



Ängebo IK
Verksamhetsberättelse
2023



Ängebo Idrottsklubb
Ängebo 89
824 79 Bjuråker

Verksamhetsberättelse 2023.



Ängebo IK får härmed lämna följande verksamhetsberättelse för året 2023. Verksamheten består av barn-, ungdom-, motion- och friskvårdsverksamhet. *Föreningen är medlem i Svenska skidförbundet och Svenska friidrottsförbundet.* Anläggningen består av idrottsplatsen Svågavallen, med en löparbana, kast- och hoppområden, fotbollsplan, omklädningsrum och förråd. Här finns även ett mycket fint utegym och motorikbana.

Klubben har en klubbstuga vid Svågagården med serveringslokal och ett gym. Utanför klubbstugan klipper och sköter vi ett stort område. Där har vi på vintern möjlighet att göra en skidlekplats och vi har även ett timrat vindskydd med grillplats. Här är en av starterna för elljusspåret.

Under sommaren har vi investerat i ett nytt större förråd/ verkstad där vi skall kunna ha mycket av det som nu förvaras hemma hos Maj-Lis. Detta är gamla telestationen i Norrberg.

I vår verksamhet finns också elljusspår på 2,5 km och motionsspår 10 km samt i anslutning till detta ett vindskydd med grillplats.

Tillfälligt vid sämre snötillgång bidrar vi med drivmedel för längre spår efter väg i Björsarv.

Motionscenter har vi på Bratthé, med flera markerade leder, inkluderande Gröntjärnsleden som vi också ansvarar för. Vid centret finns ett naturgym och en koordinationsbana samt andra aktiviteter för de yngre.

Under 2023 har *Svågadalens ledgrupp* kommit att ligga under Ängebo IK, tidigare intresseföreningen. Därmed har vi ett övergripande ansvar för vandringslederna i dalen och det ligger ju även nära vår verksamhet.

Styrelsen

Ordförande: Iréne Mickelsson Ilonen.

Kassör: Maj-Lis Wikström.

Sekreterare: Mona Svedlund

Övriga ledamöter: Sture Joelsson och Emma Wiik.

Suppleanter: Maria Sandin och Anna Nordin

Revisorer; Bernt Jons och Gun Jons. Suppleant. Elvira Persson.

Firmatecknare var för sig har varit; Iréne Mickelsson Ilonen och Maj-Lis Wikström.

Valberedning; Karin Wikström (sammankallande) och Ulla Wikström.

Klubben har under verksamhetsåret haft 11st protokollförda sammanträden.

Vi har under året tappat några av våra 265 medlemmar. Ändå kan vi glädjas över att det tillkommit nya medlemmar och antalet vid årets slut var 292 personer. Klubben har redovisat 44st sammankomster för aktivitetsstöd genom innebandy och familjeträning.

Vi har under året haft ett gott samarbete med SISU idrottsutbildarna där vi erhållit stöd till en folkbildningscoach (Maj-Lis). Syftet är att få fart på utvecklingen, öka engagemanget bredda mångfalden i ledarskapet och att vara en förening där samtal och demokrati är viktigt. Ett svårt arbete kan tyckas, i en glesbygd där det är svårt att rekrytera nya yngre människor till engagemang. Vi har dock fått positiv stöttning med allt det vi gör för att hålla klubben aktiv. Träffar med styrelsen där vi samtalat om hur vi skall utveckla föreningen med de medel och verktyg vi har att jobba med. Satsningarna vi gjort för att aktivera till motion och hälsa för hela familjen såsom, utegym, motionscenter och tomtestigen. Kvällsvandringar och 65+ vandringar och olika utflykter med den viktiga sociala samvaron.

Ordf. Irene har varit i kontakt med Michael Vallin från "Hälsingland- kontrasternas landskap". Svågadalen som ett besöksmål på deras hemsida skulle bli en bra möjlighet för marknadsföring för bland annat våra vandringsleder. Vi sammankallade intressenter i Svågadalen till ett möte på Svågagården. Detta var mycket positivt och arbetet fortsätter med upplägg under 2024.

