2026

ÅKERSBERGA SIMSÄLLSKAP

Verksamhetsplan 2026

ÅKERSBERGA SIMSÄLLSKAP

EN IDEELL SIMFÖRENING SOM BILDADES I FEBRUARI 1974.

Inledning

Denna verksamhetsplan ska ge en snabb överblick över Åkersberga Simsällskaps verksamhet och organisation samt de aktiviteter och mål som vi har satt upp för verksamhetsår 2026.

Vår vision och värdegrund

Åkersberga simsällskaps värdegrund: Alla vill simma med oss.

Lika värde: Vi jobbar för lika värde oavsett kön, etnicitet, sexuell läggning, ålder, funktionsskillnader eller religiös tillhörighet.

Glädje, kamratskap, trygghet och delaktighet: Vi jobbar för att medlemmarna skall känna glädje, trygghet och tillhörighet. Medlemmarna skall trivas i verksamheten, känna sig delaktiga i sitt idrottande samt få vara med och påverka sin träning och utveckling.

Livslångt hälsofrämjande: Vi arbetar för att skapa förutsättningar för ett balanserat och hälsosamt idrottande för alla medlemmar.

Utvecklande: Vi skapar rätt förutsättningar för att utveckla medlemmarna i enlighet med deras förmåga, vilja och ambition.

Mål och aktiviteter

ÅSS har fortsatt under en längre period haft stora utmaningar att få fler föräldrar att engagera sig i verksamheten. Vi kommer under året prioritera att arbeta vidare med att på olika sätt få fler föräldrar att engagera sig i olika roller i föreningen.

Fokusområden kommer vara:

- Kansliet
- Tävlingsadministration och IT
- Rekrytera fler föräldrar till att bli tränare och finna föräldrar som kan hålla i landträningen i Multiarenans gym och för lättare motionsövningar med rörelse och core-träning i Söra simhall.
- Rekrytera fler till att bli funktionärer.
- Rekrytera en grupp föräldrar till planering av läger och tävlingar.
- Engagera fler föräldrar till stödgruppen med punktinsatser vid tävling.

Föreningens ekonomi har genom ett omfattande arbete förbättrats och vi kommer under 2026 ha möjlighet att ekonomiskt arbeta vidare med att utveckla simverksamheten med aktiviteter som stärker våra simmares utveckling. Vi kommer även planera in fler sociala aktiviteter, både för föreningen i stort, och även aktiviteter som stärker gruppernas sammanhållning.

Arbetet mot doping kommer att fortsätta under 2026 med fler föreläsningar. Alla tävlande simmare, tränare, ledare och funktionärer ska ha information om vad som räknas som doping

ÅSS
ÅKERSBERGA SIMSÄLLSKAP

genom att deltagit i en av föreningen arrangerad Antidopingföreläsning och/eller genomfört e-utbildningen Ren vinnare.

Föreningen kommer fortsätta arbetet med att alla i föreningen ska känna till och följa ÅSS värdegrund. Vi kommer att tillsammans med RF-SISU genomföra värdegrundhöjande aktiviteter med värdegrundsveckor, värdegrundsinformation på våra KM samt uppmuntra sociala aktiviteter i simverksamheten för att stärka gemenskapen.

Under året kommer löpande uppföljningar att göras för att säkerställa efterlevnaden av vår policy och processer samt säkerställa att de beslut som tagits efterlevs. I arbetet kommer det ingå att följa upp närvarorapportering i SportAdmin på träningar och tävlingar då närvarorapporteringen är direkt kopplat till LOK-stödet och kommunala aktivitetsstödet.

Under året behöver samarbetet med kommunen stärkas. De punkter som prioriteras är:

- Påverka kommande avtalsperiod med Medley för att ge oss en mer flexibel användning av faciliteterna, kantbanor, undervisningsbassäng, m.m.

- Arbeta för att simhallens underhåll utförs kontinuerligt och ta fram underlag för förbättringsåtgärder.

- Österåkers kommun har tagit beslut om byggnation av en ny simhall. Vi arbetar vidare med att få vara delaktiga i simhallens planering och ta fram ett underlag med ÅSS önskemål. Vi har även hjälp från distriktet med underlag och erfarenheter hur en ny simhall bör utformas för att fungera för en simverksamhet samt vilka krav som ställs på en simhall vid tävlingar enligt Svenska Simförbundet och internationella regelverk.

Vi kommer under 2026 arbeta vidare med ÅSS Strategi i samarbete med Stockholm Sim och RF- SISU för att säkerställa att vi arbetar mot gemensamma mål och utveckla vår verksamhet i enlighet med Svensk Simidrott nya strategi.

