

# DANSFABRIKEN



## VILKA ÄR VI?

Föreningen Dansfabriken Ängelholm grundades tidigt 90-tal och är en ideell förening som tillhör Riksidrottsförbundet och specialförbund Svenska Gymnastikförbundet. Här undervisar drygt **50 ledare** för att erbjuda dansglädje i olika stilar till våra **1000+** aktiva medlemmar från 2 år till senior!

## GÖRA SKILLNAD!

Här finns 70 kurser från nybörjare till avancerad i allt från balett till break dance. Två av kurserna riktar sig särskilt till personer som har en funktionsnedsättning. Vi bedriver en icke-tävlingsverksamhet där vårt fokus istället ligger på att bygga föreställningar med starka teman som våra medlemmar är med och skapar.

Föreningen önskar skapa engagemang och ta tillvara på den kreativitet och kraft som finns i våra unga - de vill vara med och göra skillnad!



“

Föreningar bygger på goda ledarförebilder. Vi behöver lägga omtanke och energi på våra barn & ungdomar om vi önskar att de ska bära dessa fantastiska ideella föreningsplattformar vidare.

Verksamhetschef  
Sofie Hofvendahl



## 80-90 % KVINNOR

80-90% av våra aktiva är kvinnor. Vi strävar självklart efter att ha så många aktiva män i vår idrott som möjligt men ser också det som en viktig uppgift att fånga upp och ta tillvara på just unga tjejers idrottsintresse, en grupp som annars väljer bort idrotten i allt större utsträckning när de når puberteten.

<https://www.idrottsforskning.se/atgarderna-som-far-fler-tonarstjejer-att-stanna-i-idrotten/>



## VÅR VISION

Vår vision är att skapa en meningsfull fritidssysselsättning för våra medlemmar och därmed spela en viktig roll i deras utvecklingsresa och uppväxt till goda medmänniskor. Vi önskar att de får uppleva tillfredsställelsen och gemenskapen av idrottslig verksamhet i ideell föreningsanda, där de får använda kroppen som uttrycksmedel och vidareutveckla sitt eget dansspråk & skapande (koreografi).

## VÅR AMBITION

Vår ambition är att genom fokus på ett gott och inkluderande ledarskap skapa trygga miljöer som stärker våra aktivas fysiska och psykiska hälsa. Vi önskar ge den aktiva utrymme att utmanas och nycklar att utvecklas. I detta ingår även att lära känna sin kropp och inspireras till ett livslångt idrottande.



## VÅR VÄRDEGRUND

Föreningen Dansfabriken Ängelholm samlar människor i en religiöst och politiskt obunden verksamhet präglad av objektivitet, samarbete och respekt för oliktankande. Vi utgår från människors lika värde och arbetar aktivt för att motverka exkludering och utanförskap. Här arbetar vi efter demokratiska principer och det råder nolltolerans mot mobbning, rasism och sexism.

# LEDARSKOLA



Föreningen driver ett internt lärlingsprogram, en ledarskapsutbildning för framtidens barn- & ungdomsledare. Målgruppen är 13-25 åringar med ett intresse för ledarskap och att genom sitt engagemang öppna möjligheten till gemenskap och rörelse för ännu fler. En hållbar förening satsar på sina ledare och fortsätter att utvecklas tillsammans med dem. Deras förtroendeuppdrag är den viktigaste länken i värdegrundskedjan: **Det är de som ser till att formuleringarna inte stannar på en hemsida utan når hela vägen ut till medlemmen!**

## FRAMTIDA FÖREBILDER

*”Föreningar bygger på goda ledarförebilder, vi behöver lägga omtanke och energi på våra barn & ungdomar om vi önskar att de ska bära dessa fantastiska ideella föreningsplattformar vidare. Skämtsamt säger jag om vår förening ibland, att det handlar väldigt lite om dans. Det handlar just om så mycket mer än idrott: att få öva på att vara sig själv, lära känna sin kropp som det fantastiska verktyg det är, stötta varandra och få ingå i ett sammanhang. Att det är just dans vi sysslar med hos oss tycker vi är otroligt tacksamt eftersom vi rör oss både i idrotts- och konstvärlden med möjlighet att arbeta med ämnen som kan vara svåra att sätta ord på.*

*Vi har så många områden där vi vill vara med och göra skillnad, vi ser behovet i den dagliga verksamheten där flera av våra unga kämpar med psykisk ohälsa och stressrelaterade sjukdomar redan som tonåringar. Någon måste möta dessa själar, skapa trygga rum där vi vid sidan av den fysiska idrottsbiten även tränar på att separera vår prestation från vårt människovärde. Hos oss är dessa ”någon” våra ledare och jag önskar ge dem de absolut bästa förutsättningarna föreningen kan för att stå starka och trygga i sina roller!”*

Verksamhetschef  
Sofie Hofvendahl



# MER ÄN EN IDROTTSFÖRENING

Stödet från näringslivet betyder otroligt mycket för oss, det är avgörande för att vi ska kunna genomföra insatser som exempelvis läxhjälp och andra aktiviteter utanför ordinarie schemalagd träning i grupp. Vi vill gärna dela med oss av tre fokusområden som vi arbetar med:

## DANS FÖR HÄLSA

Vi är en del av Aktivitet Förebygger i Ängelholms kommun, där vi erbjuder föreningsaktivitet på skoltid för barn i åk 4 och åk 6 både i centrala Ängelholm (Dansfabriken) och i ytterområden såsom Magnarp, Vejbystrand, Errarp (Lingvallen), Strövelstorp och Munka Ljungby.

