



Småland



# RF-SISU Smålands projekt 2020

# Projekt 2020

**Under 2020 finns möjlighet för föreningar och förbund att söka stöd för verksamhetsutveckling inom en rad olika områden. Här presenteras projekt för utveckling av exempelvis barn- och ungdomsidrott, anläggningar och idrottsmiljöer samt ökad inkludering och mångfald.**

## Projektstöd barn- och ungdomsidrott

Idrottsrörelsen är inne i ett strategiarbete mot 2025 för att nå visionen; Svensk idrott världens bästa. För att nå idrottsrörelsens mål kan idrottsföreningar i Småland söka stöd för att utveckla sin barn- och ungdomsidrott.

Projektstöd barn- och ungdomsidrott ska användas för att göra insatser som ger långsiktig utveckling av barn- och ungdomsverksamheten i föreningarna. Tre övergripande områden finns 2020-2021 för att styra utvecklingen i riktning mot målen 2025:

### • Prioriterade områden

Det önskade läget år 2025 är att alla, oavsett ålder, kön, förutsättningar och bakgrund känner sig välkomna till idrottsföreningen samt att medlemmarna i idrottsrörelsen speglar befolkningen i Sverige. Att möjlighet att träna, tävla och engagera sig i en förening inte är beroende av individens ekonomiska förutsättningar eller var man bor.

### • Få fler ungdomar (13-20 år) att stanna kvar i den organiserade idrotten

Idrottsrörelsen är stark vad gäller barn 7–12 år. Cirka 90 procent av alla barn är någon gång med i en idrottsförening och många är medlem i flera föreningar eller aktiv inom flera idrotter. Samtidigt har många idrotter en nedåtgående medlemskurva vad gäller ungdomar. För varje ålderskull, efter elva år, minskar antalet medlemmar i ungdomsåren. Anledningen varför ungdomar slutar med idrott kan variera men en bidragande faktor är idrottens struktur. Hur vi tränar och tävlar samt hur föreningskulturen är, påverkar i slutändan hur attraktiv idrottsrörelsen är för ungdomar att stanna kvar i. För att vända utvecklingen handlar det om att förändra idrottens kärnlogik. Att föreningar utvecklar sin föreningsmiljö och hur den



FOTO: BILDBYRÅN

idrottsliga verksamheten organiseras och bedrivs så att utövaren mår bra, har roligt och utvecklas under hela livet oavsett ambition, ålder, kön, prestationsnivå eller andra förutsättningar.

### • Utbildade barn- och ungdomsledare i idrottsföreningarna

Ungdomsbarometern konstaterar att aktivitetsledaren är den vuxne som står ungdomar närmst, näst efter föräldrarna. Det är aktivitetsledaren som möter barn och ungdomar i den idrottsliga verksamheten och som påverkar både individernas utveckling och deras upplevelse av idrott. Ska idrottsrörelsen kunna ge barn och ungdomar en verksamhet där de får må bra, ha roligt och utvecklas så är aktivitetsledaren en nyckelperson i arbetet.

### • Bibehållen verksamhet under tiden för restriktioner med anledning av Coronapandemin

Under rådande omständigheter har ett fjärde område lagts till i Projektstöd barn- och ungdomsidrott. Det ska finnas möjlighet för föreningar att söka projektstöd för att öka möjligheterna till aktivitet under pågående restriktioner. Det kan handla om att köpa in utrustning för att bedriva utomhusträning, genomföra annorlunda idrottsverksamhet (t.ex. digital) eller täcka kostnader för ändrat anläggningsbehov på grund av att kommuner stängt ner anläggningar. Helt enkelt om att i så stor utsträckning som möjligt kunna bedriva ordinarie verksamhet.”

**Ansökan sker i dialog med din idrottskonsulent på RF-SISU Småland.**

## Stöd till anläggningar och idrottsmiljöer

För att skapa nya aktivitetsytor och idrottsmiljöer för barn och ungdomar finns Riksidrottsförbundets bidrag till anläggningar och idrottsmiljöer. Om din förening är medlem i Riksidrottsförbundet kan du söka bidrag hos RF-SISU Småland, och det gör du i IdrottOnline.

### Stöd att söka från Riksidrottsförbundet via RF-SISU Småland:

- Stöd till nya aktivitetsytor, mindre projekt (upp till 400 000 kr i stöd)
- Stöd till energi- och miljöprojekt
- Stöd till renoveringsprojekt
- Stöd till säkerhetsprojekt
- Stöd till utrustning parasport

### Fördelningsprinciper

- Stöd till nya aktivitetsytor "mindre projekt"

I Småland beviljas max 50 procent av totalkostnaden och max 400.000 kronor

- Stöd till energi- och miljöprojekt

I Småland beviljas max 30 procent av totalkostnaden och max 100.000 kronor

- Stöd till renovering

I Småland beviljas max 30 procent av totalkostnaden och max 100.000 kronor

- Stöd till säkerhetsprojekt

I Småland beviljas max 30 procent av totalkostnaden och max 100.000 kronor

- Stöd till utrustning parasport

I Småland beviljas max 50 procent av totalkostnaden och max 400.000 kronor.

Småland är ett stort distrikt med många idrotter, därför strävar vi efter en stor geografisk och idrottslig spridning med fokus på nya aktivitetsytor. Vill ni veta mer om stödet och hur mycket medel föreningen kan söka, och eventuellt beviljas, så hittar ni det på [www.rfsisu.se/smaland](http://www.rfsisu.se/smaland)

## Inkludering och mångfald

Inkluderande och jämställd idrott 2020 är ett stöd inom ramen idrottens strategiarbete 2025. Vårt huvudfokus är att förändra attityder och värderingar för att individers olikhet ska ses, förstås, värdesättas och tillvaratas. På så sätt rustar vi föreningarna med kompetens, verktyg och möjligheter för att så bra som möjligt arbeta för en mer välkomnande och inkluderande verksamhet.

