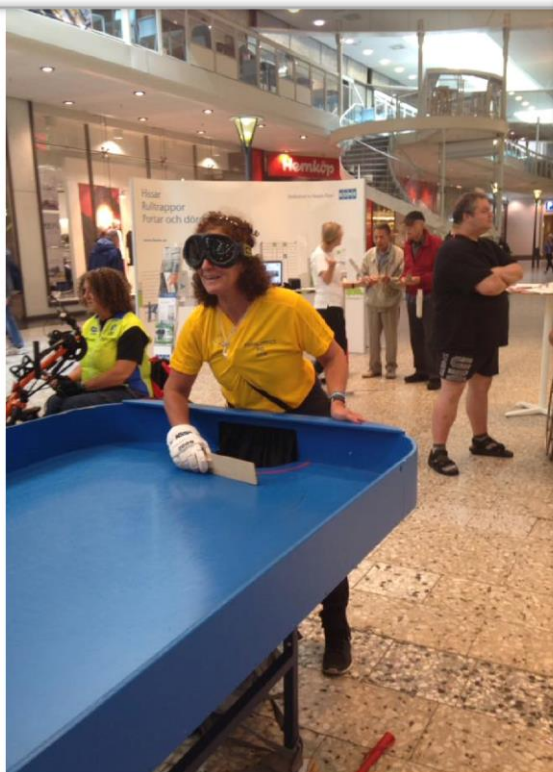


VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2016



Bilder från MIS olika aktiviteter. Högst upp till vänster är bilden från Räkfesten, till höger en bild från Hälsodagen. Längst ner till vänster är en bild från när MIS visade upp Showdown i Nordstan och till höger är en bild årets sista tandemcykling.

**Styrelsen för Motion och Idrottsförening för Synskadade, Göteborg
får härmed avge följande berättelse
för verksamhetsåret 1 januari – 31 december 2016**

Presentation

MIS är en förening som vänder sig till människor med synnedsättning som vill vara aktiva i sin vardag. Med en synnedsättning menas här hela skalan från lättare synsvaghet till att vara blind. Oavsett så är en synnedsättning en begränsning i seendet och kan vara olika och innebära olika möjligheter att utöva motion i vardagen. Begränsningen kan upplevas olika utifrån den enskilda medlemmens behov och erfarenhet av att leva med en synnedsättning.

I MIS finns både veckovisa och enstaka aktiviteter, där de flesta är årligen återkommande.

Vår hemsida är nyligen uppdaterad med info och kalendarium och där finns också våra Facebookinlägg.

MIS medlemmar har så gott som alla en synnedsättning men några av de ledsagare som är med på våra aktiviteter är också medlemmar.

De flesta aktiviteter utgår ifrån vår stuga 7 i Skatås men en del verksamhet som elektronskytte och simning finns i andra lokaler.

Det gemensamma för samtliga aktiviteter är att ledsagare är en förutsättning för att vi som förening skall kunna erbjuda våra medlemmar en aktivitet. Vare sig det gäller en enkel söndagspromenad eller skidor i spåret och utför.

I flera krävs en ledsagare per medlem för att de som deltar skall kunna motionera i sin egen takt på sina villkor utifrån ålder, önskemål och kondition. Allt för att uppnå största möjliga självständighet

Vid resor till fjällen och Åkulla står MIS för alla utgifter för ledsagarna.



Stuga 7 Skatås

Hjärtat i vår verksamhet är vår stuga nummer. 7 som MIS haft sedan 1987 en stuga i Skatås. Den är föreningens fasta träffpunkt och används flitigt vid promenader, jogging, showdownträning, möten, samkväm mm. I stugan finns fyra tandemcyklar och ett mindre antal träningsredskap.

Stugan kan hyras av medlemmar för privat bruk.

Med styrelsens medgivande kan även andra föreningar få hyra stugan mot ersättning.

Städning köps in från en firma men Allt annat praktiskt arbete och inköp för aktiviteter, utförs av en av årsmötet utsedd kommitté.

En av styrelsens medlemmar ansvarar tillsammans med styrelsen och ledsagare för servering vid möten och fester.

Ekonomi

MIS har fått verksamhetsbidrag från, De Blindas Vänner, Bingoalliansen "Totalalliansen", och från De Blindas Förening hoppets understödsstiftelse. Årets resultat redovisas i särskild bilaga.