Motion och friskvårds aktiviteter

Skidor

Dålig start på skidvintern följdes upp i januari med tö och blåst. Inte förrän i februari blev det stabilare med snö som låg kvar riktigt och vi kunde ha fina spår en bit in i mars.

Vi kunde även ha en skiddag med barnens vasalopp och allmän skidåkning, korvgrillning mm. Under våren kom information från Holmen som nu var på gång med avverkning längs skidleden. Detta skulle börja när det blivit tjäle på senhösten. Tidigare var vi ut med ansvariga och gick längs leden och fick lämna synpunkter hur vi ville ha det. Redan i början på november kom snön och den låg också kvar. Tur också att kyla kom och marken frös till något så när. Efter en riktigt regnig sommar och höst var marken riktigt vattensjuk och vi fick dröja med att köra på vissa ställen. Avverkningen började också i november och de som kör har gjort så gott de kunnat för att korsa spåret så lite som möjligt. De skador som blivit rättas till efter avslutat jobb. Vi har även fått Holmen att ta ner lite extra efter spåret, där det är möjligt, så får vi även ner mer snö och slipper skräp. Så året slutade bra kan man säga med en riktigt tidig start på skidsäsongen.



Träning i hallen

Vi fortsatte under vårsäsongen med familjecirkepträning, innebandy och lättjympa för daglediga. På de två förstnämnda kunde vi erhålla aktivitetsstöd för de som hade rätt ålder. Lättjympan med Mona har flutit på bra, särskilt under hösten då flera nerifrån "sockna" deltagit flitigt. Däremot har innebandyn och familjeträningen haft ett lägre antal yngre besökare på hösten och det är endast några innebandy tillfällen som gett aktivitetsstöd.



Familjeträning i hallen under våren.

Vandringar

Gröntjärnsleden. 30 juni arrangerades denna vandring. Nu i ny tappning. Eftersom att förra året visade på ett nedgående deltagarantal behövde vi tänka om för att få det att gå ihop ekonomiskt. På försök så uteslöt vi bussarna och lade upp en rundvandring med två sträckor. Gröntjärnsslingan 7,5 km och Sandbäckenslingan 12 km. Start och mål vid motionscentret. Tyvärr minskade antalet ännu mera och endast 85 st. kom och vandrade. Vad detta beror på är svårt att veta men inget har varit sig likt efter pandemin. Vi kan dock konstatera att det varit liknande siffror på andra vandringar i Norrbo och Delsbo. Konstateras kan att detta inte ger oss den fina inkomsten vi haft under tidigare år och vi behöver göra en utvärdering hur vi fortsätter och skapar intresse igen. I stort sett var arrangemanget lika som tidigare med brödbak, bullbak och soppkok samt i stort sett samma funktionärer.

Flottarleden. 26 augusti anordnade vi för andra gången denna vandring i samarbete med Folkets hus. ÄIK ordnade med vandringen och hade fika vid Långmor och FH hade soppa på Svågagården. Vi hade hoppats på en ökning här men mot drygt 40 vandrare 2022 så hade vi knappt 30 denna höst. Detta gav inget plus i kassan.

Bild. Utspisning vid Flottarleden i Långmor.



Vandringar utan avgift med kulturella inslag. Under sommaren har vi haft 10 kvällsvandringar till olika platser i bygden. Vi har inte kunnat gå alla leder vi har i dalen men vi blandar år från år. Två vandringar ställdes in på grund av regn. Det är mellan 10- 20 personer med, både de som kommer varje gång och de som kommer och är nyfikna på de olika platserna.

