

Kultur-, idrotts- och fritidsförvaltningen  
**Tjänsteskrivelse till idrotts- och fritidsnämnden**

Datum:  
2023-11-21

Diarienummer:  
IFN-2023-00125

Handläggare:  
Ewa Wennmark

## Överenskommelse om idéburet offentligt partnerskap (IOP) med Uppsala KFUK-KFUM 2024–2027

### Förslag till beslut

Idrotts- och fritidsnämnden beslutar

1. **att** godkänna överenskommelse om idéburet offentligt partnerskap med föreningen Uppsala KFUK-KFUM för perioden 2024-01-01- till 2027-12-31 enligt bilagt förslag,
2. **att** överenskommelsen fastställs under förutsättning att kulturnämnden fastställer densamma, samt
3. **att** finansiera överenskommelsen om partnerskap från idrotts- och fritidsnämnden med 1 451 tkr.

### Ärendet

Idrotts- och fritidsnämnden och kulturnämnden har haft ett Idéburet offentligt partnerskap (IOP) med föreningen Uppsala KFUK-KFUM (KFUM) under perioden 2019–2023. Under 2023 har förvaltningen gemensamt med KFUM sett över samverkan samt processat fram innehållet i en ny IOP från 2024. I bilagt förslag finns förslag till överenskommelse om IOP för perioden 2024–2027 mellan föreningen och kommunen genom de två nämnderna. Idrotts- och fritidsnämnden finansierar partnerskapet med 1 451 tkr årligen från och med 2024.

### Beredning

Under 2023 har en process pågått med dialog om fortsatt samverkan från 2024. Dialogen har förts av kultur-, idrotts- och fritidsförvaltningen på tjänstepersonsnivå samt i workshop med politiska representanter från de berörda nämnderna.

Med ett IOP med KFUM möjliggörs en fördjupad samverkan vilket ger goda förutsättningar för en god hälsa för Uppsala kommuns barn och unga samt att skillnader i livsvillkor för kommunens invånare jämnas ut.

Barn- och jämställdhetsperspektivet har beaktats. Barn- och jämställdhetsperspektivet får också större genomslagskraft genom KFUM:s verksamheter ger barn och unga möjlighet till en stabil, trygg och tillgänglig kultur, - idrott och fritidsverksamhet oavsett etnicitet, kön eller könstillhörighet.

Näringslivsperspektivet är inte relevant i detta ärende.

## **Föredragning**

Uppsala kommun samverkar med idéburen sektor inom en bredd av verksamhetsområden för att nå en hållbar utveckling och en god och jämlik folkhälsa inom ramen för Agenda 2030 och kommunens uppdrag. För ideella organisationer erbjuder IOP en långsiktighet som främjar kvalitet och utveckling. För Uppsala kommun är partnerskap en möjlighet att medverka till sociala innovationer och alternativa former av sättet att utföra tjänster och sätt att lösa samhällsproblem. Partnerskap med IOP kan därigenom stimulera och utveckla metoder för att möta samhällsbehov som kommunen annars inte ensamt skulle möta.

Idrotts- och fritidsnämnden och kulturnämnden har haft ett IOP med KFUM under perioden 2019–2023. Överenskommelsen har byggt på en gemensam behovsbeskrivning. De uppmärksammade behoven är i stort sett desamma inför kommande period.

Gällande den psykiska hälsan visar Region Uppsalas undersökning Liv och hälsa ung från 2023 att flickors självskattade psykiska hälsa fortsätter att försämrans. Samtidigt uppmärksammas att alla barn och unga inte har en jämlik tillgång till fritidsaktiviteter då fler flickor än pojkar svarar att de inte har råd att delta i en fritidsaktivitet. En tillgänglig kultur- och fritidsverksamhet blir därmed viktig främjande insats för att alla unga ska känna att de har en tillhörighet och något meningsfullt att göra på fritiden, inte minst flickor. PEP-rapporten 2023 visar att 52 procent av låginkomsttagare är fysiskt aktiva jämfört med 82 procent av höginkomsttagare. Barn och unga ska erbjudas möjlighet och viljan att leva ett hälsosamt och aktivt liv, det bidrar även till att barn och unga får växa upp under trygga förutsättningar i enlighet med FN:s barnkonvention.

### *Syftet med överenskommelsen*

Syftet med överenskommelsen är att skapa så goda förutsättningar som möjligt för barn och unga på deras fritid och ge dem en möjlighet att växa till sin fulla potential oavsett rådande omständigheter. Genom överenskommelsen vill kommunen säkerställa att föreningens engagemang och kunskaper om kultur-, idrotts- och fritidsverksamhet för barn och unga tas tillvara och att fler barn och unga får något att göra på sin fria tid.

### *Målgrupper*

Barn och unga 7–25 år beroende på verksamhet

### *Verksamhetsområden inom partnerskapet*

I förslaget till överenskommelse har partnerskapets intentioner delats in i ett antal verksamhetsområden, se punkterna nedan. KFUM har generella gemensamma åtaganden för alla verksamhetsområden.

- Alnäs dagläger (sommar)
  - Barn och unga 7–15 år
- Ungdomskulturhus
  - Öppen verksamhet och café under skolterminer för unga mellan 16–26 år.
- Gottsunda fritidsgård
  - För unga mellan 13–18 år. Verksamheten erbjuder aktiviteter under kvällar och helger.

### **Ekonomiska konsekvenser**

Stödet 1 451 tkr finns finansierat inom nämndens budget för barn och ungdomsbidrag för 2024. Ersättningsnivån ska för nästkommande kalenderår inte understiga stödet för innevarande kalenderår. Nämndens ekonomiska ersättning ska årligen regleras i enlighet med Uppsala kommuns budgetbeslut.

### **Beslutsunderlag**

- Tjänsteskrivelse daterad den 21 november 2023
- Bilaga 1, Förslag till överenskommelse om Idéburet offentligt partnerskap mellan föreningen KFUK-KFUM Uppsala och Uppsala kommun för perioden 2024–2027
- Bilaga 2, Verksamhetsberättelse 2022 - Uppsala KFUK-KFUM

Kultur-, idrotts- och fritidsförvaltningen

Magnus Jansson  
Biträdande  
förvaltningsdirektör

Överenskommelse om  
Idéburet offentligt partnerskap mellan  
föreningen Uppsala KFUK-KFUM och Uppsala kommun  
för perioden 2024 - 2027

Främjande insatser med fritid-, kultur- och idrottsverksamhet för barn  
och unga





## Innehållsförteckning

Överenskommelse om idéburet offentligt partnerskap .....	2
Parter .....	2
Bakgrund .....	2
Behovsbeskrivning.....	2
Värdegrund för partnerskapet .....	3
Målgrupper .....	4
Syfte.....	4
Beskrivning av Uppsala KFUK-KFUM .....	4
Personal, organisation och ledning .....	5
Uppsala KFUK-KFUM:s åtaganden inom överenskommelsen.....	5
Uppsala kommuns åtaganden och aktiviteter .....	6
Åtaganden .....	6
Framtida utvecklingsområden.....	6
Samverkan kring lokaler .....	6
Samverkan och organisation .....	7
Styrgrupp .....	7
Utvecklingsgrupp.....	7
Finansiering och betalningsvillkor .....	7
Uppföljning .....	7
Period .....	7
Ändrade förutsättningar.....	8
Ändringar och tillägg .....	8
Underskrifter .....	9
Bilagor.....	10
Bilaga 1. Budget.....	10

## Överenskommelse om idéburet offentligt partnerskap

### Parter

#### **Offentlig sektor**

Uppsala kommun, organisationsnummer 212000–3005, genom kulturnämnden och idrotts- och fritidsnämnden

#### **Idéburen sektor**

Uppsala KFUK-KFUM, nedan kallad KFUM Uppsala, organisationsnummer 817600–1777

### Bakgrund

Uppsala kommun samverkar med idéburen sektor inom en bredd av verksamhetsområden för att nå en hållbar utveckling och en god och jämlik folkhälsa inom ramen för Agenda 2030 och kommunens uppdrag. Idéburet offentligt partnerskap (IOP) är en möjlighet till samarbete mellan Uppsala kommun och idéburna organisationer med lokal förankring, vars verksamheter bidrar till ökad delaktighet i samhället. Idéburna organisationers erfarenheter utgör en betydelsefull källa till utveckling av tjänster och innovation som kompletterar Uppsala kommuns egna åtaganden och ansvar.

KFUM som förening har möjlighet att snabbt möta aktuella behov och samverka inom sin organisation och med övriga aktörer inom civila samhället. Parternas insatser och verksamheter kompletterar varandra och bidrar till ett rikare utbud av service och tjänster till kommuninvånarna. Barns och ungas egna erfarenheter, kunskaper och intressen ska tas till vara på ett sådant sätt att de upplever meningsfullhet och framtidstro samt förmår utveckla verktyg att hantera sina framtida liv.

Föreningen bidrar genom sin verksamhet med ideell tid i form av styrelsearbete, ideella ledare och övriga medlemsengagemang. Med en bred verksamhet som sträcker sig från budo, till trampolin till öppen fritidsverksamhet i olika former skapar föreningen möten mellan människor av olika åldrar och ursprung.

### Behovsbeskrivning

Nedan beskrivs de av partnerskapet berörda behovsområden. De behov som finns beskrivna i denna överenskommelse är kopplade till de åtaganden och aktiviteter som KFUM Uppsala och Uppsala kommun genomför inom ramen för avtalet.

Gällande den psykiska hälsan visar Region Uppsalas undersökning Liv och hälsa ung från 2023 att flickors självskattade psykiska hälsa fortsätter att försämrans. I årets undersökning svarar 60 procent av alla tillfrågade flickor att de mår bra eller mycket bra jämfört med 63 procent år 2021. För pojkar är det 81 procent som svarar att det mår bra eller mycket bra, vilket är en liten förbättring jämfört med 2021. Samtidigt uppmärksammas att alla barn och unga inte har en jämlik tillgång till fritidsaktiviteter då fler flickor än pojkar svarar att de inte har råd att delta i en fritidsaktivitet. En tillgänglig kultur- och fritidsverksamhet blir därmed viktig främjande insats för att alla unga ska känna att de har en tillhörighet och något meningsfullt att göra på fritiden, och inte minst flickor.