Styrelsen och övriga förtroendevalda från och med årsmötet

Ordförande	Denise Cresso
Kassör	Lennart Söderberg
Sekreterare	Tomas Gustavsson
Vice ordförande	Marie Banck
Vice sekreterare	Lisa Magnusson
Övriga	Leif Sunesson Ingmarie Flodman
Arbetsutskott	Denise Cresso Lennart Söderberg Tomas Gustavsson
Suppleant	Lisa Magnusson
Revisorer	Britt-Marie Jendeby Sivert Sivertsen
Revisorssuppleant	Esa Kallioniemi
Valkommitté	Eva Sundén, sammankallande Thomas Krantz Dennis Petersson
Materialförvaltare	Tomas Gustafsson Leif Sunesson
Hedersmedlemmar	Inga-Lill Sundvall Folke Sundvall Karl-Erik Andersson Kent Zeipel
Grenansvariga	
Mattcurling	Vilande
Skytte	Anja Saaristo
Showdown	Dennis Petersson
Goalball	Lisa Ly
Simning	Lisa Magnusson
Tandemcykling	Leif Sunesson
Motion	Styrelsen
Stugkommitté	Dennis Petersson Tommy Nydén

Möten Sammanträden under år 2016

Föreningen hade sitt årsmöte den 31 mars samt ett extra medlemsmöte den 26 januari och ordinarie medlemsmöte den 24 maj och 1 november. Styrelsen har haft 8 protokollförda sammanträden. Arbetsutskottet har handlagt löpande ärenden per telefon och e-post.

MIS hade vid årets slut 120 medlemmar.

Föreningen är ansluten till

- Parasport Sverige (Svenska Handikappidrottsförbundet SHIF)
- Parasport Göteborg (Göteborgs Handikappidrottsförbund GHIF)
- Västsvenska Gång och Vandrarförbundet (VSGF)

Samarbete med föreningar och förbund

MIS har haft ett gott samarbete med

- Synskadades Riksförbund
- Parasport Göteborg
- Synskadades Riksförbund Göteborg
- FSBU(Föräldraföreningen för synskadade barn och ungdomar)
- SUGI (Synskadade Umgänge Gemenskap Idrott)
- Mölndals Cykelklubb
- Gång och Vandrarförbundet.

Under året bildades en arbetsgrupp för att kunna få ett ökat samarbete mellan de olika synföreningarna i Göteborgsområdet och kunna delta i varandras aktiviteter, samarbeta med ett gemensamt kalendarium och på så sätt kunna undvika dubbelarbete. Gruppen består av Ordförande, Denise Cresso och vice Ordförande Marie Banck och har träffats en gång under hösten. Planen är att träffas en gång per termin och att först arbeta för ett gemensamt kalendarium och i förlängningen kunna delta i föreningarnas aktiviteter för samma kostnad som medlemmarna i respektive förening.

På medlemsmötet i november tillsattes en arbetsgrupp för att öka tillgängligheten runt om och till och från stugan. Gruppen består av Thomas Krantz som är länken till SRF Göteborg, Madeleine Linder, Ingmarie Flodman och Denise Cresso. Genom Thomas försorg kunde två från Trafikkontoret delta i en promenad från Hållplats Welandergatan till stugan. Under denna sträcka noterades det förändringar som behöver göras för att göra det möjligt att kunna gå självständigt från hållplatsen till stugan. Vi föreslog även förändringar som gör det möjligt att hitta till bommen där taxi kan stanna och även möjligheten att ta sig till motionscentralen. Protokollet/anteckningarna skall tas till en samsynsgrupp för att kunna gå vidare med förändringarna.

Prova-på aktiviteter

Under året fortsatte vi med prova på aktiviteter för unga tjejer som vi fått bidrag till. Vi testade både skridskor inom- och utomhus, klättervägg och skidor i Skiddomen på Kviberg. Aktiviteterna startade redan under hösten 2015 och avslutades i februari 2016.

Fasta veckoaktiviteter

Måndagar

Vi har simning på Sörredsbadet, elektronskytte på Dalheimers Hus och till våren börjar tandemcykling. Vid Simningen följer Ledsagaren då med till omklädning, dusch och in i hallen och eventuellt fika efteråt. I skyttet ger ledsagaren info om rätt position och resultat av skottet. I tandemcykling en behövs en ledsagare per deltagare.

Tisdagar

Promenad med ledsagare stugan finns omklädningsrum, dusch och bastu.

Torsdagar

På torsdagar spelar vi showdown ett slags pingis, där alla använder ögonbindel. Bordet har en sarg och bollen små kulor som rasslar. Målet är en påse som i bordshockey. Även här är ledsagare en förutsättning för aktiviteten. Det behövs seende som dömer, räknar och hittar bollar som far iväg. Vid olika mästerskap krävs också personer som kan ledsaga till matstället och läsa menyer mm.

Söndagar

Promenaddag ibland med tema.

Tävlingar

- Damlaget i Goalball har tävlat i Sverigeserien tillsammans med FSBU.
- Showdown SM 2016 anordnade av MIS i Stuga 7.

