



BjörkenNytt april 2021

Styrelsen

Hej alla medlemmar.

Nu är våren här på riktigt och vi kan gå ut och njuta, en del dagar i solsken och en del dagar med frisk luft. Passa på att träffa nära och kära utomhus. Håll ut, håll i och håll avstånd.

Men vi får också komma ihåg att ha roligt, skratta mycket och umgås på distans. Till exempel gå ut på promenad och cykla tillsammans.



Verksamhet

Vi har nu tagit nya beslut och ställer om i stället för att ställa in. Detta för att främja barn och ungdomars rörelse och aktivt kunna använda sin kropp på fritiden!

Vi kommer erbjuda utomhusaktiviteter varje vecka med start nästa vecka, tisdagen den 4 maj.

Vi kommer växla mellan tisdag och onsdag kväll så att alla ska kunna vara med.

På dessa aktiviteter är alla aktiva medlemmar välkomna, oavsett vilken verksamhet man utövar i vanliga fall.

Vi har lagt en plan för de första 3 veckorna som ni ser nedan. Vi kommer skicka ut ny information om de följande veckorna senare i ett nytt nyhetsbrev.

Vi planerar att ha en gemensam avslutning vecka 24 där vi grillar och umgås samt tackar för denna annorlunda termin.

Vecka 18 – Tisdag 4 maj kl 18.00-ca 19.30:

Djulö – Uteträning Gym/Volleyboll

Vecka 19 – Onsdag 12 maj kl 18.00-ca 19.30:

Djulö – Brännboll/Kull



Vecka 20 – Tisdag 18 maj kl 18.00-ca 19.30:

Djulö/Fyra H:s parkering

– Promenad på Dufweholmsleden cirka 2 km.

Vår förhoppning är att kunna starta upp i höst igen.

Vi har precis i dagarna skickat in ansökan om att få ha samma dagar, lokaler och tider för våra verksamheter. Nu kan vi bara hoppas. Så fort vi får svar och kommit överens med kommunen så meddelar vi er alla via Epost.



Riksläger

Även i år blir rikslägret digitalt, denna gång lite mer välplanerad än förra året. Håll utkik på Frisksport.se för mer information.

Cirkusskolan

Kom ihåg att anmäla dig till Cirkusskolan vecka 30 i Katrineholm. Länk

Även i år en Corona anpassad sommarverksamhet.

Tack!

Föreningen vill tacka alla deltagande medlemmar för allt ert tålamod under denna pandemi.

Det har krävts, kräver och kommer krävas mycket jobb i denna pandemi, både av oss som förening men också av er som medlemmar. Med gemensamma krafter hoppas vi att vi kan hålla ut denna pandemi och att Corona försvinner så vi kan återgå till ett normalläge där vi kan träna som vi vill.

Föreningen vill även rikta ett stort tack till våra fantastiska ledare som har lyckats ställa om varje gång det kommer nya restriktioner så att vi har kunnat fortsätta bedriva verksamhet för våra medlemmar.



FRISKSPORT
BJÖRKEN

BjörkenNytt april 2021

Rapporter

Föreningarna har haft digitalt årsmöte och en ny ordförande har valts i båda föreningarna. Vi säger grattis till Lovisa Törnvall och önskar henne lycka till med ordförandeskapet.



Föreningen har sålt New Body och det vill vi också rapportera om och tacka för.

Totalt hjälpte ni medlemmar till att sälja 301 paket och samla in 10 967 kr.

Av dessa går 3 536 kr till cirkuskassan och 7 431 kr till cheerleadingkassan.

När vi åter igen kan och får göra gemensamma aktiviteter i verksamheterna så kan vi använda pengarna till tävlingar och resor dit för cheerleadingen och en framröstad aktivitet för cirkusen.

Frisksport Björkens styrelse och ledare önskar alla medlemmar en frisk och härlig vår.



Frisksport är

Svenska Frisksportförbundet och Frisksportens Ungdomsförbund är demokratiska organisationer, öppna för alla människor som delar våra värderingar. Förbunden är obundna i religiösa och partipolitiska frågor, men eftersom vi vill påverka såväl enskilda människor som samhället i stort tar vi ställning i samhällsfrågor inom våra intresseområden. Alla frisksportklubbar har olika aktiviteter - allt från volleyboll och cirkus till barngympa och tipspromenader - men grunden för all frisksport är den samma.

Allt hänger ihop

Frisksport är en idé om hur vi ska leva för att må bra och ha kul tillsammans.

Inte bara må bra i betydelsen att inte vara sjuk utan i ett större perspektiv: Allting hänger ihop. För att jag ska må bra måste andra också må bra. Och inte bara andra människor utan hela vår omvärld.

För att DU ska må bra måste du sköta om din kropp. Motionera, äta sunt och inte förstöra den med tobak, alkohol eller andra droger.

För att VI ska må bra måste vi dela upplevelser och känna gemenskap. Skratta, umgås och trivas.

För att ALLA ska må bra måste vi hjälpas åt. Ta ansvar för vår miljö och för jordens överlevnad. Lära känna andra människor och kulturer samt leva i fred med varandra. Frisksport är att bry sig. Om sig själv och andra.



Medlemsförsäkrans:

Jag sympatiserar med frisksportens helhetssyn sådan den är formulerad i förbundsprogrammet och förbinder mig att i frisksportsammanhang inte förtära drycker som innehåller mer än 2,25 volymprocent (=1,8 viktprocent) alkohol eller använda tobak eller narkotika i någon form.

Frisksportlöftet:

”Jag förbinder mig att inte i något sammanhang förtära drycker som innehåller mer än 2,25 volymprocent (=1,8

viktprocent) alkohol eller använda tobak och narkotika i någon form.”

Att avge och leva enligt frisksportlöftet är obligatoriskt för medlemmar som fyllt 12 men inte 18 år och löftet ska förnyas varje år. För medlemmar över 18 år är frisksportlöftet frivilligt. Avgivet frisksportlöfte gäller så länge medlemskapet består eller tills man skriftligen avsäger sig löftet. Medlemmar under 12 år bör inte avge löftet.

För medlemmar som avgivit Frisksportlöftet samt för medlemmar mellan 12-18 år förnyas löftet automatiskt när medlemsavgiften betalas till Frisksport Björken.

Adress
Frisksport Björken
c/o Martin Karlsson
Gamla Klubbtorp
641 63 Björkvik

Telefon
0706-75 44 35 (Martin, kassör)
0736-92 23 10 (Lovisa T, ledare)
E-post
bjorken@frisksport.se

Hemsida
www.frisksport.se/bjorken
BG 5875-6198
Swish 123 615 19 48

Verksamhet
Cheerleading
Trampolin/Cirkus/Tablå