



# Positivt TUGG

## VERKSAMHETSBERÄTTELSE

2022-23



Avser perioden  
maj 2022 – April 2023

# Positivt TUGG

## Verksamhetsberättelse 2022-23



### Ordförande summerar

När vi för drygt ett år sedan diskuterade föreningens värdegrund, vad vi står för och vad vi vill förknippas med, så insåg vi ganska snabbt att vår värdegrund låg undangömd och att väldigt få kände till den. Ett arbete med att lyfta fram och tydliggöra den inleddes, vilket blev starten till Positivt TUGG.

När jag nu ett år senare summerar vad som har gjorts i föreningen så är det nog ingen som inte känner till vår värdegrund. Men arbetet slutar inte här, vi kommer att fortsätta arbetet och utveckla vårt koncept för att driva föreningen framåt. Det är inte något ettårsprojekt utan grunden för hela föreningen och allt vi vill uppnå.

Gävle Skidkamrater fyller i år 50 år. För att kunna fortsätta i ytterligare 50 år så ser jag att en av våra viktigaste uppgifter framåt är att få konstsnö till Skidstavallen! Likaså en asfalterad bana för att kunna åka rullskidor på en trygg plats. Det är ett stort projekt men jag tror stenhårt på att det är ett måste för att kunna attrahera unga och för att sedan kunna behålla dem på skidor livet ut. Det är utveckling av både anläggningen och föreningen. Det är trygghet, det bidrar till gemenskap och kommer att föra med sig en otrolig glädje!

*Fredric Lagerström*

Ordförande – Gävle Skidkamrater

## POSITIVT TUGG

### Värdeord:

TRYGGHET  
UTVECKLING  
GLÄDJE  
GEMENSKAP

### Målgrupp:

ALLA

### Vision:

FLER PÅ SNÖ! HELA LIVET!

### Delprojekt 2022-23:

[Ungdomsviljan](#)  
[Skidor till alla](#)  
[+65](#)  
[Trygghet](#)  
[Gemenskap](#)  
[En levande klubbstuga](#)  
[Utbilda](#)  
[Ungdomsstyrkan](#)

## Positivt TUGG i siffror

- **4** värdeord
- Ungdomsviljan; **13** träffar i klubbstugan
- Inköp av utrustning för *Skidor till alla* för **57,000** kr
- Inköp av **4** första förbandsväskor
- **1** dagläger på Skidstavallen
- **1** helgläger med övernattnig i klubbstugan
- Ledare har genomgått **18** utbildningar

# Positivt TUGG

## Verksamhetsberättelse 2022-23



### Vision – Mission – Värdegrund



Gävle Skidkamaters verksamhetsidé och ändamål, det vill säga för vem och varför förening finns, är enligt stadgarna:

*”att verka för att längdskidåkning främjas i olika former. Formerna för verksamheten är beroende av ålder och ambitionsnivå. Barn- och ungdoms- och vuxenverksamheten är klubbens indelning avseende ålder. Tävlning är en del av leken i barnverksamheten och ska alltid ske på barnens villkor.”*

Föreningens vision, vart vi vill, är att så många som möjligt skall ha möjligheten att få åka skidor, redan som barn, och sedan fortsätta med det livet ut. Oavsett bakgrund och ambitionsnivå. För att nå vår vision krävs det att vi alla jobbar gemensamt och med samma grund att stå på, det är vår värdegrund

### Trygghet – Utveckling – Glädje – Gemenskap

Denna är basen för alla beslut som fattas, hur vi bemöter varandra och grunden för att vi skall uppnå vår vision och våra mål.

**Trygghet** Alla ska känna sig välkomna, få delta och utvecklas efter sina egna förutsättningar. En trygg idrott fri från mobbning, trakasserier, hot, våld och övergrepp är en självklarhet.

**Utveckling** av varje individ till var och ens fulla kapacitet; socialt, fysiskt, psykiskt och idrottsligt. Träningen skall fokusera på utveckling av varje individs rörelseförståelse.

**Glädje** Det ska vara roligt att åka skidor! Det ska vara roligt att vara en skidkamrat!

**Gemenskap** Att vara en del i Gävle Skidkamrater bygger på gemenskap och kamratskap. Vi hjälper, stöttar och hejar på varandra.

