

# VERKSAMHETSPLAN 2019

## INLEDNING

Under 2019 kommer vår verksamhet att bestå både av de aktiviteter som vi genomför veckovis och de aktiviteter vi ordnar vid olika tillfällen under året.

Vi vill verka för att få fler medlemmar och tar gärna emot förslag på önskemål om nya aktiviteter. Vi hoppas att genom vår hemsida ([www.misgbg.se](http://www.misgbg.se)) och vår Facebooksida (Motion och Idrott för Synskadade Göteborg MIS) få kontakter med personer med synnedsättning och ledsagare som vill delta i våra aktiviteter och engagera sig i föreningens arbete. Vi hoppas även att vårt projekt Vision & Motion kommer att generera fler nya medlemmar till vår förening.



## ADMINISTRATION

Styrelsen har hand om all administration för utskick på olika medier, planering av möten och aktiviteter. Då ingår även anmälningar och inköp av förtäring. Styrelsen ser även till att det finns ledsagare.

Föreningen bjuder styrelse och övriga förtroendevalda på en middag i december i stugan i Skatås.

## STYRELSEN

Styrelsen planerar att ha ett sammanträde i månaden, som förläggs i klubbstugan i Skatås. Vi har oftast styrelsemöten på onsdagar.

Styrelsen tar inte ut några arvoden. Endast reseersättning utgår.

## STUGKOMMITTÉN

Stugkommitté och övriga förtroendevalda har också enbart reseersättning och kostnadsersättning för gjorda utlägg. En stugkommitté sköter det löpande underhållet och tillsyn av stugan. De är även behjälpliga vid inköp till möten och andra gemensamma aktiviteter.

## AKTIVITETSGRUPP

En styrelseledamot ansvarar för arrangemangen kring MIS aktiviteter, men det är styrelsens förhoppning att fler medlemmar skulle vilja engagera sig i de förberedelser som aktiviteterna kräver. Detta så att vi kan fortsätta att ha de trivsamma söndagar som vi haft i många år och som är mycket uppskattade.

## MEDLEMSMÖTEN

Enligt våra stadgar skall årsmötet hållas innan marsmånads utgång. Ytterligare två medlemsmöten kommer att hållas, ett i maj och ett i november.

Alla våra medlemsmöten hålls i vår klubbstuga i Skatås.

## MIS KLUBBSTUGA

Vår klubbstuga ligger i Skatås, stuga nr 7. Den är medelpunkten för våra motionsaktiviteter och sammankomster. Eftersom stugan är flitigt använd både för våra egna aktiviteter och av de som hyr vår stuga, har vi städning regelbundet av en städfirma.

Vi kommer under 2019 att fortsätta vårt arbete med att göra det mer tillgängligt både i vår stuga och närområdet utanför. I samarbete med Idrott- och Föreningsförvaltningen kommer vi att fortsätta med förbättringar av vägen från bommen och upp till Motionscentralen. Vi arbetar också med Trafikkontoret för att förbättra vägen från hållplatsen Welandergatan upp till vår stuga.

Vi kommer att se över belysningen både inne i stugan samt på utsidan. Vi kommer även att försöka göra det mer tillgängligt på spårområdet ligger inom ramen för vårt projekt Vision & Motion. Där samarbetar vi även med Idrott & Förening, Gbg:s stad.

Vi kommer söka de bidrag, stipendier och fonder som utlyses under året för att kunna genomföra ny verksamhet och bekosta den planerade. Vi vill kunna nå ut till nya medlemmar och också kunna genomföra nya idéer som spontant dyker upp under året. Vi skulle vilja utöka samarbetet med Motionscentralen för att kunna erbjuda våra medlemmar nya spännande aktiviteter.

I projektet Motion och Vision följer arbetet det beslut som vi fick av Arvsfonden. Projektledaren kommer att adjungeras till våra styrelsemöten och då lämna skriftlig rapport. Allt eftersom leverantören av den tänkta appen utvecklar appen, kommer en testgrupp att vara aktiv och bidra till att allt fungerar enligt planen för projektet.

#### **LEDARE OCH LEDSAGARE**

För att MIS ska kunna genomföra de aktiviteter som vi har beskrivit i vår verksamhetsplan är vi beroende av engagerade och kompetenta ledare/ledsagare och av våra sponsorer.

Vi söker medel för vår verksamhet 2019 i enlighet med denna verksamhetsplan. Ledsagning är en förutsättning för personer med synnedsättning som vill utöva en sport eller motionera. Vi får alltfler som vill göra detta utan att delta i en grupp. Men också de aktiviteter som vi idag har i MIS kräver personer som kan och vill vara ledsagare. Särskilt gäller det aktiviteter som vi ibland kan och vill erbjuda såsom tandemcykling, skidåkning, långvandring och kanotpaddling.



Vi vill även ge våra medlemmar möjlighet att motionera på egen hand vid bassängträning eller gymbesök.

## PLANERADE AKTIVITETER 2019

### Veckoaktiviteter

- Måndagar har vi tandemcykling under de månader vädret tillåter.
- Tisdagar har vi promenader med hjälp av våra ledsagare.
- Tisdagar har vi även skytte på Dalheimers hus.
- Torsdagar spelar vi Showdown.

Under sommaren ges det möjlighet till bad och promenader på Lilla Amundön. Här kan en välja att simma i havet eller i en tempererad bassäng.

### Övriga planerade aktiviteter

MIS kan ordna aktiviteter i dessa och andra sporter, om intresse finns hos medlemmarna. Olika motionslopp exempelvis Våruset, Hisingen runt på tandemcykel, Göteborgssimmet, Mjörn runt på tandemcykel, Finalloppet i Skatås.

Vissa söndagar under året kommer vi att erbjuda tipspromenader, samt olika promenader med olika teman som musik, sill & potatis, korvgrillning, friskvårdstema, långpromenader och vår årliga julpromenad.

Under 2019 kommer vi även att ordna en skidresa samt en resa till Åkulla med dess fina möjlighet till promenader. Om intresse finns kan det bli aktuellt med fjällvandring eller en helg med tandemcykling.

### TÄVLINGSIDROTT

MIS deltar sedan många år i tävlingsverksamhet inom ramen för Svenska Parasportförbundets program. Vi har medlemmar som tävlar i Showdown.

### INFORMATION

För att nå ut med information om vår verksamhet kommer vi att fortsätta att uppdatera vår hemsida ([www.misgbg.se](http://www.misgbg.se)) samt vår Facebooksida (MIS - Motion och Idrott för Synskadade). Vi har märkt att många följer våra aktiviteter där.

Vi samarbetar även med Syncentralen i Göteborg.

Vi deltar vid nätverksträffar med Göteborgs Parasportförbund.

Denna verksamhetsplan kompletteras med en mer detaljerad preliminär aktivitetsplan för 2019.