Barn och unga ska erbjudas möjligheter att leva ett flerfaldigt hälsosamt liv. Goda livsvillkor innebär att alla barn och unga ska växa upp under trygga förhållanden i enlighet med FN:s barnkonvention. Verksamheter med ett angeläget innehåll är viktiga faktorer. I detta ligger att bygga upp och vårda en god självkänsla och ge dem en känsla av kontroll över sina egna liv. Att få bli mött med positiva förväntningar är en viktig skyddsfaktor. Alla människor mår bra av att känna meningsfullhet på sin fritid, i synnerhet barn och ungdomar.

Enligt Rädda Barnen så minskade barnfattigdomen på nationell nivå från 10,8 procent 2011 till 9,2 procent 2019 (Barnfattigdom i Sverige: Årsrapport 2021). I både Uppsala län och Uppsala kommun ökade dock barnfattigdomen mellan år 2011 och 2019. Under samma tid har befolkningen ökat och antalet barn som lever i barnfattigdom är därmed högre 2019 jämfört med 2011. Samtidigt ökade inkomstjämligheten där den rikaste tiondelen av hushållen ökade sin inkomst med 27 procent medan den fattigaste tiondelen ökade inkomsten med 17 procent.

Barn och unga som är med i någon idrott eller deltar i fysisk aktivitet regelbundet skiljer sig åt beroende på inkomstnivåer. PEP-rapporten från 2023 visar att 52 procent av låginkomsttagare är fysiskt aktiva jämfört med 82 procent av höginkomsttagare.

Personer med funktionsnedsättning uppger att de har en sämre hälsa än övrig befolkning. Deras förutsättningar för en god hälsa är ofta sämre, bland annat på grund av svagt inflytande, ekonomisk otrygghet och brist på tillgänglighet. En person kan också ha ökad sårbarhet för ohälsa på grund av sin funktionsnedsättning. Därför betyder sociala aktiviteter och stöd mycket för en bättre hälsa.

Barnkonventionen och konventionen om rättigheter för personer med funktionsnedsättningar som bland annat säger: *barn med funktionsnedsättningar ska ha lika rättigheter som andra barn att delta i lek, rekreation, fritidsverksamhet och personer med funktionsnedsättning ska skyddas från diskriminering.* För att efterleva det behöver kommunen stärka och främja föreningsdrivna aktiviteter för personer med funktionsnedsättning vilket kräver en god samverkan, kompetenshöjande insatser och inte minst en god kommunikation.

Majoriteten av hbtqi-personer mår bra men jämfört med befolkningen som helhet blir hbtqi-personer i högre grad utsatta för kränkande bemötande, trakasserier, hot och våld vilket ofta leder till att unga hbtqi-personers psykiska hälsa är sämre än unga heterosexuella personers hälsa.

## Värdegrund för partnerskapet

Den gemensamma värdegrund som varje samverkande part förväntas dela och bära utgår från FN:s deklaration om de mänskliga rättigheterna. Här fastslås människans lika värde och lika rättigheter. Deklarationen består av artiklar som uttrycker de grundläggande och för alla människor gällande fri- och rättigheter. De olika artiklarna i deklaration behandlar sådant som varje människa har rätt till, exempelvis frihet och utbildning men också sådant man har rätt att vara fri från, exempelvis diskriminering.

Agenda 2030 är en agenda för förändring mot ett hållbart samhälle. Sverige ska vara ledande i genomförandet av agendan. Detta partnerskap kan relateras till delmål 10.2 i Agenda 2030, dvs. att till år 2030 möjliggöra och verka för att alla människor, oavsett ålder, kön, funktionsnedsättning, ras, etnicitet, ursprung, religion eller ekonomisk eller annan ställning, blir inkluderade i det sociala, ekonomiska och politiska livet.

Barnkonventionen, FN:s deklaration om barns rättigheter, innehåller totalt 54 artiklar som alla är lika viktiga och utgör en helhet tillsammans. För detta partnerskap är fem vägledande:

- Artikel 2: Alla barn har samma rättigheter och lika värde.
- Artikel 3: Barnets bästa ska beaktas vid alla beslut som rör barn.
- Artikel 6: Alla barn har rätt till liv, överlevnad och utveckling.
- Artikel 12: Alla barn har rätt att uttrycka sin mening och höras i alla frågor som rör barnet. Barnets åsikt ska beaktas i förhållande till barnets ålder och mognad.
- Artikel 31. Alla barn har rätt till lek, vila och fritid

## Målgrupper

Barn och unga 7–25 år beroende på verksamhet.

## Syfte

Syftet med överenskommelsen är att skapa så goda förutsättningar som möjligt för barn och unga på deras fritid och ge dem en möjlighet att växa till sin fulla potential oavsett rådande omständigheter. Genom överenskommelsen vill kommunen säkerställa att föreningens engagemang och kunskaper om kultur-, idrotts- och fritidsverksamhet för barn och unga tas tillvara och att fler barn och unga får något att göra på sin fria tid.

## Beskrivning av Uppsala KFUK-KFUM

Uppsala KFUK-KFUM, grundat 1876, är en medlemsförening till KFUM Sverige och därigenom en del av världens äldsta och största ungdoms- och kvinnorättsorganisationer YMCA och YWCA. Uppsala KFUK-KFUM har under lång tid bedrivit idrott-, social- och kulturverksamhet i Uppsala kommun. I dag driver föreningen egen verksamhet inom ramen för ett idéburet offentligt partnerskap med Uppsala kommun, läger för personer med fysiska och intellektuella funktionsnedsättningar och utgör ett administrativt nav för sju idrottsföreningar. Sammanlagt ansluter KFUM Uppsala ca 4 000 medlemmar.

Föreningens verksamhetsidé är *att erbjuda mötesplatser där unga människor kan utvecklas till sin fulla potential. Vi utgår ifrån en helhetssyn på människan och möter unga människors aktuella behov.*

**Unga människor:** Vi vänder oss primärt till unga människor. Det är viktigt för oss att unga människor har inflytande och möjlighet att påverka rörelsens utveckling. Samtidigt ser vi ett stort värde i att mötas mellan generationer i vår rörelse.

**Mötesplatser:** Att vara del av en gemenskap och ett sammanhang är viktigt för alla människor. Speciellt för unga människor är det viktigt med uppskattning, uppmuntran och ansvar i relation till andra människor. Vi vill erbjuda unga människor mötesplatser där man kan umgås, ha roligt och utvecklas tillsammans med andra. Mötesplatserna ska genomsyras av KFUK-KFUM:s grundvärderingar och stärka en helhetssyn på människan.

**Utveckling genom ansvar:** Alla individer har en potential att utvecklas och växa som människor. Vi vill genom våra aktiviteter bidra till att ge unga människor ökad kunskap och ökat ansvar så de kan växa och utvecklas till ansvarstagande och självständiga individer. KFUK-KFUM erbjuder unga människor möjligheter till utbildning och övning i ledarskap och personlig utveckling.

**Aktuella behov:** Vi vill tillfredsställa unga människors aktuella behov genom att erbjuda en bredd av aktiviteter där var och en kan finna något som tilltalar just henne eller honom

## Personal, organisation och ledning

KFUM Uppsala är en medlemsstyrd organisation där styrelsen agerar på uppdrag av årsmötet. Styrelsen består av ordförande och fyra ledamöter. Kanslifunktionen fungerar som gemensamt kansli för alla KFUM-föreningar i Uppsala och består av verksamhetschef och en kanslist.

KFUM Uppsala driver flera verksamheter som är uppdelade i olika enheter, Gottsunda fritidsklubb och fritidsgård, Alnäs friluftsgård och Kulturhuset Leoparden. Varje enhet har en enhetschef som i sin tur har egna arbetsgrupper för respektive verksamhet. Föreningen samverkar så mycket som möjligt mellan de olika enheterna och försöker nyttja personalresurser gemensamt då verksamheterna så tillåter. Enheterna har olika mycket att göra under olika tider på året.

## Uppsala KFUK-KFUM:s åtaganden inom överenskommelsen

I detta stycke beskrivs de delar av föreningens verksamhet som ingår i partnerskapet.

KFUM Uppsala jobbar i enlighet med KFUM-rörelsens övergripande mål och arbetar för att uppfylla de gemensamma ändamålen.

KFUM Uppsala vill:

- Erbjuda trygga mötesplatser för barn och unga
- inspirera barn och unga till engagemang
- stimulera till personligt ansvarstagande i samhället
- verka för samarbete och gemenskap i ett mångkulturellt samhälle
- främja en hälsosam livsstil

Genom partnerskapet med Uppsala kommun åtar sig KFUM Uppsala att bedriva verksamheter som adresserar ovannämnda behov och uppfyller partnerskapets målbild.

De verksamheter som drivs inom ramen för partnerskapet är:

**1. Alnäs dagläger** tar under hela sommarlovet emot barn och unga mellan 7–15 år, integrerar personer med funktionsnedsättningar att kunna delta i ordinarie gruppaktiviteter och tillhandahåller kostnadsfria lägerveckor för barn från familjer som lever i olika former av utsatthet. Daglägren möter barn och ungas behov av fysisk rörelse och möjligheten att prova och utforska nya aktiviteter.

**2. Ungdomskulturhus** med öppen verksamhet och café under skolterminer för unga mellan 16–26 år. Kulturhuset utgör en trygg mötesplats i centrala Uppsala och uppmuntrar till kulturella in- och uttryck, gemenskap och välbefinnande. Kulturhuset ska fånga upp unga människors behov av ett tryggt likabehandlande rum och en mötesplats där kulturella uttryck står i fokus.

**3. Fritidsklubb i Gottsunda** för elever i årskurs 4–6. Verksamheten erbjuder aktiviteter efter skoltid och under loven. Fritidsklubben erbjuder barnen en kontakt med trygga vuxna och en möjlighet att påverka den egna situationen.

Ansökan till fritidsklubben sker genom digitalt system via utbildningsförvaltningens antagningsenhet på Uppsala kommun.

**4. Gottsunda fritidsgård** för unga mellan 13–18 år. Verksamheten erbjuder aktiviteter under kvällar och helger. Fritidsgården erbjuder en väg in i föreningslivet genom KFUM Uppsalas andra verksamheter, en möjlighet till god hälsa och jämlika levnadsvillkor samt ett tryggt sammanhang.

