



Uddevalla Sims Medlemsbrev

1 : 2025



Ordförande har ordet

Hej alla medlemmar,

I mars hade föreningen sitt årsmöte. Jag vill rikta ett stort tack till alla som hjälpte till att arrangera, planera och genomföra mötet. Stort tack även till Krog & Co som ordnade god mat och ett kluringt quiz efter maten. Det har aldrig tidigare varit så många deltagare på årsmötet och det är vi såklart oerhört glad för. Jag vill rikta ett tack till alla er som har engagerat er i styrelsearbetet men i år valde att lämna era uppdrag. Samtidigt vill jag välkomna er som valt att engagera er i styrelsen och tar vid detta arbete kommande period.

En stor del av vårterminen har redan passerat och det har varit en vår med full fart på alla håll i verksamheten, i allt från babysim och simskola till teknikgrupper, simhoppsskoj och tävlingsim. Vi är glada för att vi kunnat bredda vår verksamhet med ytterligare grupper för vuxna samt simhopp för ungdomar och att vi fortsatt kan erbjuda simning för våra ungdomar med särskilda behov. Vi ser också att fler av er väljer att engagera sig ideellt och t ex ställer upp som volontärer/funktionärer på tävlingar. Det är er tid och ert engagemang som gör föreningslivet möjligt.

Snart är det dags för Uddevalla Sim att för andra året öppna Landbadet för säsongen. Planeringen inför detta är i startgroparna och vi ser fram emot ännu en sommar på badet. Vi kommer jobba vidare för att göra Landbadet till en attraktiv och trygg plats för alla som vill besöka badet under sommaren.

Till sist vill jag berätta att vi kommer anordna simningens dag den 17 juni. Vi kommer hålla till på Landbadet och hoppas att så många simmare och föräldrar som möjligt kan komma och umgås. Inbjudan med mer information kommer inom kort men planera in det i era kalendrar redan nu.

Önskar alla en fortsatt fin vår!

Vänligen
Catharina
Ordförande Uddevalla Sim

Medlemsundersökning

Uddevalla Sim deltog i Svensk Simidrotts medlemsundersökning

Som en del i Svensk Simidrotts kvalitetsunderarbete deltog Uddevalla Sim i en medlemsundersökning under november-december 2024. Vi vill nu dela med oss av resultatet från undersökningen.

Uddevalla Sim fick totalt 98 svar i undersökningen. Stort tack till er som tog er tid att svara. Det är värdefullt med era synpunkter så vi kan jobba för att bli bättre. Av er som svarat är drygt 80 procent föräldrar till barn som är medlemmar. Undersökningen visar att av de som svarat är den viktigaste faktorn för att vara medlem ledarens kompetens och pedagogiska förmåga, bemötande och lektions-/träningstider.

Mycket av det som framkommit i enkäten går att härleda till kommunikation. Kommunikation är ett ständigt pågående arbete som vi i styrelsen och verksamheten prioriterar och kommer fortsätta med. Åtgärder som vi ständigt arbetar med är att tydligare och mer frekvent skicka uppdateringar om verksamheten via e-post, sociala medier och föreningens webbplats. Vi önskar att involvera medlemmarna i detta arbetet för att stärka engagemanget och förbättra föreningens verksamhet. Här är några exempel på hur vi arbetar för att nå detta mål:

1. Arbetsgrupper: vi har idag arbetsgrupper för specifika områden, såsom tävlingar och försäljning där medlemmarna kan bidra med sina idéer och kunskap. Vi arbetar också aktivt för att erbjuda medlemmar möjlighet att engagera sig genom volontärarbete vid ex tävlingar. Vi är alltid öppna för fler förslag på fler arbetsområden där medlemmar kan bidra.
2. Enkäter och undersökningar: Fortsätt att genomföra medlemsundersökningar och enkäter för att samla in feedback och förslag på förbättringar. Dessa kan ske riktad till utvalda grupper/ målgrupper.
3. Dialog/tillgänglighet: Uppmuntra en öppen dialog genom att styrelse och ledare är tillgängliga för frågor via mail och fysiskt. "

MVH

Styrelsen Uddevalla Sim

Väkommen Julia!

Den 1 januari började Julia Nyqvist som tränare hos oss i Uddevalla Sim. Julia kommer närmast från MASS där hon arbetade som tränare. Vi har ställt lite frågor till Julia.



Nu har du arbetat några månader hur trivs du?