Styrelsen

Styrelsen kommer arbeta för att nya ledamöter kommer in och bemannar de olika rollerna. Rollbeskrivningar kommer skapas och uppdateras för att göra det lättare för kommande ledamöter att komma in i styrelsearbetet.

Under året kommer bemanningen ses över i hela simverksamheten och tillse att där genomförs aktiviteter för en trygg och säkert idrott samt att verksamhetens aktiviteter håller god kvalitet. För att nå de målen kommer vi under året genomföra en till två tränar- och ledarkonferenser med en värdegrundsföreläsning och workshop med tyngdpunkt på föreningens vision och värdegrund.

Administration och IT

Under 2026 säkerställa att föreningen har en självgående kanslitjänst som stödjer och kontinuerligt följer upp hela ÅSS årshjul och administrativt driver på alla aktiviteter inom träning, tävling. medlemsadministration, LOK-stöd, kommunalt aktivitetsbidrag, tävling, hemsida, IT, förbundskontakter mm.

Aktiviteter:

- Överlämning av årshjulet och alla dess aktiviteter kopplade till roller.
- Ta fram rollbeskrivningar och rutinbeskrivningar.
- Utreda hur vi ska hantera medlemmar i föreningen som har skyddad identitet, med tanke på dataintrånget som drabbade SportAdmin.

Simverksamhet

Vår målsättning är att ge barn och ungdomar en trygg, utvecklande och inspirerande simning där de kan förbättra sina färdigheter, bygga upp självförtroende och utveckla ett livslångt tycke för simningen. Vår vision är att utveckla simmare på ett långsiktigt och hållbart sätt, oavsett om målet är motionssimning eller tävlingssimning. Vi vill att varje simmare ska känna glädje, gemenskap och motivation att förbättras. Vi ska ge tränare och ledare rätt förutsättningar genom utbildning, handledning, gott samarbete och en stark gemenskap.

ÅSS arbetar fortsatt för att fler barn och ungdomar vill ansluta sig till klubben. Vi arbetar för att träningen ska vara rolig och givande samt att de aktiva simmarna upplever en stark gemenskap med träningskompisar och tränare. Glädje, sammanhållning och gemenskap medverkar till att de aktiva stannar kvar i klubben, erhåller en träningsvana och får förutsättningar för en stark fysisk och psykisk hälsa.

Punkter att fokusera på:

- Att öka känslan av delaktighet, genom att kontinuerligt följa upp och lyssna in aktiva simmare, tränare och föräldrar, både genom dialog och i enkätform.
- Att utveckla och stärka vår ungdomsverksamhet.
- Att öka samarbetet med andra klubbar och tränare inom regionen.
- Att fortsätta arbetet med att inspirera och motivera fler barn och ungdomar att börja simma.

Träningsupplägg

Träningen anpassas efter ålder och kunskapsnivå och bygger på följande grundprinciper:

Teknikträning

- Fokus på att tidigt träna in rätt simteknik i frisim, ryggsim, bröstsim och fjärilssim. Introducera fjärilsim redan vid start.
- Tidigt fokus på start- och vändningsteknik inklusive streamline och undervattensarbete.
- Individuell feedback för att utveckla varje simmares teknik.

Fysisk träning

- Vid rätt nivå lägga fokus på uthållighetsträning för att öka kondition och simkapacitet.
- Styrke- och rörlighetsträning anpassad till simidrottens krav.
- Skadeförebyggande övningar, inklusive landträning och stretching.

Mentalt fokus

- Vid rätt nivå erbjuda introduktion till målsättning och självreflektion.
- Hantering av tävlingsnerver och press i samband med prestationer. Tidigt erbjuda mer lekinspirerade ”tävlingsmoment”, likande tidtagning på träning och Utmanartävling.
- Skapa förutsättningar för en positiv inställning till träning och tävling.

Tävling- och Utvecklingsplan

För de simmare som vill tävla kommer ÅSS erbjuda tävlingar utifrån ålder och nivå. Fokus kommer att ligga på att ge simmarna:

- Erfarenhet av tävlingssituationer på ett tryggt och motiverande sätt.
- Individuella målsättningar för varje tävling.
- Lärdom om hur man analyserar sina lopp och utvecklas vidare.

ÅSS arbetar för att bibehålla en hög kvalitet under träningspass, med en möjlighet för varierande och individanpassade träningsupplägg.

ÅSS planerar och verkar för fler utbildade tränare på alla nivåer.

