

Verksamhetsplan Silvbergs Fritidsförening 2026

Förutsättningar

Den ideella föreningen har som ändamål att bedriva aktiviteter och skapa aktivitetsytor som främjar gemenskap och fysisk hälsa för barn och vuxna (fast boende, fritidsboende och markägare) i Silvbergs socken, Sätters kommun.

Medlemmar i föreningen är olycksfallsförsäkrade under gemensamma (planlagda) aktiviteter genom föreningens medlemskap i Korpen. Icke medlemmar tränar på egen risk. Föreningen ska vara politisk och religiöst obunden. Föreningen bildades mars 2021.

Träningsväcket – aktivitetsytan i Skenshyttan – utegym/bad/bastu

Utegym

Utegymmet/aktivitetsytor är fria att använda dygnet runt.

Yogamattor, gummiband, balansplattor och flexiband finns att låna i anslutning till utegymmet.

Bastubad/vinterbad

Vi inbjuder till bastubad på medlemskvällar (*gärna i samband med annan träning*), samt erbjuder övriga att hyra bastun under lediga tider. Under vintertid erbjuder vi även bad i isvak.

Trampbåt

Vi hyr ut vår trampbåt vid badbryggan genom Swish-betalning.

Boule

Vi inbjuder till boulespel under måndagar under sommaren.

Bouleklott finns att låna "dygnet runt" i en låda bredvid boulebanan.

Sagovandring med barn och vuxna färglagda stenar efter vägen

"Blända och Silversnillarna" kortare sagovandring för yngre barn. Vi har målat stenar och lagt ut dem efter en stig, som barnen ska finna efter vägen. Till detta finns en saga framställd.

Plogade banor vintertid på Dammsjön och Ulvsjöarna – skridsko och sparkar

När is- och snöförhållandena tillåter det försöker vi att ploga banor på sjöarna för skridsko, spark, vandring och skidåkning. Föreningen har sex sparkar för utlåning.

All vistelse på isen sker på egen risk/omdöme – isdubbar och hjälm rekommenderas.

Månskensåkning Dammsjön

Vi inbjuder till en gemensam medlemskväll på plogad bana, med månskensåkning på Dammsjön (skridskor, spark, vandring, skidor) med tända marschaller längs banan samt grillning. Kvällen genomförs under en lördagskväll i januari/februari (när is- och snöförhållandena tillåter det).

Träningspromenad

Vi har iordningställt en fast promenadbana runt Skenshyttan på 1 km med tolv stationer längs vägen med lättsamma övningar för både rörlighet, styrka, balans och pulshöjning. Stationerna består av färgaffischer med text och bild som beskriver en eller flera övningar. Start och mål för promenaden sker vid entrén till Träningsväcket.

Ambitionen är att iordningställa fler träningspromenader inom socknen under året.

Redskapsförråd, hjärtstartare och toalett

I anslutning till utegymmet och boulebanan vid Träningsväcket har vi ett redskapsförråd och en toalett. Toaletten står på en släpvagn så att använda den vid behov på andra ställen, samt att vi lätt kan åka och tömma den. Hjärtstartaren finns utomhus på väggen till Bygdegården.

Stavgång

Vi inbjuder till gemensamma stavgångsvandringar, gärna i samband med bastubad.

Permanenta vandringsleder iordningsställda av föreningen

1. Stationsvägen, Skenshyttan-Klysan
2. Lilla Byrundan i Skenshyttan
3. Tunvägen-Kalkbergsvägen
4. Skarpens väg runt Sandvik

Under våren röjs lederna och kompletteras med snitslar där det behövs.

På sikt sätter vi upp informationsskyltar med QR-koder på historiska platser utefter lederna, i syfte att öka intresset av vår närmiljö/historik.

”Ulven Runt” – lördagen den 16 maj – gå/jogga/springa

Vi inbjuder till en gemensam familjeaktivitet lör den 16 maj. Banan tar oss runt St Ulvsjön (15 km). Deltagarna väljer själv om de går, joggar eller springer runt sjön. Banan går på befintlig bilväg via Grängshammar-Laggarbo/Gulltäppan-Skenshyttan-Skenshyttenäs-Sandvik-Grängshammar.

Merparten är grusväg (kort asfaltsträcka i Skenshyttan). Föreningen tar in anmälan och anmälningsavgift. Alternativ väg (8 km) Grängshammar – Laggarbo/Gulltäppan ToR.

Tre vätskestationer kommer att finnas efter banan.

Efter genomförd aktivitet finns möjlighet till fika/grillning.

”HittaUt” – orientering 1 maj-1 oktober

Vi är medarrangör av ”HittaUt”-orientering tillsammans med Säterbygdens OK och St Skedvi SOFF. Fasta checkpoints kommer att sättas ut runt Skenshyttan, samt i Grängshammar. Kontrollerna finns markerade dels på kartor som finns digitalt i mobilapp, dels finns speciella brevlådor i våra byar. Dessutom finns checkpoints för cykling runt Stora Ulvsjön.

Alla kan delta utifrån sina förutsättningar under säsongen som sträcker sig från 1 maj till 1 oktober.

Pysselkvällar

På försök har vi startat pysselkvällar i Norbo Bystuga, med kransbindning och keramik hantverk. Ambitionen är att fortsätta med ytterligare pysselkvällar/temadagar efter behov och önskningsar.

Seniorkul – Sätters kommun

Vi ställer upp som arrangör för en anpassad träningsträff (både vår och höst) för deltagarna i Sätters kommuns deltagare i Seniorkul.

Nattvandring – Sätters kommun

Under en sommarhelg (fredag/lördagkväll) ställer föreningen upp med nattvandrare runt om i centrala Säter och omkringliggande byar.

Marknadsföring/information

Vi använder föreningens hemsida, mail och sociala kanaler för marknadsföring och information om aktiviteterna. Samt anmälan till dessa i förekommande fall.

Hur fixar vi detta rent praktiskt?

Ingen av oss ledare eller medlemmar kan vara med på ”allt”, utan vi bör fördela ansvaret på olika personer för genomförandet. Det i sig innebär att vi bör finna **metoder för rekrytering av nya intresserade personer** för olika aktiviteter, ansvarsområden samt underhåll av aktivitetsytor.

Silvbergs Fritidsförening
//Styrelsen