Jag trivs superbra! Alla kollegor, simmare och föräldrar har varit välkomnande från dag ett.

Delge dig av ditt bästa simmarminne

Mitt bästa simmarminne är springet Meeting i Tyskland. Det var alltid roligare resor och man lärde känna nya simmare varje år.

Ditt bästa tips inför framtiden

Mitt bästa tips för framtiden är att inte vara rädd för att misslyckas. Man kan lära sig väldigt mycket av det. "Det är okej att misslyckas, men det är inte okej att ge upp för att man är rädd för att misslyckas"

5 snabba

Ris eller pasta

Morgon eller kväll

Fredagsmys eller lördagfys

Sprint eller distans

Film eller serie

Årsmöte 2025

**Uddevalla Sim årsmöte hölls fredagen
den 7 mars på Krog o Co.
Efteråt bjöds det på mat, Quiz och en
härlig kväll tillsammans.**



Årsmötet inledes med sedvanlig årsstämma där bland annat verksamhetsberättelse för det senaste verksamhetsåret gicks igenom. Styrelsens förvaltningsberättelse (balans- och resultaträkning) för det senaste räkenskapsåret. Fastställande av verksamhetsplan samt behandling av budget för det kommande verksamhets-/räkenskapsåret. Val av styrelse för kommande år genomfördes och så beslutades om ansvarsfrihet till sittande styrelse under 2024. Adam pratade om vad som händer under 2025 sedan pratade vår huvudtränare Ivan om sin karriär. Ivan har bland annat simmar OS, VM och EM. Under årsmötet delades tre priser ut till personer som gjort det där lilla extra under 2024.

Årets Ideella Kraft: Stina Lisstorp

Årets Ledare: Petter Lundberg

Årets Simmare: Matilda Wassblad

Efter årsmötet och inspirations föreläsning så väntade en härlig buffé följt av efterrätt som bestod av kladdkaka och kaffe. När alla magar var fullproppade så väntade ett Quiz.



Presentation nya styrelsemedlemmar

Namn: Mirela Sajdovic

Roll i styrelsen: Kassör

Anknytning i föreningen: 2 barn som simmar i D och C grupp

Vad är ditt bästa simmar minne?:

Sum Sim 2024 i Uddevalla där vi hade stor tävling, alla som köpt kaffe/ fika eller toast från oss denna helgen, kom och tackade oss för bra organisation och bra fika. Det värmer i hjärtat att man kunde bidra så Uddevalla Sim fick bra beröm av besökarna, tävlande klubbar och alla som var där denna helgen.

Varför engagerar du dig ideellt i styrelsen?

Tycker att alla föräldrar ska hjälpa till för att kunna bidra i Usims framtida utvecklingen. Jag sitter i några styrelse som ledamot på mitt jobb och jag tycker jag kan hjälpa föreningen med min kompetens. Vi är alla olika från olika brancher och tycker att detta kan hjälpa till med kontakter osv för föreningens utveckling och på så sätt stärker vi föreningens framtid.

Namn: Susanne Waenerlund

Roll i styrelsen: Suppleant

Anknytning till föreningen: Jag har två barn som simmar i D- och B-grupperna. De började i simskolan och har sedan dess fortsatt sin simning utan att lämna sporten.

Mitt bästa simmarminne:

Det har varit oerhört inspirerande att se hur simmarna stöttar och peppar varandra, oavsett om resultaten är bra eller dåliga på tävlingarna.

Varför jag engagerar mig i styrelsen:

Det känns roligt att vara aktiv i barnens fritidsintresse och samtidigt få en djupare förståelse för både simidrotten och föreningens arbete.

Namn: Jenny Öhman

Roll i styrelsen: Ledamot

Anknytning i föreningen: Jag har tre döttrar som är simmar i Uddevalla Sim

Vad är ditt bästa simmarminne: Jag har så många fina och roliga minnen; det är helt omöjligt att välja ett. Och det bästa är, det kommer fler!

Varför engagerar du dig ideellt i styrelsen: Jag tycker att föreningsliv är otroligt viktigt och givande. Det är också både roligt och inspirerande att engagera sig i något som ger mina barn så mycket.

Namn: Rickard Magnusson

Roll i styrelsen: Ledamot

Anknytning i föreningen: Mina två döttrar Alva och Ella simmar i föreningen. Själv är jag utbildad tävlingsfunktionär

Vad är ditt bästa simmarminne: Mitt bästa simmar minne är när Alva skulle åka på sitt första läger, hon är lite spänd och nervös och har packat själv, madrass, kudde, kläder osv.