### Positivt TUGG

Klubbens målsättning med Positivt TUGG under detta första verksamhetsår har varit att tydliggöra vår värdegrund och arbeta in våra värdeord för att få dem levande och bli en självklar del i hela föreningen gällande hur vi vill uppfattas, hur vi beter oss mot varandra och hur vi fattar beslut. Allt ska baseras i trygghet, utveckling, glädje och gemenskap oavsett om det gäller barnträning, styrelsebeslut eller elitmotionärer.

Positivt TUGG är vårt övergripande värdegrundsarbete och innefattar flera olika delprojekt, vilka beskrivs nedan.

# Positivt TUGG

## Verksamhetsberättelse 2022-23



### Ungdomsviljan

#### En plats att umgås och påverka

När vi startade upp Positivt TUGG ville vi starta från grunden och föreningens framtid, dvs. våra barn och ungdomar. Därför var Ungdomsviljan det första vi drog i gång tillsammans med [en levande klubbstuga](#).

*”Vi vill att klubbstugan ska vara en levande samlingspunkt för våra ungdomar. Därför startar vi Ungdomsviljan. En plats för våra unga skidkamrater att träffas, diskutera och komma med värdefulla synpunkter”*



Ungdomsviljan har varit oerhört uppskattat. Kortfattat så har vi efter träningen varannan vecka gått in i klubbstugan för att äta ett kvällsmål, umgås och diskuterar olika ämnen. De önskemål och idéer som kommer fram under Ungdomsviljan går direkt upp till styrelsen, vilket ökar delaktighet och påverkan från vår framtid.

#### En levande klubbstuga

Vår fina klubbstuga har under många år stått mer eller mindre oanvänd bortsett från några

få tillfällen per år och många av våra ungdomar hade aldrig varit in där. Detta ville vi ändra på och i stället få en levande klubbstuga som en naturlig samlingspunkt för våra medlemmar.

Under sensommaren gjorde vi en ordentlig städning och rensning i stugan. Vi bytte ut kyl/frys, diskmaskin, dammsugare och uppdaterad städutrustningen för att kunna användas i större utsträckning. När sen Ungdomsviljan startade upp under oktober så har vi haft alla träffar inne i stugan. Vi har även nyttjat klubbstugan till gemensamma övernattnings, läger och film/spelkvällar och redan nu ser vi att det är den samlingspunkt som vi eftersökte. Barnen har lyft många idéer med vad de vill ha i stugan och det är något som styrelsen har med i planen framåt gällande klubbstugan.

#### Skidor till alla

För att nå fler unga och kunna ge dem möjligheten att få prova på skidor har vi under året satsat mycket på att minska de hinder som finns för att börja åka skidor. Ett av de största hinder vi kunde se var utrustning. För många är det en ganska dyr investering och inget man lägger pengar på för att enbart prova en gång.

Med hjälp av [bidrag från flera håll](#) har vi kunnat investerat 60,000 i låneutrustning för att kunna erbjuda alla barn och unga möjligheten att utöva skidåkning oavsett ekonomiska förutsättningar. För att öka spontanidrottandet och ge möjligheten att åka även utanför träningstiderna erbjuder vi numera även säsongsutyrning av både klassisk- och skateutrustning för en låg avgift.

# Positivt TUGG

## Verksamhetsberättelse 2022-23



Föreningen har en generös prova-på strategi, där barnen kan vara med och träna, med lånad utrustning, tills de vet att de vill fortsätta och först därefter söka medlemskap och betala träningsavgift. Detta är vi ganska unika med då flertalet andra föreningar antingen helt saknar prova-på eller på sin höjd erbjuder ett eller två tillfällen innan träningsavgift och medlemskap krävs.

Vi samarbetar även med skolor i Gävle för att de ska kunna komma till Skidstavallen på friluftsdagar etc. och åka skidor. Detta är ett arbete som vi vill utveckla ytterligare.

### Trygghet

Vårt första värdeord, trygghet, är något vi lagt särskilt fokus på under året. Trygghet innehåller många olika delar. Dels själva att själva platsen vi är på skall vara trygg, men framför allt att vi ska ha en idrott där alla har möjlighet att ha roligt, må bra och utvecklas. En trygg idrottsmiljö där vi har nolltolerans mot alla former av trakasserier och övergrepp är en självklarhet.

