

Vilhelmina Ridklubb
Baksjöbäcken 2
91232 Vilhelmina

Ansökan om visionsmedel
Nämnden för folkhälsa och primärvård i södra Lappland

Bakgrund

Vilhelmina Ridklubb är en ideell förening som startade hösten 1970, men det var inte först den 12 december 1993 vi invigde våran nya anläggning som är belägen med gångavstånd från Vilhelmina centrum.

På anläggningen finns det ca 18 hästar varav 7 är ridskolans hästar som används i verksamheten. Ridskolan har ca 100 stycken medlemmar och ca 40 stycken ridande varje vecka. Vi har idag några funktionshindrade barn och ungdomar som rider och även privatlektioner för enskilda ekipage erbjuds dagtid. Kvällstid är det 2-3 ridlektioner/kväll måndag till torsdagar. Där rider barn, ungdomar och vuxna i olika utbildningsnivåer för en av våra ridlärare. På helgerna är det ofta aktiviteter, allt från städdagar, grillkvällar till tävlingar i hoppning och dressyr.

Hästen har under lång tid visat en positiv påverkan på människan. Enligt olika forskningar har man visat att människors hälsa när den umgås med hästen är att den får oss att må bra både psykiskt, fysiskt och socialt. Och även ridningen bidrar till en viktig funktion för friskvård och rehabilitering.

Syfte

Vårt syfte med projektet är att erbjuda fler personer med psykisk ohälsa gemenskapen vi har på ridskolan, med andra medmänniskor och hästarna. Att kunna komma ner en gång i veckan och få en social närvaro, ökad fysisk aktivitet och kroppsmedvetenhet och få umgås med hästarna.

Projektplan

Att en gång i vecka träffas på ridskolan, uppdelat på två terminer. Hösttermin 2017 där de blir 16 tillfällen och vårtermin 2018 21 tillfällen. Detta skulle vi kunna erbjuda 10 personer, uppdelat på 2 eftermiddagar, 4 h per tillfälle.

Utförande: En ledare kommer att ha ansvar. De kommer att delas upp i två grupper, med 5 personer i vardera grupp. Grupperna kommer att vara vid två skilda tillfällen varje vecka. De kommer att rida och även utföra annan planerad aktivitet såsom stall och hästskötsel eller annat socialiserande aktivitet som tex bakning, matlagning. Även fika kommer att erbjudas till alla vid varje tillfälle.

Mål

Detta projekt skall leda till att varje enskilda person får en ökad psykisk och fysiskt välbefinnande med hjälp utav att spendera tid i stallet med hästen och andra människor.

Ekonomi och budget

Att kunna erbjuda dessa människor gratis ridning och socialiserande aktiviteter.

Hästhyra 100 kr per häst/timma. 10 personer så blir det hyra för 10 hästar per tillfälle. Dvs 1000 kr per tillfälle för hyra för 10 häst/timma för 10 personer.

Hösttermin 16 tillfällen- $16*2 = 32$ tillfällen totalt höstterminen

Vårtermin 21 tillfällen- $21*2= 42$ tillfällen totalt vårterminen

Totalt för 74 träffar* (100 kr hästhya*10 personer) = **74000 kr**

Kostnad ledare 4h plus 1h planering och förberedelse per tillfälle

Totalt för 74 tillfällen- $74*5= 370$ timmar

Lön 160 kr/h *370 timmar= **59200 kr**

Fika 20 kr/person- 200 kr per vecka för 10 personer

Totalt för 74 träffar*(20*5)= **7400 kr**

Material, hästskötsel:

10 hjälmar á 399 kr = 3990 kr

5 spångrepar á 380 kr = 1900 kr

10 sopar á 60 kr = 600 kr

5 krattor á 249 kr = 1245 kr

5 spadar á 299 kr = 1495 kr

2 skottkärror á 1995 kr = 3990 kr

Totalt : **13220 kr**

Teorimaterial 10 böcker á 255 kr = **2550 kr**

Ridskolan söker totalt 156370 kr för att utföra projektet.

Framtid

Framtidsmål för Vilhelmina ridklubb är att kunna erbjuda fler aktiviteter dag såsom kvällstid och igenom detta få fler barn, ungdomar och vuxna intresserade utav ridsport.