När dom ska börja simma kommer hon på att hon glömt simmväskan hemma.

Varje gång vi ska iväg på tävlingar nu så får hon höra

" Har du med simmväskan "

Varför engagerar du dig ideellt i styrelsen: Att engagera sig i styrelsen var rätt naturligt för mig. Tjejerna har ju simmat sen dom var små, så det kändes bra att kunna vara med och utveckla föreningen vidare till kommande generationers simmare

Namn: Jonas Lundberg

Roll i styrelsen: Suppleant

Anknytning i föreningen: har barn som simmat i föreningen i många år

Vad är ditt bästa simmar minne? Det får nog vara nog någon av barnens första utmanarsim.

Varför engagerar du dig ideellt i styrelsen? Kul att få vara en del av barnens vardag.



Vän med vatten

Ekonomiskt stöd för en meningsfull fritid.

Ett samarbete mellan Svensk Simidrott och Majblomman

Vi vet hur viktigt det är att alla barn får en meningsfull fritid, men vi vet också att det är många som har svårt att få ekonomin att räcka till träningsavgifter och badkläder. Vi är därför extra stolta över att vi nu kan erbjuda ekonomiskt stöd så att fler barn och ungdomar kan ta del av vår verksamhet.

Utöver att avgiften betalas via Vän med vatten får varje individ ta del av ett simpaket. I paketet med simutrustning ingår en badmössa, simglasögon och badbyxor/baddräkt. Vi erbjuder nu 10 platser i vår verksamhet helt kostnadsfritt.

Kontakta oss på caroline@uddevallasim.se
med följande information:

- ☒ Vilken grupp/nivå önskar ni en plats i (kika på ww.uddevallasim.se för grupprekomendationer)
- ☒ Namn och ålder på barnet/ungdomen

Då skickar vi ut ett intyg som behövs vid handläggningen av ansökan som styrker barnets/barnens situation. Intyget kan skrivas av någon som känner till barnets/barnens situation – exempelvis skolpersonal, en socialsekreterare, föreningsledare, idrottsledare eller kontaktperson i trossamfund.



Sim & Teknikskolan

Vårterminens grupper är precis avslutade och vi tackar Klingglass för att ni är med och sponsrar vår avslutning med glass.

Vi har under våren haft många barn aktiva i simskolan. Vi arbetar hela tiden med saker vi kan förbättra och justera inför nästa termin. Bland annat kommer vi att införa delmål i gruppen sköldpaddan där föräldern kan se hur det går för barnen mot målen för gruppen. Vi har testat detta några terminer i Silver och Guld Pingvin och nu kommer det även i gruppen sköldpaddan.

Vi har även erbjudit vår populära intensivsimskola under sportlovet och påsklovet och kommer under maj månad erbjuda intensivsimskola under två veckor där barnen går tre dagar respektive vecka. Denna bedrivs Under vecka 19 och 20.

Vad händer under sommaren?

Vi kommer erbjuda simskola under tre perioder. Simskolan bedrivs måndag till fredag under två veckor.

Period 1 vecka 24-25 eftermiddag

Period 2 vecka 26-27

Period 3 vecka 28-29

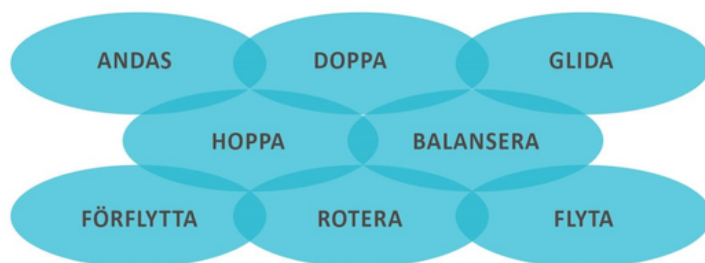
Vecka 30 kommer vi även bedriva simskola på landbadet måndag till fredag

Erbjuder ni privatlektioner för barn? Ja ni kan läsa mer om detta på vår hemsida!