## Uppsala kommuns åtaganden och aktiviteter

### Åtaganden

- Informera och öka kunskapen om KFUM i den kommunala organisationen.
  - Verka för att informera om KFUM och detta partnerskap på uppsala.se.
  - Informera om och öka kunskapen om KFUM inom nämndernas berörda verksamhetsområden.
- Förenkla ingången och kontakten med kommunen
- Bidra med marknadsföring av verksamheterna så att målgrupperna hittar/får kännedom om verksamheterna.
- Använda KFUM:s kompetens och kunskaper för att utveckla kommunens verksamheter inom området
- Underlätta informationsspridning inom kommunen, med att få ut material till skolorna, adresslistor, information på skolnätverk, information om fritidsaktiviteter mm
- Bidra med erfarenheter och kompetenser till KFUM
- Erbjuder KFUM platser vid kommunens utbildningstillfällen inom av detta partnerskap berörda verksamhetsområden.

### Framtida utvecklingsområden

Utifrån behovsbeskrivning och syftet med partnerskapet, finns behov av att utveckla följande insatser:

#### Samverkan kring lokaler

Parterna ser att det finns stora möjligheter till samnyttjande av lokaler i olika former. Under avtalsperioden ska parterna utröna möjligheter att samnyttja lokaler på ett bättre sätt för en ökad nyttjandegrad.

## Samverkan och organisation

Så här organiseras partnerskapet.

### Styrgrupp

Genomförandet av åtagandena i denna överenskommelse sker genom arbete i en särskilt tillsatt styrgrupp för partnerskapet. Denna grupp består av representanter från parternas respektive verksamheter. KFUM representeras av verksamhetschef och enhetschefer. Uppsala kommun representeras genom tjänstepersoner från kultur-, idrotts- och fritidsförvaltning. I styrgruppen träffas man för uppföljning två gånger per år och därutöver vid behov.

### Utvecklingsgrupp

Utvecklingsgruppen består av tjänstepersoner och representanter från berörda nämnders presidium samt verksamhetschef och representant från KFUM:s styrelse. Gruppen ses en gång per år.

Utvecklingsgruppens syfte är att möjliggöra ett gemensamt erfarenhets- och kunskapsutbyte och att kontinuerligt få information kring partnerskapets insatser och framtida utvecklingsområden. Uppsala kommun är sammanställande till utvecklingsgruppens möten och ansvarar för att föra minnesanteckningar.

## Finansiering och betalningsvillkor

Överenskommelsen baseras på en ramfinansiering av alla insatser beskrivna i denna överenskommelse. Utöver denna summa tillskjuter KFUM egen resursinsats i form av arbetsledning, personal, lokaler, overhead, administration, deltagaravgifter samt egna ideella resurser.

Överenskommelsens ekonomiska stöd regleras årligen i enlighet med Uppsala kommuns årliga budgetbeslut. Det ekonomiska stödet fastställs i enlighet med uppräknig av berörda nämnders kommunbidrag i av kommunfullmäktige fastställd budget. Stödets nivå för nästkommande kalenderår ska inte understiga stödet för innevarande kalenderår.

Det ekonomiska stödet från Uppsala kommun år 2024 fastställs till 12 657 tkr med fördelning mellan kulturnämnden och idrotts- och fritidsnämnden enligt bilaga 1. KFUM Uppsala rekvrerar stödet per tertial i januari, maj och september.

Om modellen för finansiering av fritidsklubb och fritidsgård ändras kan det ekonomiska stödet komma att revideras för delar av verksamheten.

## Uppföljning

Uppföljning av parternas åtaganden sker på avstämningsmöten halvårsvis i maj respektive november. KFUM ska årligen redovisa föreningens verksamhetsberättelse samt dokumentation av nyckeltal på antal deltagare och kön.

## Period

Överenskommelsen gäller från 2024-01-01 — 2027-12-31. Om part inte avser att förlänga avtalet, i sin helhet eller del av avtalet, ska varsel om detta lämnas 11 månader i förväg. Det formella budgetbeslutet om eventuell förlängning fattas senast i december 2027.

## Ändrade förutsättningar

Om betydande avvikelser från överenskommelsen sker ska parterna innan förändringarna genomförs föra en dialog i styrgruppen för godkännande av eventuella ändringar. Om någon av parterna inte uppfyller villkoren för överenskommelsen eller brister i sina åtaganden, eller om det råder väsentligt förändrade omständigheter så ska alla medverkande parter föra en dialog om huruvida överenskommelsen kan fortsätta.

Part kan häva denna överenskommelse om någon motpart inte fullföljer sina åtaganden och rättelse inte sker utan dröjsmål. Om part vill säga upp överenskommelsen i förtid gäller nio månaders uppsägningstid.

## Ändringar och tillägg

Ändringar och tillägg till denna överenskommelse ska för att vara giltiga vara skriftliga och undertecknade av parterna. Under överenskommelsens giltighetsperiod är respektive part berättigad att göra sådana ändringar som direkt påverkas av ändrade lagar och förordningar. Även en sådan förändring ska ske i dialog mellan parterna och vara skriftlig.



## Underskrifter

Denna överenskommelse är upprättad i tre likalydande exemplar där parterna tagit varsitt original.

Datum

Datum

**Uppsala kommun**

**Föreningen Uppsala KFUK-KFUM**

*Kulturnämnden*

*Uppsala KFUK-KFUM*

Linda Eskilsson, ordförande

Ann Heimer, ordförande

*Idrotts- och fritidsnämnden*

*Uppsala KFUK-KFUM*

Karolin Lundström, ordförande

Rasmus Ornstein, verksamhetschef

## Bilagor

### Bilaga 1. Budget

<b>Intäkter 2024</b>	
<b>Idrott- och fritidsnämnden</b>	
Gruppaktiviteter, parasport och aktiviteter för personer med funktionsnedsättning	<b>1 451 000</b>
<b>Kulturnämnden</b>	
Fritidsklubb i Gottsunda	1 485 000
Fritidsgård i Gottsunda	3 793 000
Kulturhuset Leoparden	2 727 000
Alnäs friluftsgård	3 201 000
	<b>11 207 000</b>
<b>Totalt stöd från Uppsala kommun</b>	<b>12 657 000</b>
<b>Övriga intäkter</b>	
Insamling och bidrag	1 800 000
Försäljning	1 803 000
Deltagaravgifter	3 600 000
Uthyrning lokal	590 000
<b>Totalt intäkter</b>	<b>20 450 000</b>
<b>Uppskattat ideell tid, antal timmar/år:</b>	1 200

<b>Kostnader 2024</b>	
Personal	12 900 000
Lokaler	3 850 000
Verksamhet	3 000 000
Administration	700 000
<b>Totalt kostnader</b>	<b>20 450 000</b>

verksamhetsberättelse

2022

# KFUM Uppsala ska

*erbjuda attraktiva mötesplatser där unga människor kan ha roligt  
och utvecklas till goda medmänniskor*

*präglas av engagemang, acceptans och ömsesidig respekt*

*verka för en öppen och trygg atmosfär med delaktiga ungdomar  
som har inflytande över verksamheten*

*kontinuerligt arbeta med breddverksamheter där alla barn är  
välkomna och blir bekräftade för den de är och inte vad de  
presterar*

*arbeta aktivt mot rasism och motverka utanförskap i ett mångkul-  
turellt samhälle*

*stödja och tillvarata medlemmarnas egna resurser och arbeta  
förebyggande mot all form av missbruk - för en hälsosam livsstil  
och ett sunt liv*

*ta ansvar för kommande generationers livsvillkor och öka  
miljömedvetenheten bland våra medlemmar*

# INNEHÅLL

Året 2022	4
Alnäs friluftsgård	6
Gottsunda fritidsklubb	10
Gottsunda fritidsgård	12
Kulturhuset Leoparden	16
KFUM Uppsala Iaido	20
KFUM Uppsala Vindsurfing	21
KFUM Uppsala Survival	22
KFUM Uppsala Trampolin	24
KFUM Uppsala Naginata	25
KFUK-KFUM Uppsala Aikido	26
KFUM Uppsala Kendo	28
Tack till våra partners	29

# Året 2022

Även verksamhetsåret 2022 har kantats av en orolig omvärld. Vi bytte pandemi, smittskyddsåtgärder och vaccinationsbevis mot krig, energikris och inflation. Allt detta är saker som påverkar oss människor, gör oss otrygga och i många fall får oss att fundera över existentiella frågor. När omvärlden är i gungning kan KFUM-rörelsen göra stor skillnad för människor, i synnerhet unga, genom att skapa trygga mötesplatser och genom vår verksamhetsidé om Body, Mind, Spirit tillgodose hela människor i kropp och själ.

Våra verksamheter och föreningar drabbades i olika grad av coronapandemin, vissa led av svikande medlemstal och inställda aktiviteter. Andra, mer coronavänliga aktiviteter, har behövt hantera en anstormning av nya deltagare. Under 2022 har föreningarna och verksamheter sakterliga börjat återgå till normal verksamhet.







Alnäs dagläger tog som vanlig emot fler än 2 500 barn under sommaren och arrangerade läger i 17 olika teman. Föreningen har även fortsatt arbetet med att utveckla området på Alnäs och en större ombyggnation. På Kulturhuset Leoparden har kulturen flödat och besökarna har både fått skapa egna verk och ta del av andras. I Gottsunda har både fritidssklubben och fritidsgården varit välbesökta och utgjort en plats dit barn och unga har sökt sig för att träffa vuxna förebilder, få hjälp med läxor och en och annan grillad smörgås.

På Budohuset har det under årets hänt en hel del budo. Träningar, seminarier, besök av internationella senseis och mästerskapsmedaljer, nationella så väl som internationella, avlöser varandra. Under 2022 fick Budohuset ny laguppställning. In i KFUM-familjen välkomnar vi Enso Kyukoshin Karate som bildades i februari och tog över lokalerna efter Uppsala Kyukoshin Karate som flyttade till ny adress under hösten. Till Budohuset välkomnar vi tillbaka Wing Chun Uppsala som under höstterminen flyttade sin barnverksamhet till Torbjöns torg. Turerna kring nya lokaler för fortsatte under året och det senaste budet är att Budohuset blir kvar på Torbjöns torg minst under hela 2023.