Under 2022 utökade vi vårt samarbete och utbildade tre instruktörer i Dans för hälsa (DFH). Dans för Hälsa är en forskningsbaserad metod för att stärka psykisk hälsa hos unga som nu används i hela Skandinavien. Eftersom ungas psykiska ohälsa idag är ett samhällsproblem och nytänkande resurs-smarta insatser efterfrågas, utgör metoden ett värdefullt komplement till sedvanlig behandling.

Dans för Hälsa handlar om kravlös dans under/efter skoltid med fokus på rörelseglädje och social gemenskap som är gratis för deltagaren. Metoden togs fram under en randomiserad studie från Universitetssjukvårdens forskningscentrum och Örebro Universitet ("Dansprojektet"). Studien visar att regelbunden dans gav hälsoeffekter för tonåringar med stressrelaterade kroppsliga och emotionella symtom såsom huvudvärk, magvärk, stress, oro, ångest och nedstämdhet.

Dans för hälsa kurserna satte igång på Dansfabriken under 2022, i samarbete med Elevhälsan, Anpassad gymnasieskola samt Ungdomsmottagningen m fl som möter en målgrupp som skulle kunna vara aktuella för insatsen.



# FRAMTIDENS LEDARE



Vi vill fortsätta vårt arbete med att utbilda och utveckla framtidens ledare. Här är några exempel på vilken win win det blir när vi tar tillvara på våra ungdomars engagemang - det blir stora ringar på vattnet som gynnar inte bara våra medlemmar utan även samhället i stort.

Filippa Rehnberg (2022) och Amanda Mattsson (2021) har blivit ledarstipendiater tillsammans med Lucas Holmer (2022) och nu senast Oscar Nelderup (2023) Sparbanksstiftelserna i Skåne vill tillsammans med RF-SISU Skåne uppmärksamma idrottsledare som engagerar sig i barn- och ungdomsidrotten i regionen. Liam Persson (till hö i bild nedan) fick stipendiet 2018.

De har alla utmärkt sig på olika sätt och gjort stora insatser för barn, ungdomars och numera även seniorers rörelseglädje!

“

Filippa började sitt ledaruppdrag med att starta upp kursen "Dans(fabriken) för alla", en kurs för personer med funktionsnedsättning. Orädd, knappt hunnit sätta fötterna i ledarskorna uttrycker Filippa "säger vi att vi är en förening för alla så får vi också leva upp till det", och på den vägen är det! Starten av kursen blev succé och utökades snabbt till två som idag är proppfulla och vi planerar för en tredje.

“

Lucas har med sitt outtröttliga engagemang lockat många tonåringar till dans som idrott, deltagare som känt att det är "försent" att börja på en sport. Han visar med hela sitt väsen att inget någonsin är försent, han hoppade t ex av gymnasiet efter första året på Samhälle och gick om ettan på Estetiska programmet dans.

Det kan vara utmanande att vara en av få manliga ledare i en kvinnodominerad sport som dans. Både Lucas & Liam visar och pratar öppet om att "äga sina sårbarheter", en man kan och bör utan att folk höjer på ögonbrynen kunna dansa mer feminina stilar - och vice versa. Mycket är hårt kodat i vårt samhälle, könsstereotyper m.m... De vågar vara sig själva och fler följer efter.

De pendlar nu båda två från sina respektive dansutbildningar i Köpenhamn hem till Dansfabriken där de fortsätter vara tongivande i hur dansen utvecklas i Ängelholm.

“

Amanda tar initiativ till sådant som verkligen ger mervärde för våra medlemmar och andra utanför föreningen. Hon är personen som undervisar alltifrån barn på 4 år, personer med funktionsnedsättning, elever på skolor i Ängelholms kommun genom projektet Aktivitet Förebygger till jazz på avancerad nivå. Hon arbetade intensivt under hösten 2022 med en föreställning för att uppmärksamma psykisk ohälsa i samarbete med Suicide Zero som hade premiär den 12 nov på Jarl Kulle scenen. Den spelades även på Dunkers i Hbg våren 2023.



# SENIORDANS



Under pandemin stod det tydligt att en grupp i samhället ställdes mer utanför än alla oss andra, den här gången pga ålder eller att av andra anledningar tillhöra en riskgrupp.

Föreningen pratar ständigt om att arbeta aktivt med inkludering: Om dans är för alla så gäller det naturligtvis även 65 år+. Vi påbörjade en planering för att lansera Seniordans för att främja god hälsa för våra äldre men framförallt för att ge dem en samlingspunkt - ett tillfälle i veckan att längta till för skratt och gemenskap.