Extern information

MIS har en hemsida som sköts av en utomstående webbredaktör, Kerstin Kristensen, och där även Facebook inläggen kan läsas. Här finns kommande och genomförda aktiviteter, medlemsprotokoll och viktiga dokument. Facebooksida sköts av Ordförande, Denise Cresso, MIS har också nya visitkort som vi delat ut under året.

Kontakt med MIS

Hus 7 - Skatås, Göteborg

Telefon: 031-24 22 22

E-post: info@misgbg.se

Facebook: MIS - motion och idrott för synskadade Göteborg

Slutord

Styrelsen vill rikta ett stort tack till alla som på olika sätt gjort det möjligt att genomföra verksamhetsåret 2016. Tack till våra samarbetspartners utan bidragsgivare skulle hela verksamheten falla då vi inte skulle kunna genomföra våra spännande aktiviteter.

Tack till Föreningen De Blindas Vänner, Bingoalliansen, De Blindas Förenings Understödsstiftelse Hoppet.

Tack även till våra kunniga och engagerade ledare och ledsagare som alltid ställer upp för MIS.

Tack till alla medlemmar som på olika sätt engagerat sig i föreningen.

Göteborg i februari 2017

Denise Cresso
ordförande

Marie Banck
v. ordförande

Lennart Söderberg
kassör

Lisa Magnusson
ledamot

Tomas Gustavsson
ledamot

Leif Sunesson
ledamot

Ingmarie Flodman
ledamot

Aktiviteter under 2016:

- 4 januari Unga tjejer provar på att klättra Kviberg klätterdomen 9 deltagare (4 ledsagare)
- 17 januari Tipspromenad, 14 deltagare
- 21 jan MIS testar talande stationer för eV framtid i Skatås
- 26 januari Extra medlemsmöte med 21 röstberättigade
- 7 februari Skridskoåkningen Angereds Arena 3 deltagare (en ledsagare)
- 14 februari Promenad & musikquiz, 24 deltagare
- Onsdag 24 februari Prova på skridskoåkning, Hedens isbana 12 personer mellan 25-78 år
- 12 - 13 mars MIS SM Showdown i Göteborg 2016
- SM Showdown hölls i år Göteborg arrangerat av MIS Motion och Idrott för synskadade. Det var 10 tävlande, 4 kvinnor och 6 män. Under lördagen spelades matcherna fram till och med semifinal och under söndagen gick finalmatcherna. Brons gick till Trollhättans Ida Jacobsson och Kevin Kjell Dahl, silvret för damer togs av Elvira "Vispen" Sjöblom från MIS och Christoffer Örnevik från Stockholm. Guldet gick till Stockholmarena Mariah Sethsen och Claudio Quitral som också förutom medaljer fick varsin pokal. Damernas final var mycket jämn och gick i fem set och avgjordes av Maria med en poängs skillnad och herrarnas final avgjorde Claudio i tre set. MIS domare Sivert Sivertsen och Linda Löfqvist dömde och räknade poäng tillsammans med domare Patrik Modin.
- 20-24 mars Skidresa Osets Högfjällshotell. Sex medlemmar och sex ledsagare reste till Norge, med både möjlighet att åka på längd och utförsåkning. Resan dit gick med buss från GBG och vi hade helpension. Det fanns många spår att välja på och deltagarna testade många olika beroende på längd och backar. På hotellet fanns simbassäng och gym för dem som tröttnade på skidor och promenader.
- 31 mars Mis Årsmöte 2016 33 röstberättigade medlemmar
- 3 april Våffelpromenad, 23 glada våffelälskare tog en något försenad våffelstund efter söndagspromenaden.
- 24 april Långpromenad. Den vanliga söndagspromenaden avverkades som vanligt men det genomfördes även en långpromenad, med ett par deltagare.
- 10 maj "Våruset". Fem glada tjejer tog plats i startledet. Slottsskogen var fylld av människor. Solen strålade och musiken dunkade. Efter ordentlig uppvärmning gick startskottet. Med benen "fulla av spring" gav vi oss iväg. Det blev en tuff uppgift för Birgitta att ledsaga Marie och Denise bland alla löpare. Agneta som ledsagade Lisa hade också fullt upp. Längs banan bjöds det på musik, applåder och glada tillrop. Efter 5Km var vi i mål och belönades med en fin medalj. Nöjda med vår prestation slog vi oss ner i gröngräset och njöt av vår picknick och kvällssolen. Tack även Tommy, vår hejaklack och väskpassare!
- 15 maj Tipspromenad, vi var 15 personer som antog utmaningen att klura ut svaren på kackas frågor. Vi fick en promenad
- 21 maj Göteborgsvarvet, där tre medlemmar från MIS sprang: Thoma Krantz, s, Clas Östergren och Kjell Dahlqvist.
- 24 maj Medlemsmöte, 23 medlemmar på medlemsmötet.
- 28 maj Hisingen runt med tandemcykel där fyra MIS medlemmar cyklade tandem, i allt ifrån 3-växlade tandemcyklar till racertandem. 5 mil med två stationer. Ett samarbete mellan MIS och Mölndals cykelklubb.
- 31 maj medverkade vi i en kartläggning av påverkansmöjligheter av Västra Götalandsregionen. Två föreningar, Ale Permobilklubb och MIS träffades för att tillsammans med forskaren Julia Bahner diskutera våra möjligheter att påverka Västra Götalandsregionen och göra våra röster hörda. Kartläggningen av de ideella föreningarna i Västra Götalandsregionen är ett arbete som genomförs av Göteborgs Universitet på uppdrag av Regionens funktionshinderråd och skall pågå under 2016 och resultera i en rapport. Från MIS deltog Denise Cresso och vi träffade Åke, Bosse och Gunilla.
- 18-19 juni provades vattenskidor – för framtida prova på i MIS
- 5 juni Sill och musikquiz, vi var 22 MIS:are som samlades i stugan.

