

# Verksamhetsplan 2016

**Idrottsmedicin Stockholms** verksamhet är bred och riktar sig till alla med intresse och engagemang för idrottsmedicinska frågor.

**Årsmöte:** Den 14 mars kommer årsmötet att hållas på Karolinska Institutet.

**Styrelsen:** Inför verksamhetsåret 2016 planerar samtliga styrelsemedlemmar att sitta kvar vid sina poster.

**Ekonomi:** Ekonomin i styrelsen är fortfarande mycket god. Medlemsavgiften kommer därför att vara oförändrad dvs 175 kr.

**Hemsida/kommunikation:** Kommunikationen med våra medlemmar sker elektroniskt för att för att värna om miljön. Vi har en hemsida [www.idrottsmedicinstockholm.se](http://www.idrottsmedicinstockholm.se) samt en Facebook-grupp "Idrottsmedicin Stockholm", där vi uppdaterar när saker är på gång inom vår förening. Det finns fortsatta behov av att arbeta vidare med dessa forum under 2016. Vi håller för närvarande uppdatera vår hemsida.

**Möten:** Styrelsen avser att ha styrelsemöten antingen fysiska eller via telefonen varje månad.

**Planerade aktiviteter:** Vi har i januari 2016 frågat våra medlemmar på Facebook vad de är intresserade av för kurser och föreläsningar. En medlem önskade en kurs om fotbollsrehab eller en föreläsning av Rickard Dahan som arbetar på Kulan Idrottskadecentrum samt som sjukgymnast åt herrlandslaget i fotboll. En annan medlem önskade en föreläsning som SFAIM skall hålla i april som redan är fullbokad. Den kursen heter om "Advanced rehab for lower extremity" och hålls av Enda King. Enda är sjukgymnast och har bland annat arbetat med elitidrottare på Irland och i Australien. Vi i styrelsen kommer att arbeta vidare med dessa förslag. Vi har också haft andra förslag på agendan såsom tejsföreläsning, styrketräning för löpare, ultraljudsföreläsning, eller varför inte en föreläsning av Joanne Elphinston eller David Feldhendler som är en duktig kliniker och föreläsare inom nervområdet.

Styrelsen kommer i år att satsa på några stycken kvällsföreläsningar eftersom vi sett att de varit populära inslag för våra medlemmar. Eventuellt någon utbildning eller workshop står även i pipelinen.

Årets händelse inom Idrottsmedicin är det idrottsmedicinska vårmötet som i år äger rum 19-21 maj i Karlstad. Idrottsmedicin Värmland arrangerar mötet tillsammans med Svensk Förening för Fysisk Aktivitet och Idrottsmedicin samt Klarälvskliniken. Temat för årets möte är "Friska fötter för oss framåt". Idrottsmedicinska föreningen i Stockholm kommer att finnas på plats.

## **Prioriterade områden:**

Kvällsföreläsningar med idrottsmedicinskt inriktning.

Vidare arbete med vår hemsida.

För styrelsen  
Monica Wulff  
2016-01-29