Survivalklubben går starkt och har ökat i medlemsantal. Under våren byggde föreningen om den gamla modulen på banan i Berthåga och i september arrangerades det mycket uppskattade loppet Uppsala Survival Run med nästan 150 startande.

KFUM Uppsala Motus är fortfarande en mycket stark föreningen när det gäller barnverksamhet i Uppsala. Under året har föreningen erbjudit trampolin, parkour, e-sport och klättring under terminerna. Många ledare har även genomgått utbildningar inom Helheten.

Styrelsen tackar för ett härligt verksamhetsår. Vi är glada och stolta över alla ideella timmar som läggs ner och alla de människor vars liv förbättras genom vår verksamhet, och inte minst att för andra året i rad kamma hem Årets Elsa. I år gick nämligen KFUM:s nationella ledarskapsstipendium till Engla Lowén hemmahörande i aikidoklubben.

## FÖRTROENDEVALDA

### Styrelse

Ann Heimer, ordförande

Henrietta Ågren, vice ordförande

Simon Grzechnik, ledamot

Simon Eriksson, ledamot

Carl-Eric Svensson

Olle Arvidson Fernholm, suppleant

### Revisorer

Claes Eliasson

Sofia Berwall

Jan Brodin, revisorsuppleant

### Valberedning

Anders Arvidsson

# Alnäs friluftsgård

## DAGLÄGER

Under nio veckor fylls gården av glada barn och ledare i röda kläder. Målet med våra sommarlovsläger är att ge våra deltagare deras bästa sommarlovsvecka. Vårt främsta verktyg för att lyckas med detta är våra entusiastiska och välutbildade ledare. Vårt näst bästa verktyg är den fantastiska plats på vilken Alnäs är belägen. Gården ligger vid Ekolns norra strand med direkt närhet till vatten att fiska eller bada i och surfa eller segla på. På andra sidan är skogen vår granne och lockar till vildmarksliv, lekar och sena kvällar framför lägerelden. På området finns beachvolleyboll-basket-, tennis- och fotbollsplan, en klättervägg, en repbana och en höghöjdsbana. Kort och gott, nästan alla kan hitta något de gillar på Alnäs.

Sommaren 2022 arrangerades 86 läger på Alnäs. Dessa var uppdelade på nio sommarlovsveckor och 17 olika teman så som budo, cirkus, idrott, pyssel, teater, vindsurfing och vildmark för att nämna några. Sammanlagt deltog 2 651 barn, fördelade på 53% tjejer och 47% killar. Nytt läger 2022 var Parkour för barn i åldern 7-10 år.

### Alnäsbussarna och lagad lunch

För att underlätta för vårdnadshavare som inte hade möjlighet att lämna barnen på morgonen abonnerade vi bussar som hämtade upp barnen på morgonen och lämnade dem på eftermiddagen längs tre sträckningar genom Uppsala. Det är en service som ingår för alla våra deltagare men är extra viktigt för de barn som tilldelas en gratisplats.

Varje dag bjöd vi barnen på lagad lunch eftersom vi vet att förutsättningarna för föräldrar att skicka med matsäck varierar.



### Gratisveckorna

I år hade vi möjlighet att erbjuda 302 barn en gratisvecka på Alnäs dagläger. Tack vare ekonomiskt stöd från Uppsala kommun och medel från stiftelser och fonder kunde KFUM

Uppsala erbjuda barn från familjer med svag ekonomi, nyanlända eller som på annat sätt lever i en utsatt situation en gratisplats på Alnäs dagläger. Nu kunde vi erbjuda dem en rolig vecka fylld av aktivitet, gemenskap, trygga vuxna och chansen att lära sig nya färdigheter och träffa nya kompisar. Denna sommar tog vi emot barn från Ukraina och därför anställdes även en extra ledare från Ukraina.



## Ledare som utvecklas

Sommaren 2022 arbetade drygt 160 unga ledare på våra dagläger. Vi erbjöd en utbildningshelg i maj månad med diskussion kring värdegrund, KFUM-kunskap och utbildning av Sjöräddningen i Uppsala kring livräddning i vatten och första hjälpen. För att ytterligare bidra till utveckling av våra ledare genomförde vi under sommaren projektet Ledarlyftet med stöd från Skandias Idéer för livet och Stiftelsen Konung Gustaf V:s 90-årsfond. Det innebär att vi under sex eftermiddagar bjöd in till workshops för att utbyta erfarenheter och diskutera konflikthantering, lärande lekar och lågaffektivt bemötande. Projektet var mycket uppskattat och 46 ledare deltog på en eller flera workshops. Vår förhoppning är att göra detta till ett stående inslag för att erbjuda utveckling för våra ledare.



## FUNKISLÄGER PÅ ALNÄS

På Alnäs arrangerar vi sen många år tillbaka läger för barn och ungdomar med funktionsvariationer. Vi har våra helgläger, Findusläger, och vårt sommarlovsläger, Vattenskoj.

Våra funkisläger har relativt få deltagare och en högre ledartäthet än övriga läger. Ledarna på dessa läger har erfarenhet och intresse av att jobba med målgruppen. Detta möjliggör för oss att anpassa dagen till varje deltagares dagsform och behov. Ledarna har blandad kompetens vilket gör det möjligt att erbjuda olika aktiviteter såsom trampolin, vattensporter och klättring. Lägren genomfördes under dagtid med strävan att vara utomhus så mycket det går.

### Findus och Stora Findus

Våra Findusläger har tidigare riktat sig till barn och unga i åldern 9-18 år. Vi fortsatte med det upplägg som erbjöds förra året - att erbjuda läger utspritt under hela året och inte

## FUNKISLÄGER 2022

Findus 26-27 maj

Stora Findus 4-5 juni

Findus 2-3 juli

Vattenskoj v.29

Vattenskoj v.30

Findus 27-28 augusti

Stora Findus 17-18 september

Julfindus 3-4 december

bara under vår och sommar och att bjuda in till Stora Findus för personer över 18 år. Stora Findus blev snabbt fullbokat även i år och vi är glada över att ha nått en ny målgrupp. Vi arrangerade också ett Jul-Findus med peparkaksbak, julpyssel och grillning. Att arrangera läger året runt är värdefullt och ger nya upplevelser för deltagarna.

I år utvecklade vi arbetet genom att använda oss av bildstöd, ett schema med bilder så att deltagarna direkt på morgonen kan se vad som händer under dagen.

Totalt deltog 55 personer (2021: 55 deltagare) på våra Findusläger.

### **Vattenskoj**

Under två veckor arrangerades daglägret Vattenskoj, parallellt med Alnäs andra sommarläger. På Vattenskoj hittade vi på aktiviteter som går att koppla till vatten. Deltagarna fick prova på segling, paddling, att bada, surfa och inte minst åka båt i vår rullstolsanpassade motorbåt. Fina dagar åkte lägret på utflykt till Ekolns andra stränder för att sedan komma tillbaka Alnäs lagom till lunch. Vattenskoj hade sammanlagt 14 deltagare fördelade på två läger.

### **ÖVRIG VERKSAMHET**

På Alnäs tar vi emot skolklasser, föreningar, privatpersoner, företag och andra grupper.

Under 2022 märkte vi att pandemin släppte greppet och under hösten hade vi full beläggning med många övernattande gäster.

Under året har vi arbetat för att göra det tydligare för besökare att Alnäs drivs av föreningen Uppsala KFUK-KFUM. Vi har satt upp fyra välkomsttavlor vid våra entréer och tydligare skyltar om att delar av vårt område är privat mark. Vi har även arrangerat aktiviteter för allmänheten.

### **Höstfest**

Den 1 oktober arrangerades för första gången Höstfest på Alnäs. På programmet stod: bak-





luckeloppis, marknad med lokalt hantverk och mat, ansiktsmålning, eldmat och mycket annat. Höstfesten arrangerades i samarbete med Utefikat, Kultur vid Ekoln och Slow Living. Besöksantalet uppskattades till 750 personer

### Vinterbad

Under pandemin blev vinterbad omåttligt populära. På Alnäs hakade vi på trenden och har sedan dess sett till att det finns en vak öppen och den har under året använts flitigt.

### Scoutstugan i Vårdsättraviken

Vi har fortsatt arbetet med att utveckla vår scoutstuga i Vårdsättraviken. På sommaren används stugan för övernattnig av vårt vildmarksläger och på hösten hyrdes den dels av scoutkårer för helgläger och av en skola som var där en hel vecka och hade aktiviteter för nya elever. Under hösten höjdes spången ut till bryggan och bryggan förankrades på ett bättre sätt. Vi har även tagit ner ett antal träd och röjt sly runt stugan.



## STORT TACK TILL

C.F. Lundströms stiftelse

Fruntimmersföreningen Uppsala

Gillbergiska stiftelsen

Guldkant

Idéer för livet (Skandia)