Aktiviteter:

- Ta fram en handlingsplan för att få aktiva simmare att stanna kvar i ÅSS och även att fler vill fortsätta simma långsiktigt för motion och hälsa.
- Utbildning: Erbjuda grundutbildning tränare (till både vuxna- och blivande unga tränare) samt erbjuda vidareutbildning inom simning för grundutbildade tränare utifrån ÅSS behov. Önskemål finna att även påverka simförbundet att erbjuda tränarutbildningar inriktade på teknikutlärning tidigare i utbildningsprogrammen för tränare.
- Fysträning: Skapa möjlighet för grupperna röd och svart att ha landträning minst en till två dagar per vecka. Landträningen kan ledas av en tränare/förälder som inte normalt står på kanten. Övriga grupper uppmuntras att lägga in landträningen 15-30 minuter innan simpasset.
- Tävling: ÅSS arbetar för att erbjuda de simmarna som vill möjlighet att tävla. ÅSS arbetar aktivt med utmanaren på alla nivåer.
- Läger: Genomföra läger enligt ÅSS policy för grön grupp och uppåt. Om resurser finns kan även kortare hajläger genomföras under lov.
- Under 2026 kommer vi arbeta aktivt med gruppöverskridande aktiviteter för att stärka gemenskap och sammanhållning.

Föräldraengagemang

Det är viktigt att ÅSS verkar för ett aktivt och väl utbrett föräldraengagemang. Detta för att möjliggöra deltagande på läger och tävling som simmarna önskar och har behov av. Det ansvaret behöver tas av föräldrar som inte är engagerade i styrelse, tränarroller eller annat aktivitetsområde.

Stödfunktioner

Tävlingsgruppen (Planering och tävlingsteknik)

Mål: Vi behöver fokusera på att få tävlingsgruppen bemannad, vi har i dagsläget en person i tävlingsgruppen som sköter planeringen av våra tävlingar. Gruppen behöver bestå av minst tre personer. Vi har kommit en bra bit på väg med nya förmågor men har en bra väg att gå för att få en självgående grupp. Tävlingsgruppen behöver även bemannas med fler som kan hjälpa till med teknik och administration inför och under tävlingar.

Vi fortsätter med fokus på att utbilda funktionärer vid minst två tillfällen i år. Vi kommer precis som föregående år även att erbjuda våra ungdomar att utbilda sig till funktionärer samt vara funktionärer på våra hemmatävlingar när de själva inte tävlar.

Stödgruppsorganisation, som hjälper till med mat och dryck under tävlingar, behöver vara fler. Viktigt att de som anmält sig kontinuerligt kan hjälpa till vid våra tävlingar. Vi vill kunna erbjuda våra och inbjudna klubbars funktionärer välbehövlig energipåfyllning.

Aktiviteter:

- Rekrytera ytterligare föräldrar till tävlingsplaneringsgruppen.
- Engagera fler föräldrar till vårt team som sköter tävlingsteknik och sekretariat på våra tävlingar.
- Ta fram kopplingsschema för startsystem, ljud och bild som visar vad som behöver göras i simhallen för att genomföra tävlingar.
- Säkerställa att vi har föräldrar som kan hjälpa till i stödgruppen.

Lägergruppen

Mål: Lägergruppen är ännu inte bemannad inför kommande lägersäsong. En Lägergrupp leder och genomför planeringen för lägerverksamhet samt vara behjälplig vid tex specifika större tävlingar.

Aktiviteter:

- Bemanna lägergruppen med en representant från varje grupp som berörs av läger.
- Ha en framtagen lägerplan för den årliga lägerverksamheten.

Materielgruppen

Den helt nya klubbkollektionen i samarbete med Klubbhuset i Arninge gör att vi nu har en fungerande shop för våra medlemmar och all hantering med beställningar och fakturering görs av Klubbhuset. Fortsatt samarbete med Vattenbutiken som säljer ÅSS ryggsäcken och som sponsrar klubben.

Mål: Fortsätta att utveckla samarbetet med Klubbhuset och Vattenbutiken,

Aktiviteter:

- Planera för att Vattenbutiken kan medverka vid Medley Cup.

Sponsringsgruppen

Mål: Arbeta vidare och utveckla sponsringsgruppen och verka för goda relationer med lokala företagare. Arbetar för att öka ÅSS intäkter genom sponsring samt jagar sponsorpriser och se över hur klubben kan få in pengar via fler aktiviteter.

Aktiviteter:

- Arbete vidare med fler sponsringsalternativ.