Skidstavallen har genomgått en ordentlig översyn och en prioritetslista över insatser har sammanställts. Belysning inne på vallen och längs spåren har utökats, vilket kommer att göras ytterligare inför nästa vinter.

Alla våra ungdomsledare arbetar ideellt men med krav på att genomgå olika utbildningar samt uppvisa utdrag från belastningsregistret. Detta för att vi skall kunna erbjuda en så säker och utvecklande miljö som möjligt för alla våra barn och ungdomar. Under året så har alla våra ledare genomgått alltifrån grund-, fortsättnings-

och fördjupnings-utbildningar, samt en akutsjukvårdsutbildning specialanpassad för vår verksamhet.

Vidare har vi investerat i första-förbandsväskor som en ledare per grupp alltid bär med sig. I och med akutsjukvårdsutbildningen vet de även hur de används om olyckan skulle vara framme. För de äldre grupperna innehåller väskan även menstruationsskydd.

Inom Gävle Skidkamrater råder nolltolerans mot all form av mobbning, trakasserier, hot, våld och övergrepp. Alla – både barn, ungdomar och vuxna – ska kunna idrotta utan att riskera att utsättas för något av detta. Detta är vad allt vårt arbete med Positivt TUGG strävar efter och som gör att vi får fler som vill åka skidor – hela livet.

### Utveckling

Utveckling är även det ett mångfacetterat ord. Utveckling av organisationen, utveckling av anläggningen, utveckling av gruppen och utveckling av individen, både psykiskt, socialt, fysiskt och idrottsligt.

Med tanke på utveckling av gruppen och individen på alla plan så har föreningen ett krav på att alla ledare för barn och ungdomar skall genomgå:

- RF-SISUs
  - Introduktionsutbildning
  - Grundutbildning för tränare
  - Trygg- och inkluderande idrott
- Svenska Skidförbundets
  - Introduktionsutbildning
  - Skidor vill
- Folkhälsomyndighetens
  - Ledare som lyssnar

# Positivt TUGG

## Verksamhetsberättelse 2022-23



Detta är minimikravet, men föreningen uppmuntrar sedan alla ledare att fortsätta utbildningstrappan. Detta gör vi både för att bättre kunna utveckla barnen, men det är även en viktig del i den personliga utvecklingen av ledaren själv. Det samma gäller för våra äldre ungdomar. Här har vi inget krav, men uppmuntrar dem till att genomgå utbildningar som *Den hållbara skidåkaren* med flera och att prova på att leda våra yngre grupper. Det ger personlig utveckling för individen att få leda och förklara för andra, de får se att det finns alternativ för att stanna kvar inom skidåkning och föreningen även om de väljer att inte fortsätta som aktiva och de ger de yngre barnen förebilder och några att se upp till inom föreningen.

Utveckling av vår anläggning Skidstavallen är något som ständigt pågår och kommer att intensifieras de närmsta åren. Ett exempel på vad som skett under året är att vi med hjälp från Gävle Kommun har breddat spårgatan för 1,5km-spåret med planen att skapa ett brett och flackt spår för skate och klassiskt till våra ungdomar. Vi har inte kunnat använda spåret den gångna säsongen men genom arbete med fyllning av spårbädd och belysning till sommaren så kommer detta spår att bli riktigt fint till nästa säsong.

### Gemenskap

En rad insatser för att öka gemenskapen i föreningen har gjorts under året. Förutom tidigare nämnda så har vi på barn- och ungdomssidan haft film- och spelkvällar i klubbstugan och även två övernattningar.



Vi har ökat kommunikationen med er medlemmar dels via mailutskick men framför allt via vår nya hemsida [skidkamraterna.se](https://skidkamraterna.se). Innan jul skickade vi även ut en enkät för att få er input på vad ni vill att föreningen ska fokusera på.

Under hösten hade vi gemensamma vuxenträningar för att träna tillsammans och vi har haft ett antal aktivitetsdagar för att samlas våra medlemmar.

På vår arbetsdag i augusti och likaså på medlemsdagen i november kom det fler medlemmar än vi sett på många år och det ser vi som ett tecken på en ökad gemenskap. Föreningen är inte starkare än dess medlemmar och om alla bidrar lite blir det inte till en belastning för några få. Stort tack till alla engagerade medlemmar som ställt upp!