- Efter promenaden vankades det traditionell midsommarlunch och Martins välkomponerade Musikquiz.
- Sommarmåndagar på Amundön: Varje måndag under sommaren har MIS aktiviteter på Lilla Amundöns badplats. Alltefter väder går vi promenader, badar i havet eller i bassängen och fikar efteråt i caféet.
- 22 juni MIS träffar Ordförande, Denise Cresso i Idrott och föreningsförvaltningen för en diskussion om Skatås och möjlig tillgänglighet
- 28 juli Styrelsen hade extra möte för att ordna utskicket inför hösten.
- Augusti I Melbourne passade ordförande, Denise Cresso, och Webbredaktören Kerstin Kristensen på att under en resa träffa företrädare för Vision Australia. Här fick vi idéer till nya verksamheter inom sporten för personer med synnedsättning. Vi provade på tennis, bowling och golf. Vi lyssnade även på föredrag om hälsa och motion för personer med synnedsättning.
- 28 augusti Inställd kanotpaddling, i samarbete med SRF GBG men för få anmälda.
- 29 augusti Avslutning med Korvgrillning på Amundön
- 3 september MIS visar showdown på Nordstadstorget för allmänheten inför Paralympics
- 6 september Paralympics Rio de Janeiro, en av MIS medlemmar, Nicolina, tävlade i judo.
- 8-9 september Forum Vision, Konferens om mobility där MIS ordförande, Denise Cresso deltog
- 11 september Gångmärket, blev inte av då det inte var några som anmälde sig
- 15 - 18 september MIS Vandringshelg i Åkulla, 8 personer inklusive ledsagare reste till Åkulla med buss från Göteborg. Under de fyra dagarna, kunde vi välja att gå längre vandringar eller kortare promenader i skogen.
- 30 september MIS Ordförande, Denise Cresso, träffar politiker i GBG Stad för sonderande möte om tillgängligheten i Skatås
- 30 september Räkfest, traditionsenligt med 24 deltagare och massor med räkor.
- 9 oktober Tipspromenad, 18 deltagare
- 23 oktober Långvandring, ett par deltagare gick i Delsjöområdet
- 1 november Medlemsmöte, MIS halvårsmöte var det 26 röstberättigade medlemmar och en ledsagare. Mötet antog verksamhetsplan, aktivitetsplan och budget för 2017. Mötet tillsatte också en arbetsgrupp som skall se över tillgängligheten runt stugan i Skatås och till spåren.
- 13 november Friskvårdsdag hälsosöndag i MIS stugan. 6 Medlemmar och 3 ledsagare fick pröva på sittgymna och massage. Sallad och hembakat bröd efter promenaden.
- 20 november Höstsoppa! 14 deltagare på höstsoppa med promenad. Mirjanas gulaschsoppa med ostsmörgås. Lisa Magnusson spelade piano och sjöng. Vår yngste deltagare var 4 år.
- 24 november tillgänglighetspromenad. Den nytillsatta gruppen går med Trafikkontoret från hållplats Wellandergatan till Stuga 7 och dokumenterar de förändringar, som behöver göras
- 2 december Frukostmöte i samband med Internationella handikappdagen som är den 3 dec, Denise Cresso deltar på föreläsning om normkritik
- 4 december Glögglunk med musikfrågor, 27 deltagare promenerade, drack glögg och svarade på musikfrågor. Hemlagade vörtbröd, lussekatter och en ungersk kaka som Maria vår ledsagare hade bakat.
- Året avslutades med julmiddag som MIS bjuder styrelsen, valberedning och revisorer på. I år var även en av våra mest trogna ledsagare Ulla Liljegren med som tack för de 20 år hon varit med oss i MIS under många aktiviteter