Budgetförslag

Under 2026 ser vi inte någon större ökning från några av våra leverantörer, mer ön en mindre höjning av banhyra på 2%.

Det kommunala bidraget har höjts från 4 till 5 kronor per aktivitet.

Fler hajgrupper och simmare innebär även en ökning av terminsavgifter.

Inför 2026 har vi ökat budgeten för:

- Teknikträning för simmare i guldhaj upp till svart grupp
- Sociala aktiviteter för att öka sammanhållningen inom grupperna, klubben och för att se till att vi följer vår värdegrund
- Forstätta att göra investeringar i vår simutrustning för att kunna stödja simmare till en optimal träning
- Ökad fokus på landträning
- Införa screening för röd och svart grupp. Detta har genomförts tidigare för den svarta gruppen men kommer nu också att göras på den röda gruppen. Detta är för att minska risken för skador för våra tävlingssimmare.

Vi har även för 2026 en budgeterad vinst och vi har en stark kassa. I och med att kommunen har beslutat att bygga en ny simhall i Åkersberga ser vi det som positivt om vi har lite extra kassa när simhallen står klar. En ny simhall kommer med stor sannolikhet att innebära kostnadsökningar för föreningen.

Bilaga 1 Resultaträkning

Intäkter	**2025**	**2026**
Träning och medlemsavgifter	713,823	795,000
Kommunala bidrag	70,528	90,000
LOK-stöd	76,630	83,000
Bingoalliansen Riksettan	19,091	15,000
Nattvandring	29,700	20,000
Sponsring	15,000	15,000
Försäljning av simmössor och kläder	11,838	12,000
Lotteri på tävling	4,170	4,000
Övrigt	5,997	
Totala intäkter	**946,776**	**1,034,000**
Hemma tävlingar intäkter		
Medley	23,590	23,000
Summa hemmatävlingar	**23,590**	
SUMMA RÖRELSENS INTÄKTER	**970,366**	**1,057,000**
Simträningskostnader		
Banhyra	- 204,680	- 212,049
Landträning	- 4,830	- 22,000
Screening		- 15,000
Ungdomstränararvode	- 70,366	- 80,000
Medlemsskap Simförbund etc	- 8,916	- 9,000
Simutrustning och övrigt	- 33,304	- 40,000
Tshirts och träningskläder till ledare	- 35,487	- 20,000
Teknikträning simverksamhet	- 6,500	- 45,000
Totalt simträningskostnader	**- 364,083**	**- 443,049**
Tävlingskostnader bortatävlingar		
Licensavgifter	- 18,750	- 17,400
Startavgifter	- 40,255	- 40,000
Filbyte	- 28,337	- 25,000
Barracuda	- 35,284	- 35,000
SM-kostnader	- 9,030	- 10,000
Totalt tävlingskostnader	**- 131,656**	**- 127,400**
Tävlingskostnader hemmatävlingar		
Materialhyra IC-control	- 15,313	- 16,000
Kostnader mat & dryck hemmatävlingar	- 107	- 500
Hyra Medley hemma tävling	- 4,015	- 4,500
KM	- 12,435	- 15,000
Medaljer	- 12,249	- 15,000
Totalt hemmatävlingar	**- 44,119**	**- 51,000**
Lägerkostnad		
Sverigeläger	- 39,539	
Utlandsläger	- 81,023	
Läger		- 115,000
Totalt läger	**- 120,562**	**- 115,000**
Interna tränarmöten och utbildningar		
Interna möten - tränare möten	- 773	- 1,500
Utbildning funktionärer	- 2,440	- 2,500
Utbildning instruktör	- 25,700	- 25,000
Avslutning och gruppaktiviteter	- 7,271	- 45,000
Totalt utbildning och aktiviteter	**- 36,184**	**- 74,000**
Admin kostnader		
Företagsförsäkringar	- 2,494	- 1,500
SportAdmin	- 15,850	- 22,000
Redovisningstjänster	- 5,728	- 5,000
Förbrukningsinventarier	- 5,730	- 5,000
Bankkostnader	- 4,378	- 5,000
Övrigt	- 383	- 2,000
Totalt admin	**- 34,563**	**- 40,500**
Totala kostnader	**- 731,166**	
RÄNTEINTEKTÄR OCH KOSTNDER		
Ränteintäkt	4	
	4	
Avskrivningar		
Avskrivningar på inventarier och verktyg	- 21,288	- 21,888
Summa avskrivningar	**- 21,288**	
RÖRELSERESULTAT	**217,916**	**184,163**

ÅSS
ÅKERSBERGA SIMSÄLLSKAP