



2.februar 2024

Veteran - Idræt Skovbakken

Årsberetning for 2023
Generalforsamling tirsdag d.12. marts 2024

Det er dejligt at være medlem af en forening hvor så mange har lyst til komme og deltage i såvel de fysiske aktiviteter som de sociale arrangementer.

Det er netop det vores vedtægter påbyder:

”Veteran – Idræt er startet den 13. januar 1995 og har til formål at tilbyde idræt og socialt samvær for ældre.”

Vores hverdage ligger i faste rammer, det trives vi med, det er en fornøjelse at mødes i hallen og til de øvrige arrangementer.

Året for Veteranerne

Forårssæsonen 2023 gik næsten som ønsket. Som altid mange på gulvet til gymnastik og god tilslutning til de ”selvstyrende aktiviteter.”

Desværre har ”vores sted” Upstairs budt på nogle udfordringer i det forløbne år.

Upstairs var lukket, så vi mødtes i ”downstairs” efter aktiviteterne.

Sæsonen sluttede med at alle efter gymnastikken samlede til et ”glas god sommer og tak for sæsonen.”

Ud over de faste dage i hal valgte nogle veteraner at deltage i gøre gymnastik i festugen på havneområdet.

Bestyrelsen besluttede at vi skulle afvikle ”aktiviteter ud af huset” ikke som enten/eller men som både og! Altså at udflugt og vandreture placeredes på onsdage.

Ny sæson

Efterårssæsonen blev påbegyndt 5. september med nu 307 medlemmer.

I løbet af sæsonen har vi oplevet at blive flyttet til en anden hal til gymnastikken, og der har været enkelte aflysninger. Det gælder især for aktiviteterne. Men såvel Lene som alle os ”på gulvet” har bare klaret flytningen.

Gymnastikken er vores fælles aktivitet. Her er vi alle og gymnastikken er grundlæggende for den gode motion og bevægelsestræning vi får her hos veteranerne.

Aktiviteter

Ved hjælp af ”tovholderne” fungerer de forskellige aktiviteter så fint.

De fleste ”har vaner” så vi vælger den samme aktivitet hver gang. Men der er dog nogle der netop bruger muligheden for at vælge, så de prøver flere aktiviteter.

Svømning må stadig klare sig uden udefra kommende livredder. Det betyder at livredderfunktionen må varetages af deltagerne selv! Det er virkelig fint at de stiller sig til rådighed.

Årsberetning 2023

Det nye pickleball har nogle udøvere, men der er plads til flere. Pitjau er ikke i gang. Det er tænkt som "et pausetilbud" fx hvis der ikke er baner nok til alle der er i gang med kurling, badminton og pickleball.

Heldigvis har vi adgang til store haller, og de bruges. Men desværre kan VRH ikke rumme funktionel træning. Alle der deltager i den træningsform må på en vandretur til SpringCentret.

Prøv det

I samarbejde med DAI arrangerede vi PRØV DET 17. april

Hensigten var at få en smule kendskab til aktiviteter, der ikke ses i vores dagligdag.

DAI ved Helge præsenterede os for pickleball, pitjau og floorball.

Anderledes, gode udfordringer og sjovt.

Volleyball

Vi er så heldige at vi får tilbud om at deltage i volleystævner flere gange igennem sæsonen.

Skovbakken står for to arrangementer. Hver gang med fin deltagelse fra andre foreninger.

Stævnerne byder på fælles morgenkaffe, masser af spil hvor der kæmpes for en sejr, men spil er nu det vigtigste. Stævnerne slutter med fælles frokost og kaffe.

Tak til Karsten og alle, der hjælper med til, at stævnet kan gennemføres. Det ene stævne bød på en ekstra udfordring da morgenkaffe og frokost måtte afvikles i "downstairs."

Seneste gang var Upstairs igen brugbar.

Vandreture

Forårets vandretur gik til Fussingø. En rost tur med mange deltagere, der som altid både havde tid til at hyggesnakke, nyde det gode vejr, og spise frokosten i det fri!

Efterårets tur gik langs Djurslandstien, endnu et dejligt sted. Frokosten var et hit da det var muligt at forudbestille fiskefrikadelle eller fiskefilet på Bønnerup Strand. Også denne dag var vejret meget venligt!

Meget veltilrettelagte vandreture med mange glade deltagere.

Stor tak til arrangørerne.

Bowling

Et vigende deltagerantal sidste år gav spekulationer! Skulle den aktivitet fortsætte.

Et stigende antal i januar (2024) betyder at det må prøves igen.

Specielt tilbud

Vi har haft mulighed for igen at tilbyde "stolegymnastik" til stor glæde for nogle af vores veteraner både de der er "på gulvet," og også nogle få "hvilende medlemmer"

Trods mange forsøg er det ikke lykkedes at finde en fysioterapeut der kan varetage den specielle træning. Tidspunkt og omfang kan ikke tiltrække mulige instruktører. Stolegymnastikken har været klaret af studerende på fysioterapeutuddannelsen, som del af deres praktik.

