

## Projekt Fritidsgård - visionsmedel

Luspens Ryttningsförening är en ideell förening med säte i Stensele, Storumans kommun. Föreningen driver kvällsverksamhet veckokvällar samt dagsverksamhet måndag till fredag. På helger anordnas träningar till häst, kurser, tävlingar och andra aktiviteter. De senaste åren har föreningen vuxit otroligt mycket och idag drivs en omfattande verksamhet.

På anläggningen finns idag 16 hästar varav föreningen äger 6 stycken. Vi ser hästarna och miljön runt anläggningen som en stor fördel för att lyfta upp måendet. Vi vet att statistiken för psykisk ohälsa inom Storumans Kommun är dålig och vi vill göra det vi kan för att bryta den negativa trenden. Vi vet att miljön i stallet och hästarna gör gott. Projektet genomförs från månad september till december.

### Syfte

Vi ser ett behov av att utöka stödet till barn och unga på vår förening samt till övriga barn och unga i Storumans kommun. Vår vision är att med hjälp av en ytterligare ledare än de ordinarie instruktörer, personal och övriga vuxna som spenderar tid på stallet ska kunna göra stallet och kommunen till en tryggare mötesplats.

Vårt syfte med projektet är att genom aktiviteter, aktuella samtalsämnen, föreläsare, resor etc. lyfta barn och unga för att de ska fortsätta må bra eller må bättre. Tiden förläggs kvällstid och tid på helger.

### Vuxen på stallet

En kväll i veckan finns en anställd på stallet för ungdomarnas skull. Viktiga ämnen tas upp för att diskutera och ventileras. Mycket fokus på psykiskt välmående kommer att läggas och fokus på gemenskap. Både hästrelaterade aktiviteter kommer erbjudas men även aktiviteter som inte har hästanknytning.

Aktiviteter vi erbjuder kostnadsfritt alternativt till ett subventionerat pris (beroende på hur mycket hjälp vi får ekonomiskt) är bland annat:

- ⑩ Hantering av häst – ridning, pyssel, hästvård osv.
- ⑩ Uteritt
- ⑩ Fjälltur till häst i Ammarnäs
- ⑩ Gruppträning
- ⑩ Föreläsning om mental hälsa, licenserad mental tränare bjuds in
- ⑩ Resa till annan ridanläggning för att delta på deras aktiviteter, titta på tävlingar och få erfarenhetsutbyte.
- ⑩ Sylt och saftkokning, grillkvällar, spelkvällar, pyssel, stenmålning, olika friluftaktiviteter, baka tunnbröd, med flera.

Under aktiviteterna är det gemenskap samt det psykiska och även fysiska välmåendet i fokus. Ingen vikt ska läggas vid prestation. Vi använder oss bland annat av material som svenska ridsportförbundet tagit fram i samarbete med friends - ”vi i stallet”.

## Ekonomi

Föreläsning riktat mot mental hälsa.

Kostnad: 10.000:- exkl moms

Resa: 2.000:-

Uteritt: Hästhyra 5 hästar a 100:-/häst = 500:-

Fjälltur till häst halvdag: 7 pers a 850:- per person = 5.950:-

Resa: Stensele – Ammarnäs: 33 mil a 21kr/mil = 693:-

Busshyra: 1200:-

Gruppträning med instruktör 1.000:-

Resa 58 mil tor – a 25kr/mil = 1400:-

Resekostnad för att besöka andra ridanläggningar, åka på hästtävlingar etc.

Resa till större anläggning ca 60 mil tor x 21kr/mil = 1260:-

Resa till närmare anläggning – ca 30 mil tor x 21kr/mil = 630:-

Hyra minibuss – 1200kr x 2 = 2400:-

Material till övriga aktiviteter, exempelvis:

Grillkvällar, filmkvällar, saftkokning, syltkokning, pyssel, tunnbrödsbakning mm.

Kostnad: 5.000:-

**Total kostnad aktiviteter: 32.033 :-**

Denna ansökan är en del av en större ansökan då Projekt Fritidsgård är ett stort projekt som även innefattar lönekostnader, fler aktiviteter och fler föreläsare.