När öppnar höstens anmälan? Preliminärt i mitten av juni

Uddevalla Sim arbetar med Svensk simidrottssimlinje. Att kunna simma är både kul och livsviktigt! Simning är dessutom ett bra sätt att träna kroppen eftersom många muskelgrupper arbetar samtidigt. Simkunnighet är en färskvara som måste förnyas med jämna mellanrum. Ett bra sätt att hålla simkunnigheten vid liv är att årligen ta

Simborgarmärket -simma 200 m på djupt vatten. För att simningen och vattenvanan ska utvecklas optimalt måste man ständigt träna på de 8 moment som ingår i Simningens ABC. Dessa utgör grunden i simningen och är viktiga oavsett nivå. Från babysim till motion- eller elitsimning alla behöver ständigt träna på dessa moment.



Våren 2025

Borås Craft Meet

Massor av personliga rekord, fina simningar, hejarop och pepp i både med och motgång. Ivan slår till med ytterligare ett kval till USM, den här gången på 200 br och Linnea simmar under kvaltiden på 400 fr till SM!! Som avslutning ser vi segrare för bästa prestation under helgen för både Ivan och Isabelle (åldersklass 13-14 år) och i klubbstriden blir vi 2:a bakom hemmaklubben.

US-Cupen/ UDM

UDM och US-cupen 1-2 mars i helgen har det varit fullt ös på Rimnersbadet. På lördagen simrades UDM för simmare födda 2012-2010 och på söndagen var det tävling för alla när vi körde US-cupen. Helgen har bjudit på glada simmare, snabba simningar och massor av hejarop och personliga rekord

Stockholm GP

16 swimmers We went to Stockholm with our 16 GP-qualified swimmers. For most swimmers, this was the first test competition of the year after a big block of training, others had the Borås craft meet before. The main goal for this competition was to see where we are in the preparation phase and to check what needs to be adjusted for the upcoming competition. Swimmers have done great work and made 7 individual finals and managed to win a bronze medal in the 4x100m Medley Mixed relay

Sandaredsimmet

Deltog en mindre truppsimmare från A-gruppen och Sprintgruppen, vi fick se fleras snabba simningar bla kval av Saga till USM.

Sjörövarsim

Här deltog våra simmare i medley samt D-gruppen.

Linköping Water Games

10 simmare deltog, vi fick se flera fina simningar, några urval är Elma slå nya pers på 400frisim och 400medley samt klubbrekord på 200fjäril, Lina simma hem en fin 4e plats på 400 medley.

Kungsbacka Spring Meet

49 simmare intog Kungsbacka under helgen för att simma fort och vi fick se fina simningar. Totalt blev det 208 PB, 8guld, 7silver, 6brons. Vi fick se SM-kval av Axel W, Malin och Happe och fina simningar som resulterade i toppplaceringar i åldersklasserna av Malin (1:a i 17 och äldre), Nanna (3:a i 13-14 år), Molly (3:a i 15-16 år) och Hugo (4:a i 13-14 år) och i klubbstriden blev vi 4:a. Alla simmare har verkligen gjort sitt bästa och visat att hård träning ger resultat!

Bergen Swim Festival

Matilda åkte hem med pers på 100-200-400 frisim där 400 srimmades i A-final och klubbrekord på 800frisim

Swim Open

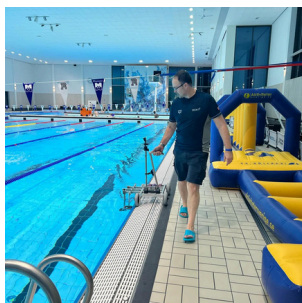
10 swimmers Swim Open this year was a really big competition when it comes to international swimmers, and a great experience for our swimmers to see and race some of the best swimmers in the world. This was our target competition for this part of the season. A big improvement in racing for all swimmers compared to the start of the season. Lina Nielsen managed to swim A final in the 400 medley with her second-best swim ever. Axel Rodin added a new event to his SM and USM list of events by swimming a 400m freestyle on qualifying times. Elma Irewährn managed to confirm her top place currently in Sweden in the age category 15-16 on 200 Fly and 400 Medley. We are now back to training and back to preparation for summer SM and USM competitions.

Läger/aktiviteter under våren

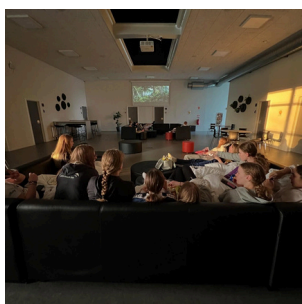
Under våren har SM/JSM gruppen varit på läger. Dem var under v.8 på läger i Malaga. Lägrebjud på mycket träning i långbana (50m bassäng) varvat med aktiviteter utanför träning. Tyvärr drabbades några av simmarna av sjukdom under lägreb.