### +65

I samarbete med Svenska Skidförbundet verksamhetsprojekt +65, startade vi under året

# Positivt TUGG

## Verksamhetsberättelse 2022-23



upp en satsning för våra äldre medlemmar. Veterangruppen har träffats och åkt skidor tillsammans och avslutat varje träff med att fika och umgås tillsammans.

### Ungdomsstyrkan

Vår senaste satsning. Under året har vi blivit beviljade 65,000 från Skidförbundets accelerationsstöd för *initiativ som främjar utövare 13-16 år med syfte att behålla och utveckla miljön för dessa.*

Efter dialog med våra ungdomar om vad de saknade på Skidstavallen kom vi fram till att vi skall bygga ett gym för dem. Bygget kommer att sätta fart innan sommaren och stå klart till hösten.

### Finansiering och samarbeten

Vi vill rikta ett stort tack till våra bidragsgivare, sponsorer och samarbetspartners, utan er hade detta inte varit möjligt. Vi har under året haft utgifter på över 100,000 kr som direkt kan knytas till Positivt TUGG, vilket har delfinansierats med hjälp av nedan:

#### RF-SISU Gävleborg

Bidrag till Ungdomsviljan, samt värdefull utbildning och bollplank.

#### Svenska Skidförbundet

Bidrag till låneutrustning, aktivitetsdag, +65, utbildningar, Ungdomsstyrkan samt värdefullt bollplank.

#### Gästriklands Skidförbund

Bidrag till låneutrustning

#### Länsförsäkringar Samhällsfond

Bidrag till låneutrustning

#### Gävle Energis Drivkraftfond

Bidrag till ny belysning vallen

#### Ica Supermarket Strömsbro

Subventionerat inköp till Ungdomsviljan

#### Team Sportia Gävle

Subventionerat inköp av låneutrustning

### Slutord

Under detta år har ovan arbete gjort en stor skillnad och är det några ord som kan sammanfatta vad vi ser under våra träningar och aktiviteter:

#### Trygghet – Utveckling – Glädje – Gemenskap

Avslutar med ett citat från vår medlemsenkät som vi tagit till oss som ett bevis på att vi är på rätt väg och gör vårt arbete värt allt.

*”Gemenskap mellan barnen så att de lär känna varandra och vill komma på träningarna också för att träffa kompisar. På träningarna hinner de inte riktigt spontanleka så som barn gör för att bli vänner. På städdagen fick vår dotter för första gången en vän i gruppen. Det tog två år! Sedan har det fortsatt positivt på det spåret i och med ungdomsviljan efter träning och lägerdagen nyss då vi märkte vi att vår dotter interagera med många barn och kallade dem kompisar!”*

//Gävle Skidkamraters styrelse

## VISION

**Fler på snö! Hela livet!**

## MISSION

**Gävle Skidkamrater ska verka för att längdskidåkning främjas, oavsett bakgrund, ålder och ambitionsnivå.**

## VÄRDEGRUND

### **TRYGGHET UTVECKLING GLÄDJE GEMENSKAP**

Alla ska känna sig välkomna, få delta och utvecklas efter sina egna förutsättningar. En trygg idrott fri från mobbing, trakasserier, hot, våld och övergrepp är en självklarhet.

Utveckling av varje individ till var och ens fulla kapacitet; socialt, fysiskt, psykiskt och idrottsligt. Träningen skall fokusera på utveckling av varje individs rörelseförståelse.

Det ska vara roligt att åka skidor! Det ska vara roligt att vara en Skidkamrat!

Att vara en del i Gävle Skidkamrater bygger på gemenskap och kamratskap. Vi hjälper, stöttar och hejar på varandra.

### **Följ oss**

Hemsida: [skidkamraterna.se](http://skidkamraterna.se)

Facebook: [/GavleSkidkamraterSkidor](https://www.facebook.com/GavleSkidkamraterSkidor)

Instagram: [/skidkamraterna](https://www.instagram.com/skidkamraterna)

E-post: [styrelsen@skidkamratern.se](mailto:styrelsen@skidkamratern.se)

[ungdom@skidkamraterna.se](mailto:ungdom@skidkamraterna.se)

[samarbete@skidkamraterna.se](mailto:samarbete@skidkamraterna.se)