## Hur kan er förening jobba med inkludering och jämställdhet?

Börja med att ställa er dessa frågor:

- Vilka är med i vår förening idag?
- Vem vill vi nå och hur gör vi det?
- Vad krävs för att fler ska vilja vara med och trivas i vår förening?
- Vad behöver vi för att lyckas i vår ambition att inkludera flera?

### Ansökan:

Tillsammans med ansvarig idrottskonsulent fyller ni ett dialogunderlag och kommer överens hur er satsning ska utformas samt vilka resurser och verktyg just er förening är i behov av.

### Vilka verktyg behöver ni?

Ta del av vår webbaserade plattform: inkluderandeidrott.se. Där finns alla tänkbara verktyg, material, filmer, diskussionsunderlag etc. Allt för att ni ska kunna inkludera fler in er verksamhet. Kontakta RF-SISU Smålands idrottskonsulent i din kommun för vidare information och dialog kring er satsning.

## Idrott och folkhälsa

Satsningen på "Idrott och folkhälsa" fortsätter i samverkan med våra tre regioner i Småland under perioden 2018-2020. Vi fokuserar på betydelsen av fysisk aktivitet, rörelseförståelse, Fysisk aktivitet på recept (FaR), ny motionsverksamhet, spontanidrott och seniorsatsningen "Sund Smart Stark Senior". I samverkan med föreningar och förbund kommer utbildningar och temakvällar för aktiva, föräldrar och ledare att genomföras.

### Fysisk aktivitet på recept (FaR)

Idrottsföreningar kan fungera som mottagare av individer som av hälso- och sjukvården fått recept på fysisk aktivitet (FaR) utskrivet. RF-SISU Smålands roll är att stödja och underlätta både föreningarnas och hälso- och sjukvårdens arbete med FaR. En webbaserad utbildning finns att tillgå för aktivitetsarrangörer för att snabbt och effektivt kunna utbilda nya FaR-ledare. Det arrangeras mötesplatser mellan representanter från hälso- och sjukvården och lokala aktivitetsarrangörer. Hemsidan [farsmaland.se](http://farsmaland.se) utvecklas kontinuerligt till en digital mötesplats för patienter, aktivitetsarrangörer och förskrivare. Kompetensutveckling för FaR-ledare genomförs under året.

### Sund Smart Stark Senior!

Satsningen Sund Smart Stark Senior! ska bidra till ett gott liv för seniorer genom att skapa hälsofrämjande aktiviteter och få fler seniorer till föreningslivet. RF-SISU Småland driver Sund Smart Stark Senior tillsammans med Region Jönköpings län, Region Kronoberg och Region Kalmar län. Äldre över 65 år får under en termin testa på olika föreningsaktiviteter som bland annat tennis, golf, bågskytte, lättgympa, spinning och bordtennis. Seniorerna får även temaföreläsningar om exempelvis kost, motivation till motion, fallprevention och styrketräning för äldre.

**För mer information besök [rfsisu.se/smaland](https://rfsisu.se/smaland) eller kontakta projektledare Linda Odqvist, tel. 036-34 54 04**

### Rörelsesatsning i skolan

Alltför många barn och unga sitter stilla. Riksidrottsförbundet har fått i uppdrag av regeringen att göra en satsning för mer rörelse i skolan. Rörelsesatsning i skolan syftar till att förbättra folkhälsan, välbefinnandet och skolresultaten. Satsningen är rikstäckande. RF-SISU Småland leder rörelsesatsningen i Småland, i nära samverkan med kommuner och skolor i årskurs F-6. I uppdraget ingår att vi ska kraftsamla för mer idrott, rörelseglädje och utveckling av rörelseförståelse under skoldagen. Rörelseförståelse kommer av begreppet physical literacy. Det handlar om att utveckla fysiska, sociala, psykiska och idrottsliga förmågor för att vilja, våga och kunna vara aktiv genom livet.

#### Exempel på hur vi kan stödja skolor och föreningar:

- Erbjudna verktyg för att skapa en handlingsplan samt vara ett processtöd för skolans rörelseteam.
- Utbilda personal, elever och föreningsledare i rörelseförståelse/rörelsecoacher.
- Erbjudna rörelsecoacher som exempelvis genomför aktiviteter på fritidstid/idrottsfritids, eller rastverksamhet.
- Stötta i föreningssamarbeten. Idrottsföreningar/förbund som knyts till samarbete med skolor utbildas kring ”En ny syn på tävling och träning”, där utveckling av rörelseförståelse är i centrum.



FOTO: BILDEBYRÅN

- Uppstart av Skol-IF.
- Vi samverkar även med andra satsningar i Småland som verksamhet i segregerade områden, projektstöd för barn- och ungdomsidrott, Idrottens dag och Idrott och folkhälsa.

**För mer information besök [rfsisu.se/smaland](https://rfsisu.se/smaland) eller kontakta projektledare Maria Nilsson, tel. 036 34 54 72.**



## Småland

Adress: St. Göransvägen 31, 554 54 Jönköping | Tel: 036-34 54 00  
E-post: [smaland@rfsisu.se](mailto:smaland@rfsisu.se) | Hemsida: [www.rfsisu.se/smaland](https://www.rfsisu.se/smaland)