

Nyhetsbrev Nr 14



December 2021

Du kommer ingen vart med att grubbla över vad du inte kan, den avgörande frågan är alltid vad Du **kan** göra. Projektet Livskraft Söderhamn erbjuder dig en rad olika möjligheter till aktiviteter, både fysiska, kulturella och sociala. Välkommen att pröva på!



Lär känna din kommun är namnet på vandringsprojektet. 20 vandringar på 20 olika platser i kommunen har genomförts. På bilden har man samlats utanför Långvinds Herrgård.

Livskraftsprojektet nu halvvägs

Livskraftsprojektet som startade i Juni 2021 och består av flera delprojekt. **Lär känna din kommun** finansierat av Luften är fri är ett och **Fisket i Söderhamns Skärgård 401 år** är det andra, finansierat av Söderhamns kommun. Livskraft som är det övergripande projektet och är finansierat av Arvsfonden. Det projektet ägs av SUIF. Målsättningen är att öka utbudet av aktiviteter för äldre, invandrare och funktionsnedsatta.

De två första delprojekten är nu klara och utvärdering genomfördes den 24 nov med 15 deltagare. Resultatet ser ni på nästa sida. En pröva på verksamhet pågår fram till Jul i Tennishallen. Där bjuds på Padel, Tennis, och Badminton. 15-16 personer prövar på dessa aktiviteter på måndagarna.

Bordtennis för inyanlända har startat upp på fredagkvällar. Flera aktiviteter planeras nu före jul, med start i Jan-febr.

Kurser för våra medlemsföreningar

På kurssidan förbereder vi nu en kurs för föreningar i digital hantering. Den kommer att innefatta bl.a Digital marknadsföring med Facebook och Instagram. GDPR-regler för föreningar, medlemsregistrering m.m

Till att börja med blir det en halvdagskurs, med möjligheter till en fördjupning om föreningarna så vill.

Kursen kommer att hållas i Studieförbundets lokaler, Källgatan 9.

Nybörjaraktiviteter

Vi har startat flera prova på aktiviteter. Som nämnts ovan i Padel, Badminton och Tennis. Vi har också tid för Nybörjare i Pingis kl 1300 på torsdagar i pingishallen. För nyanlända fredagar kl 1800 i pingishallen. Det finns även möjligheter att hoppa in i Vattengymnastik-grupperna, Boule och Bowling.

Nästa Nyhetsbrev från Livskraft kommer i Jan.

Tills dess

En riktigt God Jul och ett Gott Nytt år!

Lennart A



LUFTEN ÄR FRI

FRILUFTSLIVETS ÅR 2021

Lär känna din kommun!



Motion, Socialt umgänge, Upplevelser. Alla tre sakerna är lika viktiga. Njut av tillvaron, stanna ofta och begrunda var några tips som framkom under utvärderingen.



Någon som leder vandringen behövs. Kan lösas så att man bestämmer gång från gång. Du leder nästa veckas vandring....



Finns det resurser kan experter bjudas in. På bilden berättar Elise Hovanta om Fornborgen i Segersta.

Den 27 okt avslutades Lär känna din kommun, med vandring i Siviksområdet. Det var den 20:e och sista vandringen. Tanken från början var att man skulle starta i slutet på april och vandra fram till midsommar och därefter göra uppehåll över sommaren. Pandemin gjorde dock att starten först kunde ske den 9 juni. Däför blev det 20 veckor i sträck.

Den 24 nov höll vi utvärderingen av projektet. 15 st deltog. Först tittade vi igenom var vandringarna varit, med sporadiska kommentarer till. Det visade sig att en person varit med om 19 vandringar. Geomsnittet har varit 12 st. Utvärderingen började med att deltagarna delades upp i 4 grupper som diskuterade kring ett antal frågor. Därefter blev det storgrupp och redovisning. Här följer synpunkterna som kom fram.

Finns det behov av organiserade vandringar?

Här var grupperna samstämmiga. Många vandrar dagligen, men behovet att träffas, besöka nya områden och upplevelser, blir inte av om inte det finns en organisation bakom. Vandringarna i projektet har haft pensionärer som målgrupp, eftersom det skett på vardagar och under dagtid. För att nå ungdomar och familjer så gäller helger.

Vilken organisation skulle kunna vara huvudman?

Ett förslag är att flera organisationer delar på ansvaret, t.ex Natuskyddsföreningen, Hembygdsföreningar, Kust och Skärgårdsföreningen m.fl. Huvudman skulle Studieförbundet, Friluftsförbundet eller Livskraft om intresse finns att bygga vidare på projektet. En hemsida där vandringarna utannonseras är viktig. Bokning är en fördel för den som skall leda, men inte nödvändigt. Kan fungera ändå. Olika system diskuterades, Whats up, SMS. E-post. Facebook. Alla fungerar, bara att besluta.