Johan och Hjalmar Kallenbergs stiftelse

Jultomtarne

KFUM Mälardalen

Kronprinsessan Margaretas Minnesfond

Kronprinsessan Victorias fond

Oscar och Maria Ekmans donationer

Prins Gustafs Stiftelse

Radiohjälpsfonden

Rädda Barnen Uppsala

Stiftelse till Ingrid och Gustaf Fribergs minne

Stiftelsen Karin och Ernst August Bångs minne

Stiftelsen Konung Gustaf V:s 90-årsfond

Stiftelsen Ulf Lundahls Minne

Timmermansorden

Åhlen-stiftelsen

# Gottsunda fritidsklubb

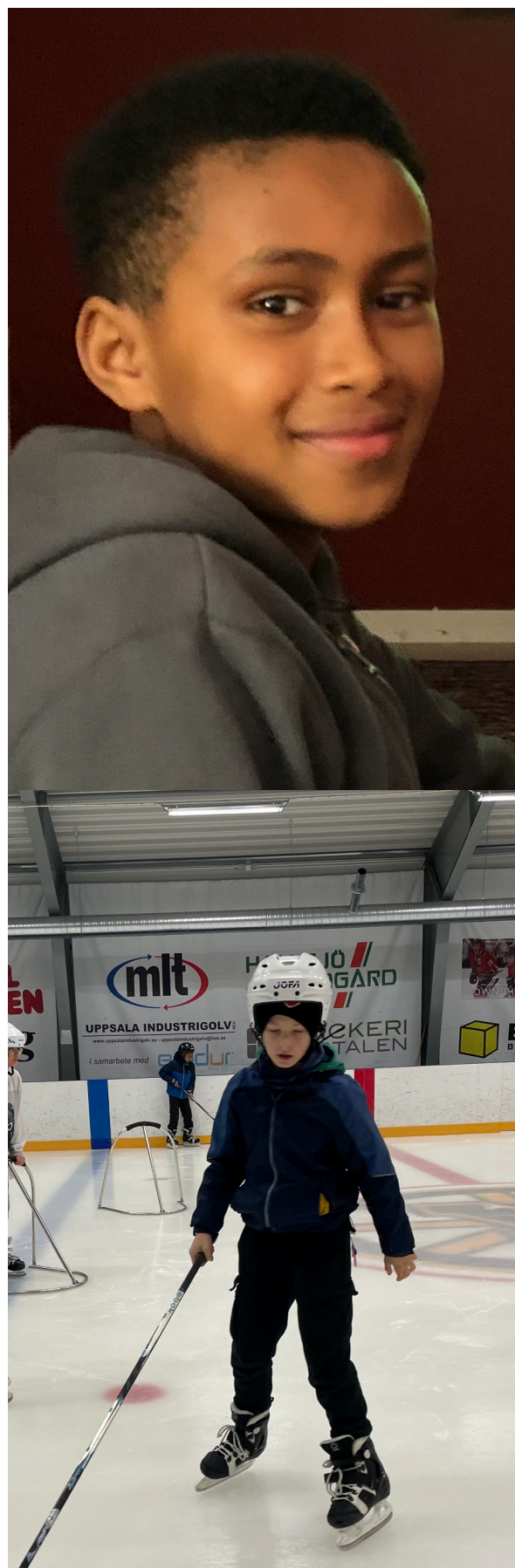
Året har varit ett mycket bra år på fritidsklubben. Barnen har kommit efter skolans slut och vissa har varit fyllda med energi och andra har varit trötta efter skoldagen. Vårt mål har varit att matcha barnens behov utifrån varje barns situation. Barnen har haft möjlighet att få läxhjälp och har kunnat välja på en rad olika aktiviteter som har handlat om rörelse, sport, pyssel, lekar och mycket annat. Vår stabila personalgrupp har fortsatt att vara lyhörda för barnens olika behov och olika personligheter. Ibland har behovet varit att få krypa upp i en soffa en stund och prata med sin favoritfritidsledare om hur dagen har varit. Därefter sätta full fart och ägna sig åt olika aktiviteter av vitt skilda slag.

Under skolloven har aktiviteterna planerats i samråd med barnens önskemål. Vi har varit låtit dem testa karate, minitennis, varit och badat, utomhus har vi spelat fotboll, lekt och grillat. Vi har åkt skridskor pulka, fixat hallovenparty, firat olika högtider och mycket annat.

## AKTIVITETER

Idrott/lek - En gång i veckan har vi använt sporthallen i Gottsunda och spelat fotboll med tjejer och killar. I vår egen lokal har det spelats mycket innebandy, pingis och dansrummet har använts flitigt. Vi har använt vår spontanidrottsplats nära oss och lekt, spelat fotboll och grillat.

Skapande verksamhet - vi har haft ett välutrustat pysselrum med allt vad man kan önska sig. Barnen har varit med och bestämt vad som ska köpas in under året. Vi har erbjudit bakning som aktivitet varje vecka. Det har varit en aktivitet som varit mycket populär, att vara med och planera och baka goda saker till fredagsmyset.





Läxhjälp - Varje dag har vi erbjudit läxhjälp på klubben. Det har varit till stor hjälp för en del barn och även föräldrar att få stöd och hjälp med detta. Klubben har haft ett nära samarbete med skolorna i området och både lärare och kuratorer har samverkat med oss.

Trygghet - Vi har som vanligt lagt stor vikt vid tryggheten på klubben. Vi har följt upp alla konflikter vi märkt av. Vi har samtalat både med föräldrar, barn och skola om det har behövts för att reda ut, skapa lugn och trygghet i vår stora barngrupp.

Samverkan - Vi har fortsatt vår samverkan och samarbete under året med skolor, socialtjänst och andra aktörer i området. Vi har bjudit in hela skolklasser på studiebesök till klubben där de har fått ha lokalen för sig själva tillsammans med oss och haft möjlighet att testa en del av de aktiviteter vi har att erbjuda.

## ÖVRIGT

Vi har uppmuntrat barnen att vara delaktiga med sina idéer gällande verksamheter. Vi har haft en förslagslåda och enkät som vi har delat ut bland barnen. Vi har försökt att uppfylla barnens önskemål så långt det har varit möjligt. Vi har arbetat mycket med delaktighet



under året och att barnen ska få möjlighet att känna att de kan vara med och påverka sin tillvaro.

Fritidsklubben har kontinuerligt deltagit i SSPF- junior dom är en grupp där både skola, socialtjänst polis och fritid har samverkat. Det har gett oss möjlighet att möta andra fritidsklubbar, skolor och ventilera olika problem och ge varandra råd och stöd.

## TACK

Ett stort tack till alla som har samarbetat med oss under året. Vi tänker på bland andra på Uppsala kommun och kulturnämnden. Vi har också haft mycket bra samarbete med andra sektioner inom KFUM, skolor, socialtjänst, polis, bibliotek och andra aktörer i området.



# Gottsunda fritidsgård

Året på fritidsgården har rullat på i full fart med mycket besök. Via Instagram har vi upplyst om vad som ska hända på kvällen på fritidsgården under hela året. Ungdomarna har fortsatt att anmäla sitt deltagande via DM (direktmeddelande) och det har skapat ett lugn i ungdomsgruppen. Såklart har man kunnat dyka upp direkt och anmält sig på plats också.

Vi har genomfört många olika aktiviteter, utflykter till UTK-hallen, teater och biobesök, övernattningar, turneringar och mycket annat. Vi har fortsatt att erbjuda läxhjälp ett par gånger i veckan, vi vet att skolan är en viktig faktor i våra ungdomars liv. Vi har noga följt olika skeenden i våra besökares liv och skeenden i samhället och i omvärlden, det har varit många diskussioner, soffasnack under kvällarna på gården. Vi har märkt att våra ungdomar har varit mer hungriga speciellt under andra halvan av året. Det har resulterat i att vi har tillagat mer mat i köket på fritidsgården. Många av våra ungdomars familjer levde på marginalen även innan levnadsomkostnaderna började skena.

Relationen till våra ungdomar har fortsatt att stå fokus det vet vi sedan många år betydelsen av. Vi har fortsatt att stoppa det destruktiva och fortsatt att uppmuntra det konstruktiva. Vi har under året träffat föräldrar och ungdomar och haft samtal som ofta lett fram mot något bättre. Inte sällan har föräldrar sökt oss för stöd i sitt föräldraskap. Vi har samarbetat i de grupper som finns i Gottsunda till exempel SSPF – skola, socialtjänst, polis och fritid. Samverkan på olika plan har varit centralt under året.

## ÖPPEN VERKSAMHET

Fritidsgården har erbjudit öppen verksamhet för ungdomar mellan 13–18 år. Omfattningen



på vårt uppdrag har varit att hålla fritidsgården öppen 47 veckor per år.

Fritidsgården har också varit en mötesplats där ungdomar har mött polisen, socialtjänsten, nattvandrare och andra aktörer. Gottsunda som särskilt utsatt område har behövt en trygg plats där just dom har grupperna har kunnat mötas.

Vi har fortsatt bygga på känslan att det ska kännas som att komma hem, att komma in på gården och ingå med oss i en trygg oas där vi tillsammans har skapat en atmosfär som man har velat vara i.

## AKTIVITETER

### Fotboll

Vi har spelat fotboll i sporthallen varje fredag. Det har varit mycket populärt och många har spelat med oss under fria och avslappnade former. Många av våra besökare har fotboll som sitt stora intresse. Vi har visat många vik-



tiga fotbollsmatcher i vårt "vardagsrum" under året. Dessutom har vi alltid haft det senaste i FIFA TV-spel, och ungdomarna har ibland anordnat turneringar tillsammans. Veldig uppskattat.

### **Pingis, biljard och dans**

Våra besökare har tyckt om att turnera och spela både biljard och pingis under året. Spontana inslag har skett där ungdomarna själva med stöd av oss anordnar turneringar. Vårt dansrum har också varit välbesökt. Ungdomarna styr sin egen musik därinne och övar koreografi och har spontandansat en hel del. Dansrummet har också passat bra att göra yoga och avslappningsövningar i.

### **Tjejer**

Fritidsgården har varit öppen endast för tjejer på måndagskvällarna som vanligt. Tjejerna har tillsammans med ledarna bestämt vilka aktiviteter som ska genomföras varje vecka. Läxhjälp har varit centralt likaså mycket skapande i köket både vad det gäller mat och bakning. Dans, spel, pyssel, tjejsnack turneringar, tävlingar och mycket annat har stått på

agendan under året. En övernattning på Alnäs under höstlovet var en av höjdpunkterna. Likaså en resa till Gröna Lund under våren.

### **Kultur**

Fritidsgårdens ungdomar blev inbjudna som provpublik till Gottsunda dans och teater när pjäsen SEHOL sattes upp. Flera av våra ungdomar har visat intresse av teater och scenkonst under året. Flera ungdomar har fått coaching på fritidsgården inför att delta på audition för filminspelningar. Ungdomar har fått öva på olika texter och fått hjälp med att spela in showreels. Filmkvällar har varit en uppskattad aktivitet under året. Ungdomarna har uppskattat att kunna se olika filmer tillsammans i vår mysiga vardagsrumsdel.

### **Läxhjälp**

Läxhjälp har vi fortsatt att erbjuda ungdomarna under året ett par kvällar per vecka. Flera av våra fritidsledare är utbildade till lärare och kan hjälpa till med de flesta ämnen.









## Helgaktiviteter

Vi har fortsatt att satsa mycket på att få till mysiga välkomnande helgaktiviteter inne på gården. Vår grund för hela fritidsgårdens är att vi vill vara den trygga välkomnande platsen dit ungdomar väljer att komma för att träffa vänner och sysselsätta sig med aktiviteter, diskutera livet och skeenden i världen, bli sedda, respekterade, mätta och ompysslade. Under helgerna har det ofta lagats middagar anordnats filmkvällar, turneringar, övernattningar och en och annan fest.