Sociale aktiviteter

Sang- og foredragseftermiddage.

Foråret 2023

bød på et dejligt foredrag om John Mogensen præsenteret af Flemming Både.

Stor tilslutning og alle nød såvel foredrag som fælles sang. Og så må vi ikke glemme hyggelig frokost sammen og tid til hyggesnak.

Efteråret i oktober 2023

Her var vores foredragsholder en kendt person som alle møder til gymnastikken.

Jesper Tørring fortalte om sin tid som eliteudøver i atletikkens verden, især som højdespringer med et væld af fine resultater.

Et spændende kig ind i de krav og den selvdisciplin topidræt kræver.

Igen kunne vi hygge os med fællessang som Steen Okbo klarer.

Tak til jer.

Julefrokost

En julefrokost skal følge egne traditioner. Måske især hos os!

Men der er gang i renoveringen hos VRH så det betød at denne gang måtte julefrokosten flyttes til Margeritsalen.

Det gav ekstra udfordringer for såvel vores faste kok som alle de hjælpere der sørger for at det hele fungerer.

Der var stor tilslutning og super dejlig stemning. Smukke borde, skøn dansemusik og flot lotteri med mange fine præmier og højt humør.

Tak til alle dem der sørger for, at vi kan nyde dagen.

Udflugt

I foråret havde vi en skøn udflugt til Koldinghus og Skamlingsbanken.

Virkelig kompetente guider gjorde de fantastiske udstillinger endnu bedre. Besøget på Skamlingsbanken gav stof til eftertanke. Og så kunne alle vi mange deltagere nyde en dejlig frokost der.

Tak til arrangørerne for en oplevelsesrig dag.

Upstairs

Det var yderst påkrævet med en renovering af Upstairs.

Desværre blev det en langvarig affære.

Vi havde en hel del møder med VRH som jo nu er ejere af en hel del af F-bygningen.

Vi fik at vide at vi ville blive hørt, så Upstairs fortsat kunne være vores ”sted” når vi var færdig med aktiviteterne. Smørrebrød tirsdage, kaffe torsdage. Der er smurt mange ”madder” og lavet meget kaffe deroppe.

Der er sket gode ting i lokalet. Køkkenet har desværre givet en hel del problemer.

Den store opvaskemaskine og kaffemaskinen var bare væk!

En lille almindelig husholdningsopvaskemaskine var sat ind.

Problem: Kapacitet og det hurtige program varede ca. 45 min.

Det kunne bare ikke fungere! Og man kan ikke lave kaffe til alle os på en almindelig kaffemaskine.

Der har været mange møder og forsøg på at opnå forståelse for de behov veteranerne har.

Endelig nåede vi til at veteranerne måtte indkøbe en bedre egnet opvaskemaskine og en stor kaffemaskine. Det har været dyrt, men det var det der var muligt. Vi søgte om støtte til indkøbene ved anlægsfonden, men det blev afslået.

Vi har booket Upstairs for hele sæsonen, alle tirsdage og torsdage! Men lokalerne udlejes også til andre. Det betyder at mange kan benytte de maskiner vi har sat ind. Det var vel prisen for at vi kunne få gang i noget der var anvendeligt for os. Det ekstra rum, som veteranerne havde til alle vores ting og sager, er nu til rengøringsmaskiner. Vi har så bare adgang til et skab på trappeafsatsen.

Men heldigvis har I trods ”de benspænd” vi har mødt! Vi er igen i Upstairs til frokost og kaffe. Godt!

Målet

På generalforsamlingen i 2023 blev det gjort muligt at Målet fremover kun skulle udkomme via vores hjemmeside.

Det sparer selvsagt udgifter, men læses Målet?

Er det et bindeled mellem os, og er det en relevant sag for veteranerne.

Hjemmesiden

Alt! Sådan kan man næsten sige, kommer på hjemmesiden. Den skulle gerne fungere som bindeled og stedet hvor man kan hente sine oplysninger om veteranerne.

Vi har særdeles effektive ”redaktører.” De er hurtige og de sørger for at holde hjemmesiden opdateret og spændende. Hjemmesiden ”fortæller” om veteranerne og om vores forening. Og så har den et meget flot billedarkiv.

Tak og virkelig godt klaret.

Medlemmerne.

Tak til jer alle fordi I er medlem af Skovbakkens Veteraner.

I er værdsat, det er en glæde at vi mødes til fælles gymnastik i hal 1 og så fortsætter til aktiviteter og hyggesnak, og for rigtig mange, det ekstra samvær i Upstairs.

Vi har en hel del medlemmer der ”giver en hånd med.”

Det gælder i hallen, Lenes podium skal hentes og tilbage til opbevaring, mange agerer på skift som madhold. Og vi fik nye folk på borddækningsholdet og i baren, når vi har arrangementer, og vi har vores huspianist. Flot og godt.