Lämpliga dagar, samlingsplats m.m.

Onsdagar har fungerat bra under detta projekt. Samlingsplats någonstans där det finns lämplig parkering. Fiskaremuséet har fungerat bra. Deltagarna behöver veta var vandringen skall ske, så att de som bor i närheten kan åka direkt. Under projektet har detta fungerat bra. Samling 0830 på plats för samäkning, kl, 0900 på vandringen utgångsplats. En grupp föreslog senare start på dagen.

Finansiering

Det som kostar är marknadsföring och ev. kostnader för hemsida och bokningsprogram. Den kostnaden kan föreningarna del på om inte något Studieförbundet eller förening använder sina plattformar för information. Vid transporter ut har gällt att medåkande har betalt en "tjuga" som ersättning till chauffören.

Hur går vi vidare?

Det behövs ett möte till med de organisationer som arrangerar vandringar, Hembygdsföreningar, Natuskyddsföreningen, Friluftsförbundet? Kyrkan? Studieförbundet.

På dagordning: Vilka vandringar och utflykter planeras under 2022. Gemensam marknadsföring? Vem tillhåller en hemsida? Lennart åtager sig att inbjuda till en sådan träff i samarbete med Studieförbundet, någon gång i jan-febr.

Sammanställt av Lennart Andersson

Fisket i Söderhamns Skärgård 401 år

På grund av pandemin blev 400-årsjubileet i Söderhamn inställt. Vi sökte pengar för att utföra det vi planerat för 2020-2021 istället.

Föreläsning "Fisket utanför stadsgränsen"

med Roger Bergström.

En beskrivning av fisket som en bisyssla till jord och skogsbruket i Norrala kommun, före sammanslagningen med Söderhamns stad. I Skärså.

På grund av pandemin flyttat till den 19 sept istället som var planerat i Aprilkl 1500

50 personer deltog.

Österdagarna 6-7-8 juli

8 gamla tavlor förstoras och sätts upp där bilden är tagen. Jämförelse med dagens situation. Nyheter Repslageri och stenhuggeriverksamheten visas där den fanns. 8 juli enbart Hantverksdag, där fiskarnas verktyg och hantverk visas.

C:a 50 besökare varje dag.

Storjungfrun 11 juli

På grund av pandemireglerna var fyren stängd, en historisk vandring och utomhusgudstjänst blev det istället. Endast 1 dag, den 11 juli på grund av pandemin

18 st deltog

Skärgårdsvandring Stålnäset 23 juni

En vandring som visar på minnen från Istiden och fiskeplatser från medeltiden. En lunchpaus på Stålnäs fiskeläge där bilder från förr visas av fisket och livet på ön.

18 st var med på vandringen

Hantverksdag i Skärså 14 aug

En rundvandring i Skärså där olika hantverk som användes i en fiskarefamilj. Nätlagning, växtfärgning, spinning, rökning av fisk, sotare och surströmming, m.m

C:a 80 personer besökte hantverksdagen

Alla arrangemang har genomförts. Dock har det märkts att pandemin satt sina spår. Det har varit betydligt mindre besöksantal än liknande arrangemang tidigare år. Utvärdering har skett och smärre justeringar kommer att ske på de flesta aktiviteterna.

Lennart Andersson



2020 och 2021 har varit de digitala mötenas år. Skall det bli så i fortsättningen måntro? Ett är klart vi behöver utbildning.



Två hantverksdagar ordnades under 2021, en i Skärså och den andra under Österdagarna. Båda mycket uppskattade. Växtfärgning, repslagning och tunnbindning var några av uppslagen.



Den årliga turen till Storjungfrun samlade inte lika mycket folk denna gång, mycket beroende på att fyren inte kunde hållas öppen på grund av pandemireglerna. En kulturvandring med Anders Burman som guide var mycket uppskattad.



Österdagarnas två ledande figurer, har varit ett stående inslag i guidningen av Fiskarestan Öster i 8 år. Förnyelse av den populära vandringen diskuteras. Uppslag tas tacksamt emot.

Deltagande föreningar



Naturskyddsföreningen



Helsingeslöjd

Horråla Hembygdsförening



Söderhamns
Kust & Skärgårdsförening

Parkinson
lokalförening
Alfta/Edsbyn/
Bollnäs/
Söderhamn.



Söderhamn
BORDTENNIS



NEURO
Södra Hälsingland



SÖDERHAMNS OK

Vi tackar alla våra bidragsgivare för stöd:



MED
STÖD
FRÅN

ALLMÄNNA
ARVSFONDEN



Gävleborg



RIKSIDROTTSFÖRBUNDET

LUFTEN ÄR FRI
FRILUFTSLIVETS ÅR 2021



Söderhamns
kommun

Studie
främjandet