## Övrigt

Under våren kom idén upp att flera ungdomar ville åka till Gröna Lund. Vi arbetade tillsammans med ungdomarna för att kunna förverkliga den resan. Under våren hyrde vi en buss som körde oss fram och tillbaka och vi hade en heldag på Grönan, en mycket lyckad och rolig resa.

Under höstlovet passade vi på att åka på lite olika utflykter till exempel bowling, lasergame och anordnade övernattnings på fritidsgården och på Alnäs.

Ofta har ungdomarna haft egna förslag som vi genomfört såsom olika turneringar, pep-parkakbak, matlagning, grillkvällar, tårtbakning, musikkvällar, vi har spelat sällskapsspel schack, pyssel och mycket annat.

Fritidsgården har vid flera tillfällen ingått i olika workshops som Uppsala kommun anordnat under året som har handlat om Gottsundas utveckling. Vi har också deltagit kontinuerligt i kommunens olika SSPF grupper i Gottsunda.

## TACK

Vi vill tacka alla våra samarbetspartners för gott samarbete under året.

# Kulturhuset Leoparden

Om förra året inleddes med försiktighet och förhoppning om ett år utan restriktioner, där vi återigen skulle kunna fylla lokalen med besökare och deras drömmar, så inleddes detta år med färgstark konst i galleriet redan första fredagen! Fullt i lokalen, mingel och konst i varje vrå. Som alla hade längtat efter ett stycke normalitet där restriktionerna nu var ett minne en bit bort. Nu var verkligheten sig mer lik, och alla ville vara med! Vårt kreativa vardagsrum, i det stora samhällsrummet, kunde återigen fortsätta sitt äventyr. Här kunde man komma in på eftermiddagen och landa efter en lång dag med skola och studerande. Gymnasisterna slog sig varje dag ned i de mjuka orangea sofforna och studenterna satt vid långborden och pluggade. Höga skratt och allvarliga samtal, ackompanjerat av massor med skapande i en fullkomligt överfull ateljé, fyllde veckorna. Däremellan bjöds det på vernissage och konst, konserter och föreläsningar samt Konstmarknad och Bokbytardag i fagra maj. Konsten och dess sprängkraft i en trygg och tillåtande miljö är vårt eget rättesnöre och många har valt att haka på och dela denna vision med oss. Uppsalas alla Leoparder gjorde återigen Svartbäcksgatan 20 till sin alldeles egna mötesplats!

## GALLERI LEOPARDEN – VISIONERNAS RUM

Att tanken, bilden eller drömmen våra besökare bär på, skall ges en arena där det kan få växa och kanske rentav visas upp, är så viktigt. Allt omkring oss i vår vardag är det faktiska resultatet av individens eller kollektivets idé som sedan tagit form. Som bildar vår verklighet. Det är fantastiskt. Klart att vi ville vara med och låta alla dessa fantastiska drömmar bli en del av verkligheten! Viktigast för oss i vårt arbete med galleriet har varit att mötet med konsten, för såväl besökare som konstnären själv, skulle kännas tillgänglig och angelägen. Konsten i galleriet ställde frågor, var autentisk och uttryckte individens särart och vilja. Modet som krävs för att visa upp detta för såväl nära och kära, som för allmänheten, är stort! Galleriet handlar om att konstnären skall få prova sina visioner och besökarna skall kravlöst få möta konst.

### En Leopard fyller 5 år

På den årliga Kulturnatten den andra lördagen i september, firade Leoparden 5 år.

Ett halvt decennium har förflutit sedan portarna öppnades. Under dessa år har vi arbetat in ett nytt kulturhus ed en helt ny inriktning. Sedan kom en världsomspännande pandemi som präglade allt i både det stora och lilla i vår vardag. Sedan en succesiv öppning mot livet igen. Intressanta fem år har det varit. Det kändes smått ofattbart att arrangera utställningen. Hundratals foton printades ut och arrangerades efter år som en interaktiv bana





där besökarna fick klia in i och runtom bilderna. Idén var att verkligen möta de olika minnena. Besökare kunde sedan skriva sina minnen från "sina" år och fästa med klädnypor bredvid bilderna. De fick även fästa lappar med önskingar gällande de kommande fem åren.

### **Maxad Kulturnatt**

Utöver Leopardens egen konstutställning pågick i Galleriet en konstutställning med konstnärerna Kajsa Rytenberg och Amanda Stechina Gonzales. Dessutom arrangerades en stor livekonsert vid namn Music & Poetry och scenisk konst av alla slag mötte besökarna och hördes ända ut mot gatan. Uttryck med eftertryck i varje vrå!

### **Takprojektet - 20-tal**

Vårt projekt med att låta ungdomarna uttrycka såväl drömmar som vad de tror att tjugotalet faktiskt kommer att handla om, fortsätter oförtrutet. Intresset har varit stort och meter för meter har växt fram. Bokstäverna bildar en väv som kommer att bidra till att skapa den framtid som väntar oss. Vackert tycker vi! Projektet var öppet och enkelt för alla att delta i oavsett förförståelse. Det behövdes endast namn och datum samt två ord - ett som beskrev ens förhoppning inför detta 20-tal, och sedan ett ord till som kanske mer beskrev vad en faktiskt trodde det skulle innefatta. Orden fick förstås vara desamma. Tanken var att en skulle kunna återkomma i framtiden och möta sitt unga jag. För den som vill följa projektet in i framtiden och se tendenser och mönster är det en guldgruva. Projektet kommer pågå under hela tjugotalet.

### **Reimagining**

En samlingsutställning i samarbete med studenter som läser klimatledarskap. De arrangerade en tre dagars intensiv konst och miljöupplevelse där bildkonst, film och kreativt skrivande erbjöds.

### **Uppsala estetiska gymnasium**

Alla elever på det estetiska programmet i årskurs tre arrangerade en stor samlingsutställning i galleriet som fylldes av lärare, föräldrar och andra elever.

## UTSTÄLLNINGAR

Alexandra Venus Aurora Gül

Hugo Mugerwa Klockars

Uppsala tjej och transjour

Ozzie Lightflower

Frida Littorin

Brianna Garate

Obskyr röd

Hannes Runeby

Ziggy Lindholm

Oskar StenmalmWolke

Wilhelm Fridlund

Pysen Lek

Natasha Dahnberg

Fredrik Hardenborg

Fanny Öhrnell



## KREATIVT FLÖDE UTAN SLUT

Ateljén har använts frekvent. Den är egentligen rymlig, men antalet besökare som velat skapa har bara ökat. Vi såg en förändring efter pandemin där fler verkade fått behov av att skapa med händerna, men trenden har inte bara hållit i sig, utan därtill ökat. Studenter och gymnasister samsas i rummet. Hjälper och inspirerar varandra. Det kreativa flödet tycks inte ha ett slut. Detta bådär gott för framtiden!

## BODY MIND SPIRIT - MED FOKUS PÅ AVSLAPPNING

Förra årets satsning på andrum, ett rum för avslappning och andning via meditation, har fortsatt. Hälsan har så många ansikten och att slappna av för att sedan kanske kunna sova bättre är en viktig del av att orka sin vardag. Inte minst för ungdomar som skall prestera i skolan hela dagarna. Hit har en kommit som man är, utan särskilda kläder eller krav på att kunna olika meditationsposer och tekniker. En motvikt mot kraven på perfektion och yta. En stunds vila från omvärldens och de egna kraven. Passen blev fullbokade och skapade inte bara en stunds vila, utan även eftertanke vad det verkade. För efteråt kom samtalen. Om de stora frågorna. Om det som kändes viktigt.

## ÖVRIGA KULTURHÄNDELSE

**Tidsskriften Roten** - arrangerade en releasefest med släpp av sin lyriksamling.

**Imagining and reimagining the surrealist body** - en helafoton med releasefest av en videoessä med Em Edling. Ett slags konstprojekt tillika tentamen på Konsthistoria C.

**Tunes and lyrics** - En kreativ workshop med musikern Liz Culham där besökare kunde skriva och tonsätta sina texter tillsammans med andra under ledning av Liz.

**Bruised food club** - Föreningen Bruised food club arrangerade ett panelsamtal på ämnet Hållbarhet och tillvaratagande av jordens resurser, med Uppsalas kommunpolitiker som



gäster. Deltog gjorde Liberalerna, Centerpartiet och Vänsterpartiet. Deltagarna fick svara på skarpa frågor om hur just deras parti konkret arbetar med flerfaldig hållbarhet

**Amnesty** - Föreningen Amnesty arrangerade ett antal skrifvarverkstäder till förmån för den ryska konstnären och musikern som fängslades efter en konstaktion där hon bytte prislappar till information om Rysslands krigföring. Aleksandra Skochilenko riskerar 10 års fängelse för spridande av falsk information.

**Konstsamtal med serietecknare** - Konststudenterna Jacob Varnauskas och Maria Nåtoft bjöd in serietecknaren och illustratören Frida Littorin för ett konstsamtal och vernissage innan hon flyttade till New York och fem år på Parsons School of Arts and Design. Fullsatt Galleri och viktiga samtal om kreativitet och spårar som måste tecknas bort.

**Kalejdoskop** - Ett band från Skeppsholmens folkhögskola kom och bjöd på musik från alla världens hörn i timmarna två.





**Biskops Arnö författarskola** - 16 författare bjöd på uppläsning av sina senaste verk och releasefest av sin antologi.

**Music & Poetry x3** - Uppsalamusikern Jacob Sylvin arrangerade tillsammans med en uppsjö av lokala musiker och poeter Öppen scenkvällar med musik, lyrik och spoken word.

**Konstmarknad** - Ett tjugotal konstnärer och konsthantverkare ställde ut och sålde av sina alster en härlig lördag i maj. Över fyrahundra besökare kom och beskådade morgondagens konst och hantverk.

**Loppis** - Som ett led i vårt miljöarbete vill vi gärna erbjuda möjligheten till byteshandel och tillvaratagande av kläder och saker som söker nya ägare. Många hundra besökare kom och fyndade och gav gamla kläder och saker ett nytt hem.



# KFUM Uppsala Iaido

Under verksamhetsåret 2022 har klubben försökt komma tillbaka till normal verksamhet efter Covid-19-epidemin. Vi har deltagit i läger utanför Sveriges gränser för första gången sedan 2019. Tyvärr så har inte träningspassen varit så välbesökta.

