för barn, ungdomar och deras familjer och vuxna med någon form av funktionshinder. Målet är att alla ska kunna röra sig i vattnet efter egen förmåga. Från vattenlek till simförmåga, att rörelse i vattnet är roligt. Att det är viktigt att träning bedrivs livslångt.

Vi är knutna till Riksidrottsförbundet och Stockholms Parasportförbund.

Vi bygger vår verksamhet på Halliwickmetoden som är en systematisk vattenträning individuellt eller i grupp. Träningen bedrivs i lekform och kan ledas av förälder.

Vi har haft förmånen att ha en simtränare, Sinikka Rantapää knuten till verksamheten sedan HT 2022 då hon kommit regelbundet. Under höstterminen 2023 utvecklades samarbetet med Aktiv Sim och huvudtränaren Sinikka och andretränaren Hamza Saber. De har erfarenhet av att träna barn och ungdomar med funktionshinder. Träningen fortsatte regelbundet under 2024 med simträning vid cirka hälften av tillfällena då det var lördagssimning (klubbens bassängtid i Sollentuna simhall). Målsättningen är att fortsätta med simträningen i den omfattningen.

Ett alternativ till simträning med ledare är att föräldrar och barn tränar tillsammans. Huvudsaken är att man är aktiv i lek och simträning. Föräldrar får använda sin fantasi i vattnet - man är aldrig för gammal för att leka. Positiv inlärning - tala om vad som är rätt och bra, inte vad som är fel och dåligt.

Lördagssimningen blir en gemensam trevlig upplevelse att se fram emot där träning av kroppsuppfattning, koordination och balans ingår. Barnen och ungdomarna utvecklar samspelet och leker tillsammans, den sociala tillhörigheten är viktig.

Det finns en kärna av medlemmar som har varit medlemmar länge. Nya medlemmar tillkommer oftast genom att en familj blir medlem när deras barn är små. Flera av ungdomarna fortsätter att simma med Halliwickklubben när de blir vuxna. Andra tappar intresset för simning och slutar när de blir äldre och går ur klubben eller blir passiva medlemmar. Därför är det viktigt att det finns en jämn tillströmning av medlemmar till föreningen. Det finns också de som upptäcker klubben när de är äldre och ansöker om medlemskap.

Vi får kontakt med nya medlemmar via Fritidsnätet, www.fritidsnatet.se, där vi står med. Skolor i närområdet har vi kontakt med och de tipsar sina elever med särskilda behov om vår verksamhet. Vi kommer under året att besöka en skola i närområdet för att berätta om vår verksamhet. Via habiliteringen i Sollentuna får vi in nya medlemmar. Några upptäcker oss genom klubbens hemsida <https://halliwickssollentuna.se>.

Vi har deltagit på Fritidsmässan som är ett samarbete mellan 6 kommuner, Danderyd, Järfälla, Sollentuna, Täby, Upplands-Bro och Österåker varav Täby är värdkommun. Målgruppen är

personer med fysisk, psykisk och intellektuell funktionsnedsättning och temat är hälsa. Vi kommer att fortsätta att delta på Fritidsmässan för att visa upp vår verksamhet och få in nya medlemmar.

Kontakt med våra medlemmar sker genom mailutskick sedan den 1/1-2023 även genom klubbens hemsida. På hemsidan skriver vi viktiga datum och när det är simträningar.

Vi har profilerat oss genom att utforma en logga som är med på hemsidan och som vi kan använda vid utskick. Klubben har också låtit tillverka en Rollup med texten "En simklubb för alla". Vi planerar också att ta fram en t-shirt eller hoodie med klubbens logga och namn.

Vi har kontakt med Rösjöskolan och kommer att besöka dem när Sollentuna simhall öppnar igen. Detta för att fler barn och ungdomar med funktionshinder och deras familjer ska upptäcka oss och bli medlemmar.

Varje år arrangerar föreningen en höstresa till någon stad i landet som har en trevlig och passande simhall. Detta förstärker gemenskapen i klubben och ger förutsättningar för en mer aktiv verksamhet. Det är något vi kommer att fortsätta med.

Föreningen har en viktig funktion att fylla genom att vända sig till barn och ungdomar med funktionshinder. Föräldrar och syskon är också välkomna till klubben. Många tecknar ett familjemedlemskap. Detta gör att vi har de flesta åldrar representerade i föreningen.

Könsfördelningen är också jämlik med 52% män och 48 % kvinnor.

Vi strävar efter att ha en god ekonomi i föreningen. Medlemsavgiften i föreningen har varit låg och oförändrad i flera år. På årsmötet 2024 höjde vi avgiften som gäller för 2025. Årsmötet 2025 beslutade inte om att förändra medlemsavgiften.

Vi planerar att fortsätta aktiviteter med lärgrupper. Det har vi tidigare använt oss på höstresan 2024 och vid klubbens 50-årsjubileum (se Verksamhetsberättelsen). Genom lärgrupperna får alla möjlighet att reflektera över frågor i mindre grupper som vi sedan kan samla upp i styrelsen. Lärgrupperna har en positiv effekt och stärker gemenskapen. Det har tidigare kommit fram i samtal i lärgrupperna att vi är en inkluderande verksamhet där alla känner sig välkomna. Man får vara sig själv, man blir glad och man känner sig trygg när vi träffas för att simma på lördagarna. Det är positivt med simning i gemenskap med andra och det går att träffa nya kompisar. Det främjar hälsan och medlemmarna känner också ett socialt sammanhang. Vi hälsar och pratar med varandra, både i bassängen och bastun efter badet. Vi tränar tillsammans utan att tävla och alla kan delta efter egen förmåga.

Det är viktigt att föreningen kan fortsätta att bedriva sin verksamhet under tiden Sollentuna simhall renoveras. För barn och ungdomar med funktionshinder är Halliwickklubben en av de få aktiviteterna där det går att träna simning och lära sig simning. Det behövs en

undervisningsbassäng för sim träning för de icke-simkunniga och några banor i en djupare bassäng där medlemmarna kan träna och utveckla sin simning. Bassängtiden är också avgörande för att medlemmarna skall komma på simningen. Barnfamiljerna med yngre barn får svårt att komma om det är en sen kvällstid.

Vi ser att den tidiga tiden i Solna simhall innebär att många av våra medlemmar har svårt att komma på simningen. Det är tydligt i närvarostatistiken. Antal deltagare under vårterminen på lördagstiden har varierat mellan 25 och 48 stycken. På söndagstiden under höstterminen har antalet deltagare varierat mellan 8 och 34 stycken.

När Sollentuna simhall öppnar igen efter renoveringen är det viktigt att vi kan behålla lördagstiden kl. 8.30-10.00. Halliwicksimningen fyller en viktig funktion som aktivitet för funktionshindrade barn, ungdomar och deras familjer. Vi kommer måna om det tiden.

Vi funderar också på om vi ska göra någon aktivitet under vårterminen för att stärka gemenskapen i klubben. Det är också något vi kan ansöka om stöd från RF-SISU. Det kan vara ett besök på någon simhall i länet med tillhörande övernattning.

Sollentuna 2026 03 06

Fredrik Palmborg

Ordförande i

Sollentuna Halliwickklubb Vikingen