Vi har endog en veteran, Marianne, der kan træde til og styre gymnastikken hvis Lene (sjældent) er forhindret.

Vi har stadig ventelister, men på sidste års generalforsamling besluttede vi, at vi kunne optage nogle fra ventelisten i januar, såfremt der var plads.

Aktive medlemmer er enhver forenings ønske. Det opfylder I. Tak.

Instruktør

Når vi samles til gymnastik i hal 1 sker der en masse! Små eller store grupper samles på gulvet langs tilskuerpladserne. Der snakkes og hygges! Men med et vender vi alle blikket hen mod samme person!

Lene!

Og så kommer der gang i gymnastikken. Vi koncentrerer os om at udføre al den gymnastik Lene har forberedt.

Ja, vi klarer øvelserne på vores personlige niveau, men vi har fælles udgangspunkt og fælles glæde. Det er et skønt fællesskab.

Vi er glade for og stolte over at vi har ”vores Lene”. Vores særdeles kompetente Lene.

En hjertelig tak for det.

Samarbejde

Vi har god kontakt til *DGI* og *DAI*, men har også mulighed for at blive hørt andre steder så som *Sport og Fritid* og *Idrætssamvirket*.

Kursus i førstehjælp

Idrætssamvirket kunne tilbyde os et kort kursus i førstehjælp.

Det var dog hovedsagelig hjertestarter der var i fokus.

Instruktørerne var unge medicinstuderende som ivrigt forsøgte at hjælpe os med at lære at agere korrekt hvis noget uheldigt skulle ske.

Et rigtig fint kursus præget af smil på trods af det lidt tunge emne.

I F Skovbakken

Hovedforeningen har arbejdet ihærdigt på at forny eller udvikle det fællesskab som Skovbakkens afdelinger danner.

Skovbakken ledes nu af en "fællesledelse" som klarer de daglige opgaver.

Der er møde for alle afdelinger to gange om året.

Fællesledelsen har arbejdet meget med at holde god kontakt til Vejlbj-Risskov hallens ledelse.

Banko:

I et fællesskab mellem Fællesledelsen og VRH blev der i december arrangeret banko for alle afdelinger. Tanken var at støtte fællesskabet, og at bankospillet kunne give et overskud der så skulle fordeles mellem afdelingerne.

IHÅ

Skovbakken er repræsenteret i IHÅ's skolekredsen.

Sport og Fritid

er den kommunale ansvarlige myndighed for idræt og for os som ældreidræt.

Vi modtager støtte til vores aktiviteter fra Sport og Fritid.

Økonomi

Kassereren har mange små og store opgaver med at holde styr på vores økonomi. En af de store sager er ansøgning om støtte fra Sport og Fritid. Også økonomien i Upstairs hører med til regnskabet.

Dertil kommer reservation af lokaler i VRH og SpringCentret.

VRH forlanger nu at bookinger skal række 3 år frem! Desuden er VRH-sæsonen "fast." Det stemmer ikke med veteranernes sæson, men vi betaler halleje ud fra VRH sæsonen.

Bestyrelsens opgaver

Konstituering.

Efter en generalforsamling er den første opgave konstitueringen, dernæst kan der tages fat på opgaverne.

Bestyrelsesmøder i 2023 har været afholdt (2. februar) 13. april, 4. maj, 10. august, 30. august, 25. september, 10. oktober, 23. november, (8. februar 2024)

En bestyrelses vigtigste opgave er at varetage medlemmernes interesser på grundlag af vores vedtægter.

I (medlemmerne) er foreningens højeste myndighed, den opgave varetager I når I deltager i generalforsamlingen.

Der er en omfattende opgave at "registrere foreningen" hos myndigheder så som Sport og Fritid. Grundlaget for at få tilskud er den korrekte registrering.

Skovbakken Veteraner registreres også som selvstændig forening i idrætsorganisationerne.

Ud over egne bestyrelsesmøder, er der også møder med fx hovedafdelingen, eller måske et informationsmøde hos Sport og Fritid, og flere andre.

Varetagelse af Veteranernes dagligdag er på alle dagsordener. Det gælder bookinger, økonomi, arrangementer og hverdagen i hallerne og i Upstairs.

Tak

Et vigtigt aspekt for vores sundhed er at være del af et fællesskab.

Det kan man læse og høre i alle samtaler om ”trivsel”

Tak til alle jer medlemmer for vores fællesskab.

Og oveni fællesskabet passer vi på vores fysiske sundhed.

Tak fordi I er der.

Tak til alle samarbejdspartnere.

Og TAK, min tak, ikke mindst til jer i bestyrelsen.

I er så flittige, tingene bliver gjort, det fungerer, TAK for det.

På bestyrelsens vegne

Nina N. Møller
(formand)

Det vi kan...

Det vi gerne vil...

Det der er muligt....

Det gør vi.

Det vores grundlag.