## TRÄNING

Klubben har under året hållit träningspass fem gånger i veckan när det har tillåtit. Den sammanlagda träningstiden är 7,5 timmar i veckan.

Vår Norrtäljefilial har tyvärr lagt ner verksamheten då alla som instruerat där har flyttat ifrån Norrtälje.

Vi har en medlem som flyttat till Japan och tränar där med Takada Sensei och genom honom så har vi närmare kontakt med Sensei.

Två personer deltog och instruerade vid läger i Åbo i juli anordnat av finska Muso Shinden Ryu förbundet.

Två personer deltog i riksläger anordnat av

Svenska kendoförbundet i Stockholm i november.

## UTÅTRIKTAD VERKSAMHET

Klubben deltog i Kulturnatten.

Zoom-träffar med tränande från andra länder.





# KFUM Uppsala Vindsurfing

Uppsala KFUM Vindsurfingklubb (UVK) är en ideell förening som ingår i KFUM Uppsala och som verkar för främjandet av vindsurfing, men även för andra icke motordrivna vattensporter så som SUP, kite- och issurfing.

Syftet med verksamheten är att klubben skall vara en naturlig samlingspunkt för Uppsalas utövare av vindsurfing, samt att verka för sportens utveckling och tillväxt. Till UVK är alla välkomna som tycker det är roligt att vindsurfa. Det spelar ingen roll hur duktig man är eller hur länge man har hållit på. ALLA är lika välkomna!

## SAMMANFATTNING

2022 var första året efter två års covid vilket gjorde det möjligt att arrangera event utan restriktioner. Under 2022 hade UVK 172 aktiva medlemskap.

Klubben arrangerade tre nybörjarkurser och 1 kurs för föreningen UppX. 4st onsdagsträningar och två prova-på tillfällen hölls. Totalt 47 personer gick kurs och 39 på onsdagsträningen och prova-på.

Utöver detta arrangerade klubben en öland-sresa, en säsongsuppstart, en säsongsavslutning samt en kräftskiva. Under uppstart- och säsongsavslutningen fokuserar klubben på att se över utrustning, klubbstuga och annat material, samt socialt mingel med korvgrillning.

Anläggningen har under 2022 uppgraderats med ny belysning vid klubbstugans fasad, röjning av vass har skett, samt fasaden på klubbstugan har tvättats. Det har även pågått en dialog med KFUM hur en framtida passade till vattnet kan utöka tillgängligheten att ta sig ner till vattnet.



# KFUM Uppsala Survival

## TRÄNING

Under årets ordinarie utomhussäsong (april till september) har föreningen haft fyra ordinarie träningstillfällen per vecka på föreningens anläggning: måndag-, tisdag- och torsdagskvällar samt lördag förmiddag.

Under vintersäsongen i början och slutet av året (januari till mars samt oktober till december) hölls utomhusträning på föreningens anläggning tre gånger per vecka på tisdag- och torsdagskvällar samt lördag förmiddag. Under denna period erbjöds även två träningstillfällen per vecka i förhyrda gymnastiksal. Vid några tillfällen har dock någon inom- och utomhusträning under perioden oktober till december uteblivit på grund av instruktörsbrist.

## Barn och ungdom

Barnträning (8-12 år) hålls på onsdagskvällar. Träning skedde inomhus i gymnastiksal under perioden januari till april och sedan utomhus mellan april och oktober, varpå träningen flyttades inomhus igen. Barngruppen har varierat i storlek något under året, men har oftast varit runt 12 medlemmar. Enstaka barn har slutat under året, men dessa platser har fyllts från väntelistan.

Åtminstone en person har övergått från barngruppen till ungdomsgruppen. Fler barn skulle kunna göra denna förflyttning men har hittills avstått, då det upplevs som ett för skarpt byte av umgänge

Ungdomsträning (13-16 år) hölls utomhus på tisdagskvällar mellan april och oktober, och resterande månader skedde träningen inomhus. Totalt har ungdomsgruppen hyst omkring nio medlemmar.



## Prova-på träningar

Från maj till september hölls prova-på-pass den första måndagen i varje månad. Augusti uteblev dock både prova-på och nybörjarmånad på grund av instruktörsbrist. Efter prova-på-pass kunde de som ville delta i en nybörjargrupp under en månad innan de slussades in i ordinarie träningsgrupp. Under året har omkring 100 personer varit på prova-på-pass varav somliga gått vidare till nybörjargruppen.

## TRÄNINGSANLÄGGNINGEN

Träningsanläggningen består nu av två hinderbanemoduler.

Den äldre modulen belägen närmast de större grindarna revs under 2022. Planer för en ny modul togs fram av en bygnadsgrupp och konstruerades under ledning av företaget Bruggink från Nederländerna, med hjälp av en stor arbetsinsats från medlemmarna. Bygget skedde under perioden 22-25 april. Denna modul fylldes sedan med hinder under ytterli-





gare byggdagar i maj och juni. Båda moduler används regelbundet under träning.

Den nya träningsmodulen invigdes via öppet hus för allmänheten den 19 juni. I samband med detta fick allmänheten vistas på banan och prova på hinder, och föreningen bjöd på fika samt

bjöd mindre utmaningar och tävlingar. Denna invigning och öppet hus överträffade förväntan hos styrelsen, då en mycket stor mängd folk närvarade. Invigningen avslutades med grillning för föreningens medlemmar på kvällen.

Under hösten bedömdes chins-modulen som osäker av styrelsen och därmed tagits ur bruk.

Under november har markarbete utförts av Bison Entreprenad på den öppna ytan mellan grindarna och träningsmodulerna för att jämna ut marken och förbereda den för framtida utveckling. En stor mängd bark och täckduk har även levererats för utplacering under 2023.

## TÄVLINGAR

### Uppsala Survival Run

Förberedelser inför USR 2022 inkluderade fyra planerade byggdagar. Utöver dessa fyra tillkom även tre extrainsatta byggdagar och kvällar.

Inför USR 2022 anordnades en Kick-off för föreningen den 20:e augusti vid en scoutstuga intill Vårdsättraviken.

Uppsala Survival Run 2022 ägde rum den 18:e september. Totalt 158 startande vuxna sprang i loppet, samt omkring 8-10 barn och ungdomar, varav tre ungdomar sprang den långa distansen. Loppet som helhet betraktades som en stor framgång och fick mycket god kritik från de tävlande både utanför och inom föreningen.

Efter USR2022 monterades tävlingshinder och snitsling ner vid två inplanerade tillfällen: direkt efter loppet samt en ytterligare dag veckan efter.

### Deltaganden i andra lopp

Under 2022 har både seniora medlemmar och ungdomar deltagit i OCR-lopp samt Survival-lopp i Nederländerna. Nästan hela ungdomsgruppen representerade föreningen i OCR-loppet Gropen Extreme, vilket var mycket lyckat. Andra externa tävlingar har också sett representation från Uppsala Survival, men det har oftast handlat om mindre grupper eller individer ur föreningen som tagit initiativ att delta i dessa tävlingar. Där grupper deltagit har dock detta oftast organiserats via Uppsala Survivals Facebooksida, vilket gett hela föreningen möjlighet att delta tillsammans.

# KFUM Uppsala Trampolin

## TRAMPOLIN

Trampolinverksamheten har bedrivit sin ordinarie verksamhet i Valsätraskolans idrottshall på tisdagar, torsdagar och söndagar under sammanlagt 8h per vecka. Träningarna genomfördes med maximalt 8 barn per ledare. Gruppen för barn och unga med särskilda behov har fortsatt sitt arbete. I gruppen har det varit färre deltagare och fler ledare. Under året har trampolinen haft totalt 17 ledare varav 3 nya.

## PARKOUR

Parkourverksamheten har bedrivit sin ordinarie verksamhet i Ekebyhallen på tisdagar och fredagar under sammanlagt 4,5h i veckan. Träningarna har genomförts med maximalt 20 deltagare per träning.

Detta år har fokus för parkouren varit att tänka utan för boxen och skapa nya roliga variationer på träningen. Detta för att säkerställa en säker träningsmiljö för alla. Under året har parkouren haft totalt 6 ledare varav 2 ny.

## KLÄTTRING

De erfarenhet som vanns under början av pandemin nyttjades även under det gångna året. Både ledare och adepter var nu klart medvetna om det nya normalläget och under året har verksamheten förflutit utan större hinder.

Under året har vi fortsatt med tre terminer, två ute terminer på KFUM Alnäs lägergård och en inne termin på Uppsala kommuns aktivitetscenter Allis, med förhållandevis högt deltagande i både grupperna. I



På ledarfronten har den nu väl etablerade yngre generationen tagit helt över och fått förstärkning av 4 nya ledare. Dessa ledare har visat ett stort engagemang och vilja att utvecklas.

## GEMENSAMT

Under året har vi kunnat genomföra både den årliga avslutningen på KFUM Alnäs Lägergård, med tillhörande ledaravslutning efter. Även haft en julavslutning för ledarna på KFUM Alnäs lägergård.

2022 hölls en EMMA utbildning på Kärsögården under ledning av 1 ledare från trampolinen på utbildningen deltog även 4 ledare från föreningens olika delar.

Under året har föreningens ledare haft möjlighet att gå på KForUM som i år hölls i Jönköping, där vi hade ett flertal ledare som deltog.

# KFUM Uppsala Naginata

Året inleddes med en ny våg av Covid-19 men smittspridningen minskade under de första månaderna och den 1 april klassas covid-19 inte längre som allmänfarlig och samhällsfarlig sjukdom.

Vid den tiden hade klubben hade redan börjat träna försiktigt och tog kontakt med alla som hade tränat innan pandemin. Även om det av den aktiva ungdomsgruppen kvarstod endast en person har klubben valt att fortsätta verksamheten i hopp om att kunna göra en omstart.

Klubben erbjuder träning tre pass i veckan men möjlighet till ett fjärde i samband med mästerskapsförberedelser.

## AKTIVITETER OCH ARRANGEMANG

### Landslagsseminarium med Takami-sensei

Den 11-12 juni hölls ett seminarium i Stockholm med Takami-sensei, 5 dan renshi. Klubben var välrepresenterad och det var bra att få lite framtidshopp igen efter de senaste årens pandemiskugga.