Trots en försenad start VT 2022 pga restriktioner med anledning av just pandemin, så kom vi igång med vår första grupp. Vi utökade snabbt vårt engagemanget med att varje vecka hålla i dans på Errarps Ängar demensboende, under ledning av våra fantastiska seniordansledare Amanda Mattsson och Emmy Kumberg m fl.



Senioraktiviteterna har ökat på Dansfabriken även från andra håll med att vi gjort oss hörda för målgruppen. Vi ser det här som ett otroligt viktigt steg i att vara en inkluderande förening där vi vill bygga broar mellan generationer. Det vinner vi alla på, gammal som ung. Ängelholms Kommun hyr t ex numera in sig i lokalerna för Brain-training (aktiviteter för personer med demenssjukdom).

Hugo Tham har hittat till Dansfabriken där han bedriver verksamhet. Han arbetar med att implementera och möjliggöra terapeutisk dans för personer med Parkinson och en annan med fokus på deltagare med kognitiv svikt. Senast i ett spännande forskningsprojekt med konstnärlig dans och litteratur för personer med tidig diagnos av kognitiv sjukdom.

“

**"Att som åldersrik prova den expressiva dansen kan betyda att man för första gången i sitt liv tänker på rörelse utifrån ett helt nytt perspektiv. Viljan att lära nytt slutar vi aldrig med. Det gäller även när vi inte längre kan uttrycka den viljan..."**



# UTMANINGAR FRAMÅT

Dansfabriken behöver nya lokaler fr o m 2025

Vi trivs så bra i våra lokaler på Nybrovägen 4, men Stationsområdet i Ängelholm är under utveckling och våra lokaler ska rivs eftersom det ska byggas bostäder här.

Det betyder att vi letar med ljus och lykta efter vårt nya hem, tillsammans med Ängelholms kommun och näringslivet hoppas vi att det kan lyckas att hitta en stadsnära lokal som går att anpassa för våra behov.

Det här innebär stora investeringar för föreningen, och vi har ännu inte hämtat oss efter en pandemi som slog hårt ekonomiskt pga inställda evenemang. Som uppvisningsidrott är det en stor portion av intäkterna som vanligtvis kommer från biljettförsäljning i kombination med lotteri, fikaintäkter m.m. som är förknippade med våra shower. I kombination med inställda träningar och ett visst medlemstapp (som vi tagit igen nu med råge) så försvagades ekonomin kraftigt.

Där är flera projekt som väntar på att få köra igång men vi behöver stärka ekonomin för att kunna genomföra dem hållbart och långsiktigt.

Vi inser att vi behöver bli bättre på att berätta vilka vi är och vad vi gör, för att fler ska få upp ögonen för Dansfabriken - en av Ängelholms absolut största ideella barn & ungdomsföreningar. Faktiskt den 5:e största föreningen i Skåne inom Gymnastikförbundet.

Vår förhoppning är att ni som sponsor ser värdet i ett engagerande och levande föreningsliv och att ni vill vara med och satsa på insatser som vi vet gör skillnad!

Varma hälsningar  
Sofie Hofvendahl verksamhetschef  
tillsammans med föreningsstyrelsens

## GLOBALA MÅLEN

3 HÄLSA OCH  
VÄLBEFINNANDE



**FOLKRÖRELSE FÖR RÖRELSE**

Ett livslångt idrottande

Vi önskar inspirera till rörelse och gemenskap genom dans i trygga idrottsmiljöer. På så vis främjar vi både den fysiska och psykiska hälsan hos våra aktiva.

**FOLKBILDNING**

Föreningen som utbildare

Inom Riksidrottsförbundet arbetar vi gemensamt för att stimulera lärande. Tillsammans är vi en enorm folkrörelse med en unik kunskapsbank! Våra ledare erbjuds ständig fortbildning och erfarenhetsåterföring såväl internt som externt.

4 GOD UTBILDNING  
FÖR ALLA



5 JÄMSTÄLLDHET



**IDROTT PÅ LIKA VILLKOR**

Fler tjejer inom idrotten, både som aktiva & ledare

Vi önskar skapa förutsättningar för kvinnor att utforska och stanna inom idrotten, både som ledare och aktiva. Studier visar att fler tjejer än killar slutar med eller minskar sitt idrottande redan under tonåren. Tillsammans med våra aktiva undersöker vi vad som inspirerar dem och ger dem trygghet och lust till fortsatt rörelse.

**DANS FÖR ALLA**

Utifrån dansarnas egna förutsättningar

Dansfabriken ska vara en plats där dina ekonomiska resurser eller funktionsnedsättning inte hindrar dig från att delta. Vi arbetar utefter ett antal policys för att eliminera situationer som kan skapa ojämlikhet.

10 MINSKAD  
OJÄMLIKHET



16 FREDLIGA OCH  
INKLUDERANDE  
SAMHÄLLEN



**MER ÄN DANS**

Föreningslivet som samlingsplats

Föreningsliv är ett demokratiskt samarbete mellan medlemmar som alla ska behandlas likvärdigt. Vi vill vara en samlingsplats där barn & ungdomar får uppleva gemenskap och medbestämmande, både i danssalen och utanför.

WWW.GLOBALAMALEN.SE

Dans  
Fabriken