Som avbrott till vandringarna gjorde vi en dagsutflykt på cykel. Maj-Lis var ut och rekade turen och sedan frågade vi olika aktörer om de var villiga att guida på de olika stoppen. Det blev mycket uppskattat, både av oss motionärer och guiderna. Platserna vi besökte var Jons gammalgård i Ängebo, Ytterhavravallen, Stråsjö kapell och gamla skolan i Stråsjö. Vid gamla skolan togs vi emot av de nya ägarna och fick själva gå i de gamla lokalerna.



Guiderna Bernt vid gammalgården. Birgitta Helmersdotter och Marianne Hansen vid kapellet och Elov Nordenståhl vid Ytterhavravallen.



Några av gökotte-vandrarna som njuter av utsikten från Gravmyrberget, med fika, social samvaro och den vackra morgonen. En av sommarens många vandringar i Svågadalen.

65+ aktiviteter.

Som tidigare nämnts så har vi i samarbete med SISU, startat 65+ aktiviteter. Vi lade upp passen med vandringar på dagtid tillsammans med styrka och smidighet. Tid lades också på den sociala samvaron med olika frågor om motion och hälsa. Det blev en väl sammansatt grupp med deltagare inte bara från bygden utan även från Bjuråkersbygden och tillika från Hög. Med aktiviteten fick vi in flera nya medlemmar. Vi vandrade inte bara här i Svågadalen utan vi besökte även Kraterstigen, Norrboleden, Råbergsvallen i Delsbo och Höglätt i Hög. Genom bidraget från SISU kunde vi även bjuda på fika ett par gånger och köpa in träningsband som deltagarna fick att kunna använda såväl under aktiviteterna som egen träning hemmavid. Det räckte även till hyran för lättjympan och kvällsträningen. Ledare för aktiviteterna har varit Maj-Lis och Mona.



Barn och Ungdoms aktiviteter

Tyvärr har det inte hänt något på ledarfronten för att kunna ha någon aktivitet. Nu är det visserligen väldigt få barn men jag (Maj-Lis) tror säkert, att några skulle vilja göra någon aktivitet om ledare funnits. En lösning var att starta familjecirklar. Det fungerade bra under vårsäsongen men på hösten kom bara en yngre deltagare med. Vi kan inte annat än att arbeta fram redskap, där barn och vuxna kan aktivera sig själva och med detta komma ut i naturen och få nyttig rörelse. *Se kommande två beskrivningar.* OBS! Måste dock, även om det var tillfälligt, glädjas åt att vi hade tre deltagare med på Lilla OS i Järvsö. 10 år sedan senast. Det var Ängbosonen Mattias Jons som lockade med sig barnen eftersom han är farbror och också hade med sig en tjej. Alla tre tävlade för ÄIK. Bra gick det också då de fick finalplatser och medaljer med sig i bagaget. Det värmdes i hjärtat när de tränade på vallen kvällen före.



Anna och Tea Jons tillsammans med Jolene på Lilla OS i Järvsö.

Bröderna Brink kör tre i rad vid Motionscentret.



Motionscenter

Lite nya aktiviteter lades upp denna vår. Förutom tidigare Naturgym, koordinationsbana, barnstigen med sten-bingo, så finns nu även en uppmärkt tipsrunda med frågor om allemansrätten. En liten form av hitta ut gjorde jag i ordning som räckte hela sommaren. Jag plastade in kartor som man kunde använda för att hitta stationer omkring barnstigen. Vi kan konstatera att centret är välbesökt och omtyckt.



Balansträning koordinationsbana.



Tomtestigen

I januari hade vi avslutning på 2022 års Tomtestig. En mycket välbesökt tillställning med många barnfamiljer. Vi bjöd på glögg och pepparkakor och tomten delade ut julklappar i form av textiltomtar, till alla barnen.