Samtidigt som lägreb i Malaga så hade A-gruppen och sprintgruppen besök av Johan Setterberg som genomförde teknikanalyser av simmarna.



Under påsklovet var C-gruppen i Brönderslev i Danmark för simning långbana (50m bassäng). Vid sidan av träningen i bassäng så hade simmarna lärtimmar inom bla träning, kost, simförståelse samt roliga aktiviteter som poängjakt.



Egna arrangemang hösten 2025

5-7 september, Save the Date

Den 5-7/9 är det återigen dags för vår hemmatävling Uddevalla Malmsten Open igen. I samband med denna tävling kommer vi stå som värdar för NIU mästerskapen. NIU mästerskapen simmar dagtid under fredagen med start på morgonen och sedan drar Malmsten Open igång på fredag eftermiddag.

Det innebär att simklubben kommer behöva lite extra insatser från dig som förälder, syskon, far- och morförälder etc.

Alla insatser är värdefulla! Om många gör varsin liten bit behöver ingen dra ett jättelass. Dessutom har vi roligt tillsammans under tiden.

Även om ditt eget barn/ungdom inte ska delta på just denna tävlingen är vi alla en del av föreningen. Att arrangera tävlingar är dels en viktig inkomstkälla för föreningen och de ger även våra simmare möjlighet att delta på en simtävling i hemmamiljö, utan kostnad. Överskott från våra egna arrangemang kan t ex användas till bortatävlingar och läger.

Så se till att hålla kalendern fri 5-7/9. Vi återkommer närmare tävlingen med mer information och kallelser.

/Tävlingsgruppen, Uddevalla Sim

**Följ oss på våra
sociala medier!**



/uddevallasim



@uddevallasim2008

Vuxencrawl våren 2025

Vuxengrupp våren 2025

Välkommen till en mixad intensiv crawlkurs som passar de flesta nivåer.- både för dig som gått nybörjarkurs eller fortsättningskurs och vill simma lite till och för dig som vill testa på att simma lite ute i sommar.

Vid varje pass värmer vi upp tillsammans och sedan väljer du bland tre pass; crawlteknik, motionscrawl eller openwater/swimrun träning

. Gruppen kommer simma Tisdag 19:30-20:30 under vecka 19 till tom 24.



Glöm inte ni kan betala med



Uddevalla Sim är vidare till final i @uddevallaenergi Energiutmaningen och nu behöver vi din hjälp! Mellan den 28/4 och den 18/5 kan du rösta på vårt bidrag här:
<https://www.uddevallaenergi.se/.../foreningen-uddevalla-sim>
Sprid vidare till alla ni känner. Varje person kan rösta 3 ggr

Bli Simpolare idag!



Vill du vara en del av föreningen, men kanske inte är intresserad av att träna simning? **Bli Simpolare!**

Simpolare är ett stödmedlemskap där du får vara en del av vår gemenskap. Det kostar 50 kronor per kalenderår, sedan får du alla fördelar som kommer med att vara medlem hos oss. Medlem blir du på vår hemsida!



Dags att inleda ett samarbete?

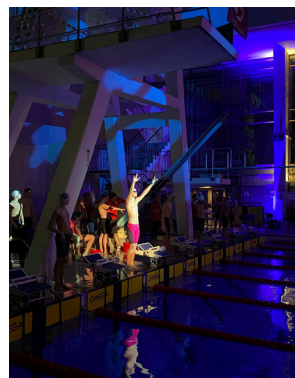
Våra samarbetspartners ligger oss nära hjärtat, det är tillsammans med dem vi bedriver vårt viktiga arbete.

Inte nog med att vi varje år har drygt hundra simmare i någon av våra fem träningsgrupper, tillsammans med dem skapas dessutom en fantastisk gemenskap. Att ge ungdomarna ett meningsfullt sammanhang är något vi aktivt arbetar med. Detta arbete kan ni också bidra till!

Vad får våra samarbetspartners?

I gengäld får ni exponering för våra drygt 1400 medlemmar, föräldrar och vid tävlingar. Ni kommer synas på vår hemsida, våra sociala medier, på de kläder som används vid tävling eller en skylt i simhallen.

Låter det intressant? Kontakta då vår verksamhetsansvarige!



Tack till våra
guldpartners!

Kontaktperson

Adam Schön,
verksamhetsansvarig



0768-400423



adam@uddevallasim.se



SÖRBYGDENS BUSS

