



# Årsplan 2023

Hva som faktisk blir arrangert i 2023 avhenger av å få nye styremedlemmer og frivillige til å organisere turer og aktiviteter. Følg med på [cp.no](http://cp.no) og på vår Facebookside for helt oppdatert kalender.

## **Planer for 2023** (betinget av frivillig innsats)

**Svømmekurs og vanntilbud** – går sin gang, 3 timer hver lørdag på Haukåsen skole. Vi har kvalifiserte instruktører fra Lambertseter Svømmeklubb som gir tilpasset svømmeundervisning til barn, ungdommer og voksne. Samarbeidet har som mål å skape bedre svømmeferdigheter, økt fysisk aktivitet og få opp rekrutteringsgrunnlaget for parasvømming i lokale svømmeklubber i Oslo og Akershus. Og det er også en hyggelig sosial arena.

**CP-klubben** – Gjennomfører ulike aktiviteter ca en gang i måneden for ungdom mellom 13 og 20 år. Årets første aktivitet var lasergames på Megazone og mat og drikke på Oslo streetfood 19 januar. Aktivitetene annonseres på Facebook og på CP.no

## **Familiehelg i Langesund** 9.-11. juni 2023

**Tur til Dyreparken** Vi har booket opphold 8.-10. september, med overnatting i Abrahavn. Det blir inngang til Dyreparken og

Badeland samt morgenvandring med dyrepassere og frokost og tokt med sjørøvere. Ettersom denne turen arrangeres av en som går ut av styret, vil turen avhenge av at noen andre frivillige melder seg, enten til styre, eller arrangementskomité til turen. Hvis ingen melder seg, og styret mener det ikke er økonomisk forsvarlig å gjennomføre, blir turen sannsynligvis avlyst.

**Treff for voksne med lett grad av CP** – I forbindelse med at CP-foreningen nasjonalt har etablert et nettverk for voksne med lett grad av CP, så har vi også startet opp et lokalt tilbud.

Høsten 2022 ble det arrangert tre treff, og tilbudet fortsetter også i 2023. CP-foreningen sentralt tar sikte på å arrangere både aktiviteter og temamøter med innledere.

**Sabeltanngym** Flere har etterlyst Sabeltanngym, som var et supert tilbud for barn opp til 10 år. Men de siste årene er det ikke noen av foreldrene som har ønsket å ta ansvar for gjennomføringen, til tross for at vi hadde midler, sted og instruktører. Dermed har vi mistet instruktørene som vi hadde lært opp, og vi har også måttet si opp leie-kontrakten med Haslehallen. Imidlertid har vi gymleker på lager, og tilbudet vil kunne startes opp igjen, dersom noen foreldre tar på seg ansvaret.