Vi startade upp igen till första advent -23. Varje vecka till och med julveckan har vi haft en tävling där barnen fått gå runt och lösa uppgiften. Sedan har vi lottat ut priser. Stigen plockar vi ner i mitten januari och vi kommer inte att ha någon avslutning. Från andra advent till slutet på året har tomtestigen varit mycket välbesökt och många har även swishat bidrag till stigen. Det är mycket jobb med stigen. Stugor som ökat till antalet denna vinter skall sättas ut och förses med tomtar. Slingor och ljus skall sättas ut och kollas av några gånger i veckan för batteribyten. Varje helg tänds marschaller och ljus och ibland behöver man borsta rent från snö som kommit och döljer tomtarna. Tävlingar skall skapas och sättas upp och plockas ner. Till sist så skall allt plockas undan igen. Men så länge det är välbesökt och man får goda vitsord, så är det roligt att hålla på även om det tar mycket tid.



Arbeten

Klippning: Som föregående år har arbetet skött genom körschema men Sture och Maj-Lis har tagit mesta körningen. Våra robotar har gått dygnet runt för att hinna med. Mycket passande på dessa har det blivit. Det har åskat och det har blivit mycket rengöring under alla robotar eftersom det regnat så mycket. Därför växte det också rikligt hela sommaren. Lite små reparationer har det också blivit en del har vi kunnat fixa själva. Maj-Lis fixar att robotarna kommer in och ut samt fixar rengöring inför vinterförvaringen.

Skidspår barmark. Det blev senhöst innan vi satte igång med skidspåren. Sture körde slaghacken på elljusspår och skidled, medan Maj-Lis har gått med röjsåg och tagit kantröjning efter båda spåren. Maj-Lis och Mona gick med representant från Holmen på elljusspåret och tittade över vad vi fick ta ned för träd som börjar göra intrång på spåret. Han var mycket tillmötesgående, så vi får ta en hel del. Mona och Lennart började kapa ner och ta reda på en del under hösten men vi har mycket mer att fortsätta med framöver. Anders Brant och Sölve Joelsson gjorde ny bro vid Råka vallen, skidleden. Tony L hade vi att schakta ut en slänt uppe vid Långmor. Fiberstaden har fått laga kabeln vid Stållängsvägen som var kapad av grävare vid fiberdragning. Därför var det mörkt på elljusspåret på norra sidan om den vägen under vintern.

Skidspår vinter. Elljusspåret och motionsspåret, Ängebo - Björsarv har körts av Sture Joelsson som även är huvudansvarig. Kerstin och Hans-Göran Fasth gör ett spår efter väg norr om Björsarv. Detta körs när det är sämre snötillgång eller mycket skräp efter skidleden och klubben bidrar med bränsle. Maj-Lis har hoppat in och kört när huvudansvarige varit bortrest. Liksom 2022 var vädret mycket omväxlande, bra med snö sedan tö, kraftiga vindar och kyla. Det blir mycket jobb att få ordning på spåren när det töar, blir is och skräp. Mycket extra rensning att plocka för hand men vi hoppas det blir bättre framöver med avverkningen.

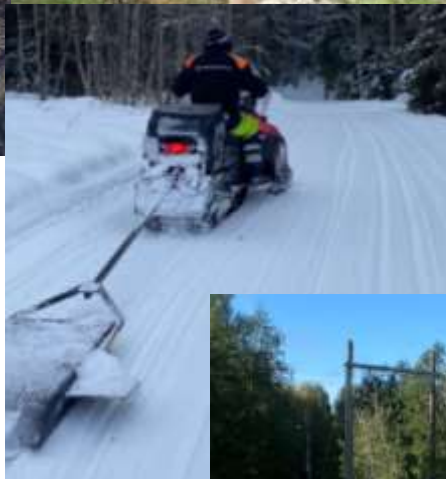
Leder. Ledgruppen har under året haft ett par träffar där vi går igenom vad som behöver göras efter lederna. Eftersom ledgruppen har arbetat klart ett bra ledsystem nu, så innebär det att vi endast behöver hålla efter och förbättra. I sommar har vi förnyat en del skyltar samt röjt på några ställen. Spänger har lagts ut efter Hävlungsleden. Några ur gruppen samlades i slöjdsalen på Svågagården och grundmålade med blått en uppsättning skyltar. Maj-Lis målade nya skyltar till Gröntjärnsslingan, Sandbäcken samt en del till Flottarleden. Britt och Staffan från Brännås har också gjort flera nya skyltar på Svågaleden och norrut mot vallarna. De röjde även upp till Trossnarven före vår vandring dit. Innan vi arrangerade Flottarleden var vi några ute och röjde och gräs-röjde runt hela leden samt förbättrade markeringarna på några ställen.