### SM 2022

Den 19 juni stod klubben värd för SM 2022. Tävlingarna genomfördes trots att startfältet var starkt decimerat på grund av sena återbud från tävlanden med anledning av sjukdom.

När alla matcher i shiai var klara hade regerande svenska mästaren Philip Mattsson och Sophia Judkins lika många poäng. I en avgörande match var det så jämt att avgörande poäng

kom först i förlängningen. Ny svensk mästare är Sophia Judkins. Philip Mattsson kom på en god andra plats och Tulla Hagström på en tredje plats.

### EM 2022

Den 10-11 september representerades det svenska landslaget av Kirsi Höglund, Sophia

Judkins och Tulla Hagström. I lagtävlingen i shiai gjorde Sophia en mycket stark insats och vann alla sina matcher, men det räckte tyvärr inte hela vägen denna gång och Sverige slutade på en fjärdeplacering. I de individuella matcherna vann Sophia och Kirsi sina poolmatcher men Sophia slogs ut i kvartsfinalen och Kirsi förlorade så småningom bronsmatchen. I engi vann Sophia och Kirsi tillsammans sina poolmatcher för att falla mot Italien i semifinalen och mot Frankrike i matchen om bronset. Med tre fjärdeplatser på EM kan Kirsi och Sophia ganska tryggt säga att de är fjärde bäst i Europa.

### ENF-seminarium

I samband med EM i september arrangerades ett seminarium där alla närvarande från klubben också deltog.

### Elit och utveckling

Svenska budo och kampsportsförbundet (SB&K) lyste ut en satsning på elit och utveckling. Sophia Judkins togs ut till elitgruppen och Philippa Odenbring till utvecklingsgruppen. Dessa grupper har haft flera utbildningstillfällen på Bosön. Sophia är också Philippas hemmatränare och Kirsi är Sophias hemmatränare. Målet är en mer hållbar elit-satsning.





# KFUK-KFUM Uppsala

## Aikido

2022 har präglats av arbetet med att hitta en ny lokal. Precis när vi hade bestämt vilken helg vi skulle flytta ut och börjat titta på tillfälliga lokaler, fick vi veta att rivningen är uppskjuten och att vi får vara kvar i Budohuset i ett år till.

Karatens uppdelning i två klubbar har gjort att vi fått en ny samarbetspartner i Budohuset – Enso karateklubb. Wing Chun har också flyttat in och blivit en aktiv del av samarbetet.

Vad det gäller träningen har den kunnat fortgå som vanligt, det vill säga som innan pandemin. Energin på mattan har varit hög under året och vi har haft fler uppskattade läger, vilket ni kan läsa mer om i denna verksamhetsberättelse. Några nybörjare har vi fått också och flera nya hakama. Vi har även vuxna som börjar aspirera till de högre graderna, vilket är roligt och bådär gott inför framtiden.



### AKTIVITETER OCH ARRANGEMANG

#### Träning

Roland Hultberg, 7 dan, och Bertil Andersson, 6 dan gästade oss och höll ett hakamapass 25 januari, i samband med ett inspelat panelsamtal om aikidons historia i Sverige i regi av Svenska Aikidoförbundet.

Ett teknikseminarium för 6-4 kyu hölls 13 mars, och ett pass med fokus på shodan och högre grader hölls 17 maj. En provgradering för svartbältesgrader hölls 31 maj.

Under den senare delen av vårterminen erbjöd klubben fyra träffar med familjeaikido för familjer med yngre barn, men konstaterade att underlaget inte var tillräckligt för att gå vidare med detta.

Två gånger under året, den 4 maj och den 2 oktober har Sofia, Patrick och Per-Erik hållit prova på pass för anställda på AFRY i Uppsala. Det har varit uppskattade och välbesökta pass. Detta har varit ett bra sätt att sprida aikido till andra utan att ta så mycket tid i anspråk för våra tränare.

Under sommarsäsongen, från 21 juni till terminsstart hade klubben sedvanlig sommarträning, denna sommar med 6 pass i veckan. Tisdag, torsdag och söndag 18.30-20 var det vanlig träning, fredagar 11-12 vapenträning, och söndagar 9.30-10.30 utomhus-

träning med jo. Torsdagar 17.30-18.30 hölls ett ungdomspass. Under två av de ordinarie passen (7/7 och 12/7) tränade vi Yoga istället för Aikido, med Sofia Aslanidou som instruktör.

Höstens träning startade 27 augusti för barn och ungdomar och 30 augusti för vuxna. Terminen slutade söndag 18 december. Schemat för höstterminen var detsamma som på våren, förutom att varannat pass på vuxenträningen på lördagförmiddagar istället hade Yoga med Sofia Aslanidou.

Ichimura-sensei höll specialpass för vuxna och ungdomar 13 och 17 september och den 13 hade vi ett mycket uppskattat klubb-fika i anslutning till passet.

Yamashima-sensei höll ett specialpass fredag 23 september, och klubben bjöd deltagarna på fika efter passet, vilket gav ett välkommet tillfälle att prata lite mer.

### **Egna läger**

Klubben höll läger med Marc Bachraty 4-6 mars. Uppslutningen var god, med 62 tränande från 15 klubbar och 5 länder.

Klubben höll, tillsammans med klubben Enso Kyokushin Karate, ett barn- och ungdomsläger 1-5 augusti. Lägre var gratis för barn och ungdomar mellan 9-14 år, och enklare lunch och fika serverades. Tre av våra ungdomar arbetade med lägre och stod för planering, utförande och uppföljning, tillsammans med ledarna från Enso. Totalt hade vi 31 deltagare och ungefär 20 träningspass, fördelade över de fem dagarna, med bred fokus på kampsport, inte bara aikido.

### **Andra budorelaterade aktiviteter**

7 av klubbens ungdomar tillsammans med 10 vuxna från klubben deltog i Sverigelägre hos Ikigai på Kämpetorpshallen i Älvsjö 26-29 maj. Vår klubb deltog i uppvisningen och Cecilia och Cenneth instruerade. Dessutom fick de sina Shihan-diplom. I samband med lägre intervjuvade Svenska Aikidoförbundet ett antal personer omkring framtiden för Aikido.

Engla Lowén utsågs till årets Elsa 2022 av KFUK-KFUM, och mottog ett stipendium på KFUM-KFUK Riksombudsmöte i Jönköping 13 november.

Den 12 november deltog 6 av klubbens ungdomar tillsammans med 3 vuxna från klubben deltog i ett lägre anordnat av Iyasaka i Stockholm. Instruktörer på lägre var Urban Aldenkint, Stefan Stenudd, Ulf Evenås och Jan Nevelius, som alla är 7 dan och shihan. De höll varsitt pass under dagen som vi var där.

Klubbens Atsushi Kawaguchi höll ett endags seminarium hos Göteborgs Ki-Aikido Sällskap i Frölunda i Göteborg 17 december.

Cenneth Sparby utsågs till Hedersmedlem i klubben, för att uppmärksamma hans mångåriga stora och fortsatta engagemang i klubben.

Fem av klubbens ungdomar tillsammans med fem vuxna från klubben deltog i lägre hos Enighet i Malmö 3-5 december.



# KFUM Uppsala Kendo

Kendo är en kampsport med mycket gamla anor. Ursprunget är samurajens stridskonst med det japanska svärdet. Nu för tiden tränar vi inte för att kunna besegra en fiende i strid och kendo är ingen form av självförsvar. Kanske är det istället intuitivt handlande, att bevara lugnet i stressade situationer, balans, harmoni och koncentration som är målet med träningen. Kendo är också en tävlingsport med tävlingar på både nationell och internationell nivå.

Uppsala KFUM Kendo Hokushinkan önskar bedriva en seriös träning på en även internationellt sett hög nivå. Detta vill vi uppnå genom att vara en öppen klubb, uppmuntra medlemmar att utveckla sin kendo på läger och tävlingar både nationellt och internationellt, samt att bjuda in externa sensei till klubbvägar. Samtidigt är det viktigt att klubbens medlemmar tillåts utvecklas i sitt eget tempo samt att olika former av träning tillåts. Träningens målsättning kan därför variera mellan kondition och rekreation, tävling och framgång eller mer traditionell träning där form och personlig mental utveckling står i fokus.

## KENDO

Uppsala KFUM Kendo Hokushinkan hade nybörjargrupper för vuxna, barn och ungdomar under sex pass per vecka, fördelat på fyra dagar per vecka under hela 2022.

Vi har som tidigare haft en varierad träning för såväl barn som vuxna. Vi har också fortsatt visa bra tävlingsresultat, med bland annat lag och individuella medaljer på tävlingar.

### Aktiviteter i Uppsala

Under året har klubben erbjudit träning ca 6,5 timmar per vecka på måndagar, tisdagar, onsdagar, lördagar och söndagar. På måndagar tränar vuxna nybörjare och även de avancerade som vill träna grunder. Tisdagar



är juniorernas träningsdag med pass för nybörjare och avancerade. Onsdagar tränar vuxna nybörjare följt av vuxna avancerade. På lördagsmorgnar är det sparringträning för avancerade och på söndagar har vi ett mixat pass med avancerade vuxna och juniorer. Dessutom har träning i Nippon no Kendo Kata erbjudits. Under sommar- och vinteruppehåll erbjuds träning under några kvällar i veckan.

### Prestationer från klubbens medlemmar

Klubbens medlemmar deltog i en nationell tävling, Stockholm Kendo Open.

Klubben tävlade i Kendo-SM 2022 och vann bronsmedalj. Jimmy Cedervall vann även brons i individuella klassen.

## KYUDO

Året 2022 var verksamheten åter till det normala efter två år präglade av pandemin. Under året har två av klubbens medlemmar, Uwe Kloza och Per Ybo, blivit uttagna till landslaget inför EM i Polen under sommaren 2023. I oktober arrangerade klubben deltävling 3 i Svenska Cupen. Klubben rönt flera framgångar i de tävlingar som hölls under året och vid SM var Uwe Kloza och Per Ybo del i det segrande laget vilket utgjordes av landslaget. Per Ybo vann sedan det individuella mästerskapet och i och med det blev han också totalsegrare av Svenska Cupen.

Tack till våra partners



**sensus**

**HÖGBERGS**  
BUSSE AB UPPSALA

canerva   
-din partner inom IT



EMPOWERING YOUNG PEOPLE