Sture och Maj-Lis samt Mia Rosvall var till Hudiksvall på en träff (Lona). Det finns förhoppningar, om det blir klart med Lona bidraget, att vi kan erhålla en större skylt med karta som är tänkt att sättas upp vid klubbstugan.

Svågavallen. Förutom klippning och röjning har vi haft en städkväll. Sture körde iväg gamla stolpar som vi fick lägga på Vattenfalls deponi plats. I sommar har vi köpt in ett lass flis till utegymmet. Det var lite tunn täckning på en del ställen. Detta lades ut av några flitiga händer, ja de som brukar vara med och jobba på det mesta som klubben gör. Vi har även kostat på slätter efter vägen in till IP. Till att ploga vägen till IP under vintern för skidåkning, anlitas Leif Bergström. Till klubbstugan plogar Folkets hus.



Karin 97 hjälper till med
brödbaket. Sture kör skidspår.



Målade ledskyltar.
Utläggning av flis.



Orienterings markering
motionscenter



Städning vid broplats.



Fint ute-gym. Snycgt klippt gräs.



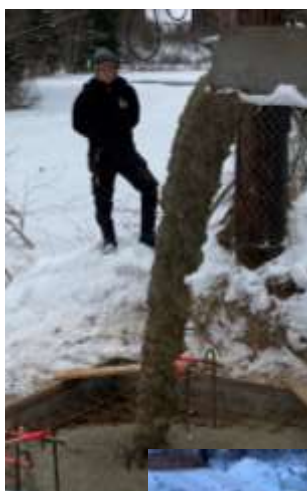
Nya förrådet.



Avverkning längs
skidleden.

Broprojektet.

Efter att vi under 2022 fick hjälp av Sune Forslund i Norrbo att göra en konstruktion av en ny bro med kostnads kalkyler, så började Maj-Lis att jobba med olika bidragsansökningar. Målet var att få ihop 800 000 kr. Vi skulle själva satsa 200 000 kr. Det första försöket var till tillväxtverket och Europeiska jordbruksfonden för landsbygdsutveckling. Det gällde turisminfrastruktur och stämde mycket bra in på oss. Där blev det dock avslag. Fortsatte med att hitta sponsorer. Monitor ERP system lade direkt 100 000 kr och då gick det lättare att jobba vidare igen. Strömtorpet AB lade till 25 000 kr och Veidekke Entreprenad AB 5000 kr. Alla dessa tre med anknytning till Svågadalen. Så fick vi med, Ängebo Folketshus förening som lade 60 000 kr och även GLUF, Glesbygds utvecklingsfonden i Svågadalen lämnade ett bidrag på 40 000 kr. Tidigare hade vi ett anslag till bygget från Riksidrottsförbundet på 105 000 kr. Detta summerat blev 535 000 kr. Tidigare hade jag ansökt hos Holmen och blivit bollad hit och dit men nu gjorde jag ett sista försök genom Sociala fonden. Så den 20 juni kom beskedet att vi från Sociala Fonden fick loss 270 000 kr och det ekonomiska var i hamn. Nu kunde vi lämna klartecken till Sune att fortsätta och få loss en entreprenör att göra jobbet. Det blev TA Trä AB Byggentreprenad som anlätades, en firma från orten. Nu var vädret med mycket regn emot oss för att kunna komma igång med bygget. Det blev onödigt blött i marken och de ville inte köra sönder för mycket. Firman hade även andra jobb att slutföra innan de kunde sätta igång. Förberedelser gjordes. Vi behövde städa upp nere vid broändarna, för mycket har växt in på de här 30 åren. Mona och Lennart tog reda på all ved där nere. Även Bernt Jons hjälpte till att kapa en del träd. Sedan eldade vi allt skräp och ris som gick. Sture lyfte mycket med hjälp av den behändiga kranen som han har kopplad till fyrhjulingen. Vi behövde även hjälp av Tony Lindqvist att plocka svårare objekt. TA Trä AB gjorde de beställningar som behövdes, bland annat limträbalkar och virke. Så med lite tur blev det riktigt kallt i november och det frös på bra och då började arbetet komma igång, sakta men säkert. Till jul hade så de nya balkarna kommit på plats med hjälp av en mobilkran. Efter helgerna 2024 kommer arbetet att fortsätta och vi hoppas på en invigning innan snön smälter bort. Detta är en stor lättnad att det ordnat sig till slut, efter allt krångel vi haft de sista åren med denna bro.





Ängebo IK 80 år.

Söndag 11 juni firade Ängebo IK sitt 80 års kalas. Eftersom vi firade våra 75 år med större evenemang på Svågagården, gjorde vi den här dagen lite enklare. Vi bjöd in till familjekalas vid Motionscentret på Bratthé. Det bjöds på korv som skänkts av Delsbo chark samt fika med mycket gott som bakats till detta. Alla fick prova på våra olika aktiviteter som skapats för motion och hälsa på ett roligt sätt. Hit kan man åka på familjeutflykt. Gå olika vandringar och aktivitets banor. Köra natur gym mm. Det går bra att ha matsäck med och använda grillplatsen. På 80-års-kalaset kunde man även gå motionsbingo, sten bingo och en tipsrunda. Framför allt hade vi några mysiga timmar tillsammans.



Fam. Eriksson blåser ballonger i klubbens färger inför kalaset. Åke och Tore vilar benen vid naturgymmet.



På väg ut på en bingorunda.

Ekonomi.

Förutom den budget som tidigare redovisats om bro byggnationen och som färdigställs under 2024, finns detta att redovisa.

Kommunalt driftbidrag har erhållits med 67 600 kr. Detta har bekostat delar av driften på den anläggning som redovisats i inledningen av denna berättelse, en kostnad på drygt 100 000 kr.

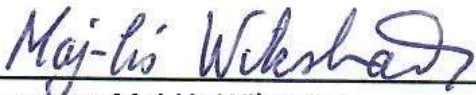
Övrigt erhållna bidrag: Sundbladiska fonden 20 000 kr. Riksidrottsförbundet 65+ 3000 kr samt stöd till folkbildningscoach- satsa på din förening, 10 000 kr. Bjuråkers center org. 2000 kr. Gräsroten (svenska spel) 3253 kr. Prenumeranter på bingolotto 14 500 kr. Medlemsavgifter en glädjande ökning 30 000 kr. Stöd från privatpersoner samt från de som tacksamt nyttjat skidspår, motionscenter och tomttestigen, 6940 kr.

Större utgift var inköp av förråd i Norrberg 75 000 kr. Eftersom vi nu har ansvaret för flera leder, har vi införskaffat ytterligare en röjsåg, 10 000 kr.

Avslutning.

Styrelsen i Ängebo IK ber att nu få tacka för det gångna året. Alla våra medlemmar som stödjer klubben med sitt medlemskap och alla som lämnat andra bidrag till verksamheten genom BG eller swish. Tack även till er som ställt upp och jobbat ideellt för att föreningen skall leva vidare. Utan detta arbete skulle inte föreningarna gå ihop. Förhoppningen är fortfarande att vi skall få fler barn till dalen och att vi skall få ledare, föräldrar, som vill hjälpa till att få till aktiviteter för våra yngre igen.

Ängebo Januari 2024.



Vid pennan Maj-Lis Wikström

Övriga i styrelsen,



Irene Ilonen



Mona Svedlund



Sture